

IL MONTE ARARAT, SIMBOLO DELL'ARMENIA

La Bibbia racconta che sul monte Ararat si è
posata l'Arca di Noè dopo il diluvio universale

La mappa – Shalom – Iniziazione alla Preghiera Profonda [V] – Giovanni della Croce sulla purezza di condotta: purificazione degli appetiti disordinati – VEDERE CON CUORE La saggezza della differenza – Negli inni di sant'Efrem di Nisibi. Oggi digiunano bocca e cuore – Quale yoga per i cristiani? – Pellegrinaggio in Armenia – Commiato. La Camminata antistress – Corsi di meditazione e di preghiera – Popoli in cammino – IL CATALOGO

Sommario

2	La mappa
4	Shalom <i>Pasquale Chiaro</i>
8	Iniziazione alla Preghiera Profonda [V] Antonio Gentili
14	Giovanni della Croce sulla purezza di condotta: purificazione degli appetiti disordinati <i>Kevin Culligan</i>
24	VEDERE CON CUORE La saggezza della differenza, [intervista] di <i>Marco Bellizi</i> a <i>David</i> Ford [24]; Negli inni di sant'Efrem di Nisibi. Oggi digiunano bocca e cuore, di <i>Manuel Nin</i> [29]
32	Quale yoga per i cristiani? Antonia Tronti
40	Pellegrinaggio in Armenia Guidalbero Bormolini e Deborah Messeri
53	Commiato. La Camminata antistress da Internet
55	Corsi di meditazione e di preghiera
57	Popoli in cammino
63	Il Catalogo

[V] INIZIAZIONE ALLA PREGHIERA PROFONDA

Un simile modo di pregare è stato definito «ricerca orante del nulla», e ben a ragione. Nel nobile e amoroso nulla di un uomo che porta il proprio essere alla nudità e alla trasparenza si rivela l'alta santa pienezza di Dio! Dire che l'uomo si annulla potrebbe trarre in inganno gli sprovveduti. In realtà l'uomo raggiunge l'esperienza del Tutto che è in lui, facendo emergere le più essenziali linee architettoniche del proprio essere, che non è altro che l'essere di Dio vivente operante in ogni creatura. Intuisce che Dio è tutto in lui e che in Dio vive, si muove ed esiste. Dio si manifesta nella ricchezza della sua natura e l'uomo, resosi trasparente al divino, entra nel dialogo trinitario.

La saggezza Della differenza

Il confronto tra le religioni deve puntare a migliorare "la qualità delle differenze" piuttosto che a ottenere accordi su temi specifici se esso vuole giocare ancora un ruolo in un mondo complesso e in continua trasformazione. Questo vale altrettanto per il dialogo fra i cristiani, che oggi non può realizzarsi compiutamente se non attraverso il rapporto con le altre fedi. [24]



GIOVANNI DELLA CROCE SULLA PUREZZA DI CONDOTTA

Conversione di vita per l'unione con Dio. Il sentiero della purificazione cristiana esige conversione di vita, svuotamento interiore e apertura alla rivelazione di Dio. Ciò collima con i tre livelli buddhisti di purificazione – condotta, contenuti mentali e cuore – che conducono al Nibbana, l'unica Realtà incondizionata e immutabile. Motivati dalla fede e dall'amore cristiani, e illuminati dall'insegnamento e dalla pratica buddhisti, i cristiani che abbracciano il sentiero della purificazione scoprono Gesù come non l'avevano mai conosciuto prima. Lo seguono più fedelmente nella loro vita quotidiana, sperimentano il suo risveglio nel loro cuore e si trasformano gradualmente nella sua vita di saggezza e compassione.

Meditazione Cristiana



Mary Jo Meadow

NEGLI INNI DI SANT'EFREM DI NISIBI OGGI DIGIUNANO BOCCA E CUORE

Gli Inni sul digiuno di Efrem di Nisibi sono una decina di testi poetici con una chiara unità tematica che ne fa quasi un unicum: il loro nucleo ispiratore comune è costituito infatti dal digiuno considerato sotto angolature diverse. Anzitutto si mette in luce il modello osservato in Cristo per quaranta giorni nel deserto: "Questo è il digiuno del Primogenito, l'inizio dei suoi trionfi. Rallegriamoci della sua venuta! Con il digiuno, infatti, egli ottenne la vittoria, sebbene in ogni modo potesse ottenerla. A noi mostrò la forza che è celata nel digiuno, che vince tutto. Con esso, infatti, si sconfigge colui che, con il frutto, sconfisse Adamo: pure con l'inghiottì! avidità Benedetto sia il Primogenito, che eresse il muro del suo grande digiuno attorno alla nostra debolezza".

PELLEGRINAGGIO IN ARMENIA

Forse i nostri cuori "vedendo" la frontiera armena hanno avuto lo stesso sussulto dei cuori dei navigatori della Argo quando, dopo mille peripezie, finalmente sbarcarono in queste terre. Sembra quasi che questo popolo così fiero e orgoglioso non sia abituato a vedere molti viaggiatori giungere via terra; la frontiera è una linea segnata da due sbarre sorvegliate da un militare assonnato, poco più in là due casupole (simili a container) in cui mostrare il passaporto e ricevere il visto, e tutt'intorno a noi solo la steppa caucasica. Qui anche la concezione del tempo è diversa. Nessuno corre o si affanna, due o sei ore. che cambia? Sembra di stare come sospesi. [40]

QUALE YOGA PER I CRISTIANI?

Lo yoga - ci dicono tutti i testi - è unificazione, unione. Così si traduce la parola sanscrita derivante dall'immagine del yuj, il "giogo" che unisce i buoi per permettere all'aratro di procedere in una direzione unificata. È quella particolare visione filosofico-spirituale che ha come obiettivo principale la riunificazione di ciò che tendiamo a separare: le diverse parti del nostro essere; noi e Dio; l'individuo e il mondo: l'essere umano e la natura; il maschile e il femminile, ecc. [32]

Shalom

Cari amici e compagni di viaggio, con questo numero della rivista, siamo ormai arrivati al termine dell'anno Settembre 2011/Agosto 2012, e vorrei provare a cogliere il senso delle cose accadute in questo periodo.

Inizio da ciò che è affidato direttamente alle mie cure: la rivista e la Casa Editrice.

Per la rivista prosegue l'andamento degli ultimi anni, ovvero viene sempre molto apprezzata per i contenuti e ricevo tanti complimenti per questo motivo, allo stesso tempo però, piano piano, diminuiscono gli abbonati, segno che la crisi si fa sentire, segno anche che parte degli abbonati sono avanti negli anni e ogni tanto qualcuno ci lascia soli in questa valle di lacrime e non sempre viene rimpiazzato da forze fresche: che è come dire che

l'esigenza da cui è nata Appunti di Viaggio (fare una ricerca spirituale svincolata dai canali religiosi tradizionali, trovare quindi risposte diverse da quelle tradizionali alla fame di Dio, rivolgere l'attenzione alle nuove vie di meditazione e di preghiera, praticare nuove forme di dialogo ecumenico e interreligioso) è meno sentita dalle giovani generazioni, oppure che i giovani danno a questa fame risposte diverse o anche, più semplicemente, che i giovani, poverini, vivono una situazione di tale disagio economico che non possono permettersi neppure una rivista. Ad ogni modo, siccome siamo convinti dell'utilità di Appunti di Viaggio, andremo avanti finché ne avremo la possibilità. Spero che voi lettori ci darete una mano.

Per quanto riguarda i libri, quest'anno abbiamo pubblicato

7 novità: 1. Il Cammino della Santa Presenza [Il senso delle cose], di Pasquale Chiaro; 2. Sogno Arcano [Per un ascolto immaginativo della vita onirica], di Riccardo Mondo e Rossella Jannello: 3. *In strada* [Percorsi di sviluppo personale], di Diana Pardini; 4. Filastrocche e saggezza in girotondo [per i "bambini" di tutto il mondol, di Antonella Carella; 5. Pensieri semplici sulla Parola [omelie per l'Anno B], di Maurizio Roma: 6. E m'illumino di ignoranza [Realizzare la nostra vera natura al di là di ogni credenza, teoria e storia personale], di Roberto Boldrini; 7. Un maestro del nostro tempo: Gérard Blitz [Le radici del suo insegnamento], a cura di Bruno Solt. E, salvo imprevisti, c'è in arrivo l'ottava novità prima dell'estate: Cuore di Cristo. Centro dell'Universo [Una proposta per il terzo millenniol, di Luciano Mazzoni Benoni.

Credo siano tutti libri buoni e nutrienti, che arricchiscono il panorama editoriale italiano. Per quanto riguarda le vendite il discorso è diverso: molto dipende dalla visibilità che gli autori riescono ad avere. Naturalmente è essenziale il passaparola dei lettori. Come Casa Editrice, noi facciamo il possibile: ne parliamo sulla rivista, li promuoviamo con la nostra mailing list e li inseriamo nei nostri siti. E poi, preghiamo per loro. Speriamo che basti.

Alzando lo sguardo su ciò che ci circonda, la mia attenzione viene catturata innanzitutto dai fatti che toccano la Chiesa cattolica. Devo dire che mi addolora molto vedere la Chiesa coinvolta. in una serie continua di scandali, che in alcuni casi lambiscono addirittura il Papa. Per citare solo i più recenti: lo scandalo dei veleni legati alle lotte di potere in Vaticano, allo Ior, lo scandalo della sepoltura di De Pedis nella basilica di Sant'Apollinare, che sembra legato alla sparizione di Emanuela Orlandi avvenuta tanti anni fa. Per non parlare della pedofilia che fa spesso capolino negli ambienti religiosi. Il nemico è instancabile: sta sempre all'opera. Per questo motivo occorre "vegliare", occorre prestare molta attenzione: sempre. Credo però che, in qualche modo, questi scandali siano necessari per purificare la Chiesa, per far spurgare i bubboni del male che in vario modo si nascondono nel suo corpo.

La "Sposa" si deve purificare per il ritorno di Cristo.

av122 5

Se guardo verso i fratelli che, con me. condividono l'attuale periodo storico, mi addolora inoltre vedere la precarietà della situazione economica di molte famiglie, la gente che perde il lavoro e non riesce a trovarne un altro. La gente che resta "in sospeso", senza lavoro e senza pensione, in attesa di raggiungere l'età [che è stata posticipata "arbitrariamente" da qualcuno] in cui gli sarà corrisposta la pensione. I giovani che spesso non sanno che fare della propria vita: senza lavoro, senza casa, senza poter formare una famiglia. Queste cose sono frutti dell'ingordigia di tante, troppe persone, di particolari attività e classi sociali che divorano le risorse dell'intera società: insaziabili. È il contrario della "carità" e del "servizio" applicati alla Politica e alla Società civile. L'enorme debito pubblico è figlio di questa situazione.

Per cambiare le cose, dovremmo diventare tutti più consapevoli del bene comune e imparare a scegliere le persone giuste per amministrarlo.

C'è però un aspetto della crisi attuale al quale faremmo bene ad abituarci: i frutti dell'economia globale. Accade che fette di

ricchezza sempre più consistenti si spostino verso Oriente, verso paesi come la Cina, l'India, la Corea e altri paesi emergenti. Questo dipende dal fatto che una quantità crescente di beni e servizi che una volta erano prodotti e commercializzati da paesi occidentali vengano ora prodotti e commercializzati, appunto, dai paesi emergenti. Ciò significa che in Occidente si riduce l'attività produttiva e il lavoro e quindi la ricchezza, che ci sono più disoccupati e il lavoro viene pagato meno. Siamo, cioè, in concorrenza diretta con questi nuovi paesi produttori. Questo, economicamente, dal punto di vista occidentale è un fatto negativo. Se però ci mettiamo nei panni dei cinesi e degli indiani che prima erano magari costretti a vivere con un pugno di riso e ora cominciano ad assaporare un po' di benessere, capiamo che la cosa in sé ha degli aspetti positivi: almeno agli occhi di Dio. E noi siamo tutti figli di Dio.

Ad ogni modo, questa è una cosa dalla quale non si tornerà indietro. È meglio accettarla, altrimenti ci creiamo un inutile motivo di sofferenza. Questo significa, prima di tutto, che faremmo bene a modificare il nostro stile di vita: faremmo bene

ad iniziare a vivere con più sobrietà, riducendo la propensione al consumo. Credo comunque che sopravviveremo anche a questo, come a tante cose che sono accadute nella nostra storia. Ci saranno delle oscillazioni nella ricchezza, ma si fermeranno quando si troverà un punto di equilibrio più stabile che, però, non sarà mai definitivo.

Questa cosa, in sé, ha anche degli aspetti positivi, almeno uno: lavorare di meno. Questo fatto credo che comporti un maggior tempo libero, un tempo che potremo utilizzare per noi stessi, per le nostre esigenze, le nostre aspirazioni profonde. Pensate un po': per dipingere, per scrivere recitare cantare danzare. Per pregare. Maggior tempo libero significa potersi dedicare ad essere ciò che siamo chiamati ad essere, dal profondo, senza più la preoccupazione di dover solo lavorare, produrre, andare a fare la spesa, consumare. E guardare la televisione nel tempo che resta libero.

Credo che sia ormai arrivato il tempo di cercare seriamente il "Regno di Dio" dentro di noi, e di aiutare i nostri fratelli a farlo.

A questo proposito volevo ricordare, a chi è interessato, che io sono sempre disponibile a muovermi da Roma per presentare i miei due libri:

- 1. Il Cammino nella Santa Presenza (Il volo dell'aquila); e
- 2. Il Cammino della Santa Presenza (Il senso delle cose),

entrambi delle Edizioni La parola.

Credo che possano fare del bene. Chiamatemi e ci accorderemo sulle date.

Prima di lasciarvi vi ricordo che l'abbonamento scade con questo numero e che potete rinnovarlo con il bollettino di conto corrente postale allegato. Ringrazio per la generosità e l'amore con cui ci sostenete.

Le quote sono rimaste invariate, tranne quella per i paesi extra-europei:

35, ordinario; 50, amici; 100, sostenitori; 60, paesi europei; 80, paesi extra-europei.

Ora vi saluto affettuosamente e vi auguro delle belle vacanze, che vi aiutino a ricaricarvi di energie positive e vi facciano crescere spiritualmente.

Roma, 11 Giugno 2012 Pasquale Chiaro

av122 7

Novità in preparazione per le

EDIZIONI LA PAROLA E APPUNTI DI VIAGGIO

Di seguito riportiamo tre novità in preparazione alle quali stiamo lavorando in queste settimane e che usciranno all'inizio del prossimo anno

EDIZIONI LA PAROLA

FILASTROCCHE E SAGGENZA IN GIROTONDO [per i bambini di tutto il mondo], di Antonella Carella

L'Autrice

Antonella Carella, laureata in Lingue e letterature straniere (inglese e russo) a Roma, è insegnante di lingua inglese e madre di due bambine. Da sempre sensibile alle tematiche etiche e ambientali, è studiosa e praticante di Iconografia.

PREFAZIONE

Mi sembra bello poter cogliere sul terreno odierno e non troppo ampio della narrativa per l'infanzia un fiore che profuma di semplicità e simpaticamente si infila nell'ambito degli interessi cari ai bambini.

Si tratta di storielle vagabonde

nel mondo della favola. Lo sappiamo: da Esopo a Fedro a La Fontaine e a tanti altri l'ingegno umano si è esercitato a incontrare. nel fantastico mondo dell'immaginazione, il mondo animale. Attribuire pensieri arguti, sensibilità etica, riflessioni sempre attuali al cane, al gatto, alla volpe: questo è, da sempre, la modalità della favola. Anche il nostro libro propone simpatiche storielle dove sono quasi sempre gli animali a presentare argomentazioni serie, però in modo arguto e piacevole.

Sì, la coccinella Bibi, la volpe Giusy, e persino il ragno hanno da dire la loro sulla vita, sui valori che contano oggi e che conteranno sempre. Ma non sono solo loro i protagonisti di queste favole.

Qui parlano anche i nani della famosissima Biancaneve e parla l'autrice Antonella con i bambini e con chi bambino vuole diventare, nel senso evangelico del termi-

ne.

Perché bambino non significa sempliciotto e tanto meno un eterno immaturo incapace di assumere le proprie responsabilità.

Bambino è chi rimane puro nel cuore, chi crede a quello che in queste pagine è affermato con determinazione. "La potenza non ti è data dalla sopraffazione, la ricchezza non te la dà il denaro sotto il mattone, il valore non ti è dato dalla vittoria, l'amicizia non te la dà la gloria, l'amore non te lo dà il potere."

Mi auguro che queste favolette siano una manciata di piccoli fiori profumati.

Ne respirino l'aria inondata i lettori piccoli e grandi. Perché a tutte le età abbiamo bisogno di cieli puliti e di storielle argute e insieme divertenti, che anche nel riposo ti facciano sognare e desiderare quel che è giusto e vero, quel che ti educa ad amare, quel che ti fa amare la vita nella gioia e nel dolore sotto lo sguardo di quel Dio che te l'ha donata.

Eremo di San Biagio, Ottobre 2011

Maria Pia Giudici

In strada. Percorsi di sviluppo personale, di Diana Pardini L'Autrice

Diana Pardini, studi classici, due lauree, un perfezionamento e, soprattutto, tanta pratica nei rapporti umani. Da venti anni svolge attività di direzione e di formazione presso l'Associazione Culturale Eraclito 2000 di Pisa e il Centro Studi Bancari G. Romano e M. Montioni di Spoleto. Ha pubblicato articoli a contenuto giuridico, culturale e formativo.

Introduzione

C'è solo la strada su cui puoi contare, la strada è l'unica salvezza. G. Gaber

Nel mio piccolo studio, a casa, campeggia una frase dell'economista venezuelano Adolph Pérez Esquivel che dice: per seminare occorre aprire le mani.

Leggo e rileggo quella frase che si proietta sul mio lavoro quotidiano, è questo il senso dei vari "semi-nari" che ho raccolto nel testo che segue: sono semi lasciati cadere in contesti diversi, sempre con la convinzione che bisogna aprire le mani perché è l'atteggiamento vitale, creativo, direi meglio costitutivo della nostra esistenza.

Per me rappresentano venti anni di crescita umana e di condivisione con tutte quelle persone che, partecipando alle mie lezionilaboratorio, hanno vissuto con me momenti intensi ed entusiasmanti in cui tutti, io per prima, ci siamo arricchiti.

Ogni argomento trae ovviamente la sua origine dalla mia vita perché non si può essere credibili se non si attinge a ciò che ha plasmato noi stessi.

Ho sperimentato sulla mia pelle l'importanza della conoscenza di sé, tema nodale di ogni esistenza, e racconto dell'autostima perché ho tardato a capire il valore di me stessa; offro la mia esperienza, la riflessione sulle mie ferite personali perché possano essere utili a qualcuno.

Sento necessario chiarire e distinguere che cosa sia la promozione di sé e quanto sia difficile promuovesi in una società che scambia la promozione umana con quella di un detersivo o di un'auto.

Sulla comunicazione, tema di gran moda, scrivo partendo dall'ideaforza che una buona comunicazione ha le sue radici nella verità e porta in sé il germoglio di un cambiamento positivo.

Infine l'empatia, la chiave per

entrare nell'Altro, l'altro che è mio complemento e completamento, stimolo a crescere, l'altro che mi suscita il confronto, l'altro per il quale, in un certo senso, mi sono preparata, l'altro per il quale vale la pena vivere.

L'ultimo capitolo è dedicato al pensiero comprensivo e al suo inventore, io ho imparato a praticarlo traendone larghi benefici.

Attraverso questi temi in itinere propongo al lettore un percorso individuale di sviluppo personale; mi servirò dell'amicizia affettuosa dei libri e dei loro autori cari, mi servirò dei miei 50 anni di cui molti prestati all'associazionismo e al lavoro con i giovani e in generale al rapporto umano in cui credo fermamente. Richiamerò a piene mani la vita di tutti i giorni, i miei familiari, gli amici, i colleghi ma anche la persona incontrata per caso sul treno o per strada, a me capita spesso, nessuno è escluso nella costruzione di me stessa, cantiere aperto.

Utilizzerò infine un eserciziario per dare consistenza al pensiero, sia nel corso del testo che alla fine, per avviare liberamente la pratica di quanto ragionato insieme: credo ce ne sia bisogno.

Ogni tanto intercalerò il mio

discorso con una fotografia fatta dalle mie figlie o da Marco, mio amico e marito, immagini del cuore, condivise e amate che, per la loro intensità, regalano un attimo di piacere e rilassamento, necessari quando il discorso si fa impegnativo.

La colonna sonora che mi ha accompagnato è un brano struggente e intenso che mia figlia Marta ha composto sul pianoforte regalato dal mio babbo nel dicembre 2007, un Milton di New York dei primi del novecento, un oggetto assolutamente vivo, creatura tra le creature di famiglia.

Tutto il libro è "segnato" da un sentiero che inizia ma non finisce, siamo in strada tutta la vita, io mi sento in strada.

EDIZIONI APPUNTI DI VIAGGIO

PENSIERI SEMPLICI SULLA PAROLA, di Maurizio Roma

L'Autore

Don Maurizio Roma è parroco in un piccolo paese e, come tale, è impegnato nella quotidianità delle incombenze che una parrocchia porta con sé. Tra le sue molte attività c'è però un impegno che gli sta

molto a cuore, il commento della Parola. Questo è il motivo che lo ha portato a scrivere questo libro.

PREFAZIONE

Sta scritto: Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio.

Mt 4,4

È da un po' di tempo che si sente spesso parlare dell'esigenza di una nuova evangelizzazione dell'Europa e, in modo speciale, dell'Italia, per contrastare il fenomeno del graduale abbandono della Chiesa da parte dei fedeli a cui stiamo assistendo in questi anni.

Credo che una delle cause di questo fenomeno sia da ricercare nella difficoltà a comprendere e fare propri gli insegnamenti che la Parola propone. Certo, la Buona Novella ha duemila anni e qualcosa è cambiato da allora nel mondo, quindi l'uomo ha esigenze diverse, problemi che richiedono un approccio diverso alla Parola. In realtà il messaggio centrale, l'appello a cambiare vita per essere accolti nel Regno dei Cieli che il Signore ci rivolge, il messaggio di amore e di liberazione che ci dona, sono rimasti inalterati. Credo occorra solo cambiare il modo di "porgere" questo mes-

saggio: occorre trovare le parole giuste, dar loro una veste che sia in sintonia con i giorni che ci troviamo a vivere. Questo è il compito di coloro che "porgono" la Parola ai fedeli, di norma sacerdoti, e che ne danno una prima lettura con le loro omelie. Anche se io non sono un sacerdote e non ho quindi esperienza in proposito, sono certo che non è un compito facile perché, per svolgerlo bene, occorre una grande semplicità e trasparenza, occorre in qualche modo spogliarsi delle proprie conoscenze e convinzioni per fare da ponte tra la l'Autore della Parola e l'uomo che se ne deve nutrire, senza fare ricorso a un eccesso di ragionamenti e di sapere umano che spesso complica il messaggio, lo carica di sovrastrutture ed elementi umani che non sono necessari per farlo arrivare, anzi, possono creare confusione.

In realtà, questo fatto in qualche modo evidenzia la poca fede che qualche volta hanno coloro che commentano la Parola: aggiungono parole su parole, concetti su concetti. Sembrano quasi convinti che siano le loro povere parole umane a convertire chi ascolta, e non l'Autore del messaggio e il suo Spirito che ci dona la Sapienza necessaria per comprenderlo.

Ascoltando le prediche domenica-

li, si nota che questa è una difficoltà che incontrano molti sacerdoti, ed è per questo motivo che molte omelie risultano inadeguate, spesso difficilmente comprensibili e, per la maggior parte, di difficile traduzione pratica nella vita dell'uomo di oggi.

È questa la ragione che ha mosso don Maurizio Roma, a mettere per iscritto le sue Omelie festive, con grande umiltà e semplicità, e con il desiderio di fare qualcosa di utile sia per i suoi confratelli religiosi che ogni domenica affrontano la fatica di fare "la predica", sia per i fedeli laici che hanno il desiderio di approfondire i temi che la Parola propone.

Per ogni testo della Parola proposto nelle festività dell'Anno B, l'Autore ha scelto pochi temi essenziali e li ha sviluppati, in modo semplice e chiaro. Ne è scaturito un testo di facile lettura e comprensione, che ha il grande pregio di una grande semplicità e immediatezza e che, allo stesso tempo, affronta tutti i temi essenziali che la Chiesa propone nella giornata festiva.

Questo è ciò che serve. Buona lettura.

Roma, 20 novembre 2011 Festa di Cristo Re

L'Editore