



APPUNTI DI VIAGGIO 135

Note di
ricerca spirituale

Anno XXIV - Mensile Gennaio-Febbraio 2015 (8/2)

IL VIAGGIO
[*Desiderio d'infinito*]
di Silvio Anselmo



Prefazione di Corrado Pensa
Edizioni La parola

Poesie

La mappa – Shalom – Il risveglio nel chassidismo – Biografia del silenzio – La religione tra misticismo e razionalismo – VEDERE CON CUORE: *Una via semplice per la salvezza: istruzioni per l'uso*: 3. Una madre che ci vuole bene; *Una testimonianza dal mondo della sofferenza* – Auto-indagine e “cuore emozionale” – Il metodo: *abhyasa vairagya* – Quando un bocciolo cade [Un corso di meditazione per genitori che hanno perso i figli] – I NOSTRI LIBRI: *IL VIAGGIO [Desiderio d'infinito]*. Poesie, Silvio Anselmo. Ed. La parola; Ristampa: *IL CUORE DELLA CREAZIONE [Insegnamenti per una meditazione cristiana]*, di John Main. Ed. Appunti di Viaggio – Corsi di meditazione e di preghiera – Popoli in cammino – Il Catalogo

Sommario

- 2 La mappa
- 4 Shalom
Pasquale Chiaro
- 6 Il risveglio nel chassidismo
Alessia Piana
- 14 Biografia del silenzio
Pablo d'Ors
- 19 La religione tra misticismo e razionalismo
Marco Vannini
- 22 VEDERE CON CUORE: [22] *Una via semplice per la salvezza: istruzioni per l'uso*: 3. Una madre che ci vuole bene, di Pasquale Chiaro; [30] *Una testimonianza dal mondo della sofferenza*, di Pierpaolo Patrizi
- 33 Auto-indagine e “cuore emozionale”
Roberto Boldrini
- 38 Il metodo: *abhyasa vairagya*
Tiziana Piccinelli
- 42 Quando un bocciolo cade [Un corso di meditazione per genitori che hanno perso i figli]
Dario Doshin Girolami
- 47 I NOSTRI LIBRI
IL VIAGGIO [*Desiderio d'infinito*]. Poesie, Silvio Anselmo. Ed. La parola [48] Ristampa: *IL CUORE DELLA CREAZIONE* [*Insegnamenti per una meditazione cristiana*], di John Main. Ed. Appunti di Viaggio
- 55 Corsi di meditazione e di preghiera
- 58 Popoli in cammino
- 64 Il Catalogo

Non opposizione, dunque, ma il contrario: misticismo e razionalità sono la stessa cosa, se presi nel loro significato autentico. E, del resto, questo è mostrato da tutta la storia del pensiero: forse che Platone, il cui *Convito* è il testo fondante dell'intera mistica occidentale, come giustamente scriveva Simone Weil, non è stato un grandissimo maestro di razionalità? Basta provare a leggere il suo *Parmenide* per togliersi ogni dubbio in proposito. E che dire di Niccolò Cusano, uno dei geni filosofici e scientifici dell'età moderna, le cui opere mostrano come intelligenza speculativa e profondità spirituale procedano insieme? [19]

QUANDO UN BOCCIOLO CADE
Un corso di meditazione per genitori che hanno perso i figli

Il respiro – come il momento presente – dura un attimo e se ne va. Portando la consapevolezza sul respiro si ha la possibilità di realizzare che il respiro è vita e morte a ogni istante. Non è un caso che il Buddismo Zen insegna che moriamo a ogni respiro. [42]

La mappa

IL METODO:
ABHYASA VAIRAGYA

Patanjali descrive il funzionamento della mente. Egli afferma che la mente è costantemente agitata, come il vortice di un mulinello nell'acqua e l'identificazione con le vorticosità ci pone sotto il dominio di tutto ciò che viene dall'esterno. Gli stimoli esterni hanno così un effetto di attrazione, come appunto fa un mulinello nell'acqua. Questa condizione è una condizione di instabilità e sofferenza, perché siamo sotto il controllo delle continue sollecitazioni esterne, mutevoli, incerte, impermanenti. [38]



Una nuova nascita di Cristo

AUTOINDAGINE E “CUORE EMOZIONALE”

La domanda che ci deve quotidianamente accompagnare, come una sorta di *koan*, è semplice: “sento amore per ogni cosa?” o detto altrimenti: “sono veramente uno con tutto?”. A questa domanda non possiamo rispondere affrettatamente in modo mentale o concettuale, come se dovessimo risolvere un quesito filosofico. È il nostro cuore che ci farà sentire se è vero o meno che abbiamo trasceso il nostro piccolo io! Basterà anche una lieve avversione verso qualcuno a rivelarci che il nostro cuore non è puro, che ancora dobbiamo procedere con la nostra *auto-indagine* per riuscire veramente ad incarnare la nostra *natura autentica* che è amore. [33]

Quello che ricordo, che rimane ancora oggi, è la sensazione lacerante di “un prima” e “un dopo”. “Signorina – non avevo mai amato che mi si rivolgessero così – lei è sieropositiva”. Non ricordo tutte le parole. Se fossero consigli, rassicurazioni, prescrizioni mediche...

Immagino di aver preso un appuntamento per incontrare il medico degli infettivi che mi avrebbe seguito. Immagino di aver salutato. Ricordo, in strada, il buio nel cuore. E le lagrime che uscivano dagli occhi, ma io non c'ero. Ero altrove. Avrei voluto essere altrove. [30]

IL RISVEGLIO
NEL CHASSIDISMO

Quando si è finalmente riusciti a scorgere l'autentico volto del creato, sarà allora semplice avere sempre in mente Dio, averlo sempre nei propri pensieri e raggiungere così la *devekut*, lo stato di unione, ciò che nel pensiero chassidico è definito la *nullificazione dell'identità separata*, «ossia la consapevolezza che solo Dio è la vera realtà e che tutte le cose finite sono, per così dire, dissolte nella Sua unità». [6]

Shalom

Cari amici e compagni di viaggio, siamo al terzo numero dell'anno e il nostro viaggio nei territori dello Spirito procede senza grosse scosse.

Il punto

La rivista *Appunti di Viaggio* è nata per raccontare l'avventura delle meditazioni silenziose, soprattutto quelle di radice cristiana.

Abbiamo poi allargato i nostri interessi, cercando di sviluppare una ricerca ad ampio raggio che permettesse ai lettori di osservare la Verità da varie angolazioni, per arrivare sempre più vicino all'essenza del Mistero.

Per queste ragioni, fin dall'inizio, abbiamo promosso incontri e corsi che ci sembravano belli e utili per sperimentare i cammini di cui parlavamo nella rivista e, qualche anno dopo la sua nascita, per approfondire le tematiche degli articoli, abbiamo iniziato a pubblicare libri con i nostri due marchi editoriali [Edizioni *Appunti di Viaggio* e, poi, Edizioni *La parola*].

Con il nostro povero lavoro credo che, almeno in piccola parte, abbiamo contribuito alla diffusione dei cammini meditativi silenziosi in Italia e, in qualche modo, abbiamo quindi svolto il ruolo per cui siamo nati.

In questi anni [la rivista è nata ufficialmente nel giugno 1991, anche se esisteva già da tre anni, dal 1988, e serviva da "foglio di collegamento" per le persone che partecipavano ad un ritiro mensile di *Meditazione Profonda* a Roma] sono cambiate molte cose, dal punto di vista economico e sociale, e molte persone si sono impoverite e quindi si fanno meno corsi, si comprano meno libri e diminuiscono gli abbonamenti.

Ho però la sensazione che le cose miglioreranno. Non intendo dire che ci saranno dei boom economici come quello del dopoguerra, la cosa non si ripeterà, ma solo che si migliorerà.

Intanto nei prossimi giorni dovranno eleggere il nuovo capo dello stato: spero solo che lo Spirito li illumini e che scelgano una persona "degn" di ben rappresentare l'Italia e

tutti gli italiani: anche i più poveri.

Per quanto ci riguarda, preghiamo il Signore che ci assista anche nei prossimi anni, per poter continuare questo nostro lavoro, che facciamo con amore e con piacere e che, speriamo, vi sia utile.

Parliamo di questo numero

Su questo numero della rivista trovate una “toccante” testimonianza di una persona *sieropositiva*, che ci arriva dal *Servizio Iris* della Caritas di Bolzano, tramite il dottor Pierpaolo Patrizi. Continua poi il “viaggio” sulla concezione del *Risveglio* [o *Illuminazione*] nelle varie tradizioni spirituali: su questo numero trovate un bell’articolo sul “Risveglio nel *chassidismo*” di Alessia Piana. Un altro articolo molto bello è quello di Tiziana Piccinelli, che ha per titolo: “Il metodo: *abhyasa vairagya*”, e che spiega il funzionamento della mente nello *yoga*.

Mi fermo qui e, per non citare tutti gli articoli, dato che sono tutti belli, mi limito a citare il nome dei bravissimi Autori: Pablo d’Ors, Marco Vannini, Roberto Boldrini e Dario Girolami. Naturalmente c’è anche un mio articolo, *Una Madre che ci vuole bene*, che continua la serie di “Una via semplice per la salvezza: istruzioni per l’uso”. Spero che vi piacciono.

I nostri libri

In questo numero trovate poi anche la presentazione di un libro di bellissime poesie di Silvio Anselmo, atto-

re [di teatro], psicoterapeuta e meditante di consapevolezza da tantissimi anni [all’A.me.co.]. Queste poesie sono frutto *anche* del cammino meditativo. La *Prefazione* è fatta da Corrado Pensa.

Il libro è venduto a 16 euro insieme a un CD in cui l’Autore declama le poesie una ad una, con un bellissimo sottofondo musicale. Questo libro non è stato distribuito nelle librerie e potete chiederlo direttamente ad Appunti di Viaggio che lo invierà a 16 euro senza addebito di spese postali.

Nelle prossime settimane dovremmo inoltre ristampare *Il cuore della creazione* di John Main, esaurito da molti mesi.

Altro

Per quanto riguarda il Concorso *Parole dell’anima* è terminata la raccolta dei brani. Nei prossimi mesi lavoreremo al testo da pubblicare e contatteremo i singoli Autori. Comuniceremo novità sul prossimo numero.

Volevo inoltre ricordare, a chi non lo avesse ancora fatto, che va rinnovato l’abbonamento alla nostra rivista: questo è il terzo numero del nuovo anno (Settembre 2014/Agosto 2015). Allo scopo, solo a chi non ha rinnovato, alleghiamo un bollettino di conto corrente postale.

Mi sembra di aver detto tutto.

Allora, vi saluto con affetto e vi abbraccio fraternamente.

EDIZIONI APPUNTI DI VIAGGIO
IL CUORE DELLA CREAZIONE

Insegnamenti per una meditazione cristiana
di John Main

Introduzione di Laurence Freeman
RISTAMPA [a giorni nelle Librerie]

Introduzione

Moltissime persone sono venute a conoscenza di John Main dopo la sua morte. Questo fatto ha confutato una delle presunte regole dell'editoria: che la fortuna di uno scrittore tenderebbe a declinare quando egli non sia più lì a promuovere un libro con la sua visibile presenza. Le eccezioni a questa regola sono gli scrittori importanti, quelli che non solo trasmettono una tradizione, ma la sviluppano.

Man mano che compare un nuovo libro del suo insegnamento, sempre più gente viene a conoscenza di John Main, e potrebbe così essere utile dire una parola sulla sua vita – una vita che ha un valore esemplare come parabola di pellegrinaggio. Nacque a Londra nel 1926 in una famiglia irlandese, e nel tessuto della sua vita si intrecciarono i temi della preghiera e della comunicazione. Dopo la guerra, quando nelle retrovie prestò servizio nell'Intelligence,

John Main sperimentò una vocazione religiosa e studiò a Roma per un paio d'anni, ma poi tornò per seguire il corso di Diritto al Trinity College, a Dublino. Una volta laureato, entrò nel Colonial Service e fu inviato in Malesia. Lì imparò a meditare con un monaco indù, e ciò che apprese da questo maestro di vita interiore, lo avrebbe insegnato un giorno nella Chiesa.

Ritornato in Occidente, John Main fu lettore di Diritto Internazionale al Trinity College di Dublino. Nel 1957 divenne monaco benedettino a Londra e, quando spiegò come pregava, sperando di arrivare a capire ciò che aveva imparato in Oriente, gli fu consigliato di smettere di meditare, perché non rientrava nella tradizione. Quindi – come egli disse in seguito – entrò nel deserto per parecchi anni, ma solo in modo che, quando ritornò al sentiero, fu “alle condizioni di Dio e non alle mie”.

Qualche anno dopo John Main rilesse Giovanni Cassiano, i cui scritti avevano influenzato profondamente San Benedetto e l'intera tradizione

occidentale, e proprio in quelle conferenze del quinto secolo John Main riscoprì il mantra. Da quel momento in poi egli ebbe la crescente persuasione che esisteva una tradizione di preghiera contemplativa che rispondeva alla nuova visione della Chiesa, quella della santità del popolo di Dio. Ritornò a Londra, dove fondò una piccola comunità di laici nel monastero; quest'ultima rapidamente divenne un centro per gruppi di meditazione che insegnava questa via a persone di ogni età, ambiente e stato sociale. Per rispondere ai bisogni di individui e di nuovi gruppi che si stavano formando fuori dal Centro, iniziò a scrivere e a registrare i suoi discorsi. *Word into Silence* (tr. it. Dalla parola al silenzio, Edizioni Appunti di Viaggio, 1995) risale a questo periodo, e resta un'introduzione classica alla meditazione cristiana.

Nel 1977, su invito dell'arcivescovo di Montreal e del vescovo Leonard Crowley, John Main fondò una piccola comunità a Montreal, il cui lavoro e obiettivo centrale sarebbe stato di vivere il vangelo attraverso la pratica e l'insegnamento della meditazione. Di lì la sua opera iniziò a diffondersi per il mondo e, prima della sua morte alla fine del 1982, una vasta comunità di meditanti aveva iniziato a formarsi e a ridar vita alla consapevolezza, da parte della Chiesa, di essere una società radicata nella preghiera e nell'azione contemplativa. La visione che ha portato alla realizzazione di tutto ciò è presenta-

ta nelle *Letters from the Heart* e in *The Present Christ*.

Il cuore della creazione (*The Heart of Creation*) offre un nuovo aspetto del pensiero e dell'insegnamento spirituale di John Main. I discorsi furono tenuti all'inizio per gruppi di meditazione che si incontravano ogni settimana nel Priorato di Montreal. Utilizzando i nastri di questi discorsi ed altro materiale scritto con le sue annotazioni, li ho pubblicati in modo tale che, spero, come il precedente *Moment of Christ*, renderanno il dono che John Main aveva da condividere accessibile a molte più persone di quante abbiano mai avuto la possibilità di pigiarsi nella sala di meditazione del Priorato, dove egli era un maestro tanto vitale della via del Cristo.

John Main sapeva che il processo primario della trascendenza è la preghiera. Come T. S. Eliot, egli comprese che la preghiera è "più di una composizione di parole, della cosciente occupazione della mente che prega o del suono della voce in preghiera". Per lui era attenzione pura, in cui il fascio di luce della coscienza è completamente distolto dai propri flussi di pensiero, sensazione o percezione. Ma a cosa lo rivolgiamo? Su quale immagine o credenza fissiamo la mente per superare la paura di perdere la nostra autocoscienza, il "crescente terrore di non aver nulla a cui pensare" (Eliot)? John Main è maestro nella tradizione apofatica della preghiera priva d'immagini, non-con-

attuale. Così, la sua risposta è: il pieno e perfetto nulla chiamato povertà.

Pregiera pura significa il trascendimento di tutti i pensieri e le immagini. Non guardare verso Dio, ma dentro Dio. Significa vedere Dio con la visione priva d'immagini della fede, cioè il potere (e il dono) che realizza la nostra unione con Cristo che prega in noi. Vediamo Dio attraverso i Suoi occhi quando cessiamo di vederLo attraverso la nostra visione inadeguata. Conosciamo Dio con la mente di Cristo quando, rinunciando all'autocoscienza, che è un grande dono umano, la nostra mente diviene una cosa sola con la Sua.

In una civiltà frenetica e agitata come quella in cui viviamo, satura d'immagini, idee ed interpretazioni di se stessa, la sapienza apofatica diventa una feconda corrente di rinnovata freschezza e speranza. Le sue idee sono intrise di speranza. Il mondo ha fame di sentirsele ripetere in continuazione, perché dimentica la loro verità molto rapidamente. Sono le scoperte della tradizione contemplativa cristiana, in perenne fioritura. John Main le ha conosciute come verità verificate dalla sua personale esperienza.

Un indizio della sua autenticità è che, nell'annunciarle, egli ha trasceso quella sua stessa esperienza. Nei brevi capitoli di questo libro non troverete le annotazioni di un diario spirituale. E, nonostante la metafora della preghiera come pellegrinaggio

fosse la sua preferita, non troverete neanche il giornale di bordo delle sue personali ricerche. Si tratta di una forma di scrittura spirituale, quella confessionale ed autobiografica, che ha avuto una nobile e ricca tradizione, e che oggi conosce un nuovo rigoglio. Ma c'è un'altra forma, più classica, quella piuttosto esplicitiva che descrittiva, che non tanto descrive una ricerca, quanto esplora ciò che è già stato trovato. Ovviamente, come ci ricorda la "santa curiosità" di S. Bernardo, cercare è trovare e trovare è cercare di nuovo. Ma nell'insegnamento spirituale le due cose prendono rilievo in modi diversi. Hanno tuttavia una spinta in comune, che dà la misura del loro valore originario. Questo valore sta nell'interesse a mettere la propria vita interiore al servizio degli altri, così come un apostolato attivo dedica loro le risorse esterne. Ma l'interesse di John Main non era di fare della propria esperienza il sostituto vicario di quella altrui. A lui interessava guidare ed aiutare gli altri alla loro personale scoperta, alla loro illuminazione unica ed eterna.

Per alcuni è difficile credere a questo altruismo spirituale in altre persone, specialmente finché sono in vita. Lo scetticismo si alimenta della scoperta di motivazioni composite. E, dal momento che le motivazioni sono condizionate dalle mutevoli circostanze di un'esistenza, è difficile valutare la loro consistenza e purezza prima che la morte abbia portato a

compimento la narrazione di una vita. Un insegnamento autentico, ad ogni modo, si fonda su una personalità autentica che, pur restando umana e quindi fallibile, nondimeno manifesta un livello insolitamente elevato di integrità. Come facciamo a sapere se dobbiamo ascoltare un insegnamento che ci provoca e ci richiama alla disciplina? Le idee da sole potranno anche entusiasmarci, ma possono portarci soltanto a un'altra riflessione, non a una più profonda conversione. La personalità da sola può abbagliarci, ma non basta a suscitare un impegno maturo.

In John Main la chiesa e il mondo hanno la fortuna di trovare un maestro di saggezza che possiede una personalità autentica, radicata nell'esperienza vissuta di un sistema d'idee coerente e in evoluzione. Mentre, durante la sua esistenza, molti hanno trovato l'insegnamento reso vivente nella sua personalità, oggi altri troveranno la personalità immanente nel suo insegnamento. Alla fin fine, la libertà umana esige che ci fidiamo di noi stessi. Ma per arrivare a tanto abbiamo bisogno di riporre la fiducia in un maestro. Questa è la tradizione cristiana sin dai tempi più antichi. Oggi il nostro mondo è immiserito dalla penuria di maestri autentici, dalla scarsità di sapienza. La richiesta di questo libro è venuta da tutti quegli uomini e quelle donne nel mondo che hanno trovato in John Main un maestro di quel genere, e che hanno imparato da lui in modo da poter tra-

smettere l'insegnamento ad altri. Negli ultimi cinque anni ho visto il frutto della pienezza di John Main in innumerevoli individui e in gruppi, centri e associazioni di meditazione, che sono fioriti a dimostrazione di ciò che lui credeva: che l'esperienza contemplativa si sviluppa nel Corpo di Cristo.

Per essere persuasi di qualcosa, dobbiamo credere sia nell'integrità del maestro che in quella delle sue idee. E, senza persuasione, siamo impotenti a trovare un senso. John Main voleva renderci persuasi, soprattutto, di un modo di comprendere la preghiera. Egli voleva condividere con noi la sua visione della preghiera come esperienza di totale umanità, in una comunione con Dio senza deviazione e senza rifrazione. Non col Dio che, per la coscienza moderna, è morto, ed ha lasciato tanti con la falsa percezione dell'assenza di fede. Non col Dio dei campi di battaglia e degli zuccherini. Ma con il Dio adorato da Gesù. Per John Main e i suoi lettori, l'immagine offuscata, monistica, di Dio è messa nitidamente a fuoco dalla rivelazione cristiana del Dio in tre Persone. La nostra relazione con Dio, la relazione fondamentale della vita in cui tutto giunge a compimento, in cui i valori umanitari trovano radici, matura attraverso la preghiera. Nella preghiera cristiana questa relazione, che è così vitale per la nostra relazione con noi stessi e con gli altri, si sottrae al melodramma di un incontro immaginario fra un ego

umano ed uno divino. Illuminati dallo Spirito in modo da vedere il Figlio come rivelazione del Padre, accediamo all'esperienza cristiana della preghiera. Così siamo pronti per smettere di ascoltare noi stessi, pronti per il silenzio che redime.

Nel silenzio, il rapporto con Dio diventa più che pensiero, dialogo o patto nell'accezione contrattuale. Cessiamo di porre le domande che non hanno risposta perché sono mal poste: tutti i "perché?" con cui cerchiamo di portare Dio al banco degli imputati. Invece di interrogare, ci risvegliamo. Mentre la coscienza si approfondisce, si chiarifica e, inoltre, si espande. Ci risvegliamo, così da vedere che conosciamo Dio vivendo la nostra vita nella stessa vita che unifica le tre Persone in una sola Natura. Noi traiamo la nostra vita dalla natura divina, e per questa ragione restiamo un mistero a noi stessi al pari di Dio. Ma siamo anche altri da Dio, e così possiamo, e dobbiamo, conoscere noi stessi. La nostra vita, il nostro significato è inseparabile da Dio, perché non siamo pienamente noi stessi finché non ritorniamo a Dio dal quale siamo venuti all'essere. Dobbiamo congiungere la nostra fine al nostro principio. Solo allora cessiamo di morire ininterrottamente. Poi iniziamo a gustare quella vita che è eterna. La vita eterna è il vero significato, e nella preghiera tutto ciò trova compimento, prendendo consapevolezza che tutto ciò che accade tra il principio e la fine converge in unità. Questa

è l'armonia che John Main vede come il frutto della preghiera.

Quindi egli vede la preghiera come qualcosa di assai più grande di come la vediamo noi. Per John Main la preghiera, alla luce del mistero cristiano, non è, essenzialmente, "la mia preghiera" punto e basta, ma l'accesso di noi tutti alla preghiera di Cristo. La coscienza umana di Cristo, che trascende se stessa, ci risucchia nella corrente della sua perfezione. Nella morte e resurrezione, nell'ascensione e glorificazione, Gesù ha congiunto la fine al principio. E, inviando lo Spirito, ci ha conferito il Suo stesso significato divino. Noi andiamo al Padre con Cristo perché andiamo al di là di Cristo. La necessaria dimensione ulteriore della coscienza, che permette di verificare personalmente ciò che è paradossale e concede infinito spazio all'espansione, è lo Spirito, la Persona divina che non si vede mai.

Dite il vostro mantra. In queste quattro parole John Main, con eroica semplicità, pone il culmine di una via di trascendimento. Egli provoca il lettore a fare teologia in modo personale ed esperienziale, a conoscere Dio "nella vostra stessa esperienza". Poesia e filosofia sono ricondotte alla loro irriducibile povertà. La credenza, con la sua inclinazione ad elaborare all'infinito, è richiamata a casa sua nella fede. È una brusca provocazione, un richiamo implacabile. Ma si ammorbidisce non appena vediamo che è ripetuto costantemente. L'insegnamento è coerente: rinuncia

alle novità, ma è ininterrottamente rinnovato. Da qualunque direzione queste pagine si accostino al mistero della preghiera, troverete sempre lo stesso semplice e diretto consiglio. Alla luce della vostra stessa esperienza, vedrete, in ciascun ri-trovamento, una profondità più grande, una chiarezza più piena, un senso più personale. L'esperienza è il maestro, e affinché questo insegnamento di meditazione trovi suolo fecondo, è importante che venga praticato.

John Main descrive l'impegno e la disciplina necessari per il progredire di questa esperienza. Ma ci vengono proposti come delle meravigliose verità di liberazione ed adempimento, radicali, non rigoriste. La semplicità senza compromessi è mitigata dalla consapevolezza che il lavoro della preghiera è cooperazione, perché lo Spirito di Dio si congiunge al nostro spirito. Ci sono concesse tutte le opportunità che ci servono. Imparando a dire il mantra noi impariamo le grandi verità cristiane dalla nostra stessa esperienza. Impariamo cosa significhi essere accettati ed accettare un perdono incondizionato. Quando non riusciamo a dire il mantra semplicemente e con continuità, acquistiamo gradualmente la saggezza della visione unitiva, al di là della dualità di successo e fallimento. Mentre impariamo a dirlo, l'esperienza stessa verifica che si tratta di un modo per essere discepoli.

Quando intraprendete questa disciplina, così come v'invita ed inco-

raggia a fare questo libro, non vi ci vuole molto tempo per smettere di aspettarvi risultati immediati. Iniziate a vedere che crescere spiritualmente è rinunciare al desiderio di ottenere, ad ogni livello. La meditazione si assorbe nella sostanza della vita quotidiana, non più come tecnica ma come modo di vivere nella fede. Poiché è un atto di trascendimento praticato al centro della persona, la meditazione irraggia il suo influsso su tutti i punti della circonferenza. È nelle circostanze della vita e nelle risposte da dare ad esse che si riconosceranno i frutti di questa preghiera antica e senza tempo. Ma appena li riconoscerete, nello stesso istante riceverete la consapevolezza che il centro del vostro essere si sta espandendo. "Non sono più io che vivo, ma è Cristo che vive in me". Ciò che sembrava la puntura di spillo di un'identità isolata, ora si dilata invitandoci in un universo fatto di essere.

È importante essere preparati alla forte persuasione che incontrerete in questo libro, e in tutti gli scritti di John Main. Poiché abbiamo maggiore familiarità con lo scetticismo, o con il comodo consenso che si ottiene senza difficoltà, una così forte persuasione può metterci a disagio. Leggendo John Main venite provocati, in modo diretto, ma sempre con gentilezza. Vi incoraggerà mostrandovi che ridursi alla povertà non è impoverirsi. Dovunque s'incontrino due povertà, si genera ricchezza. La povertà umana e quella divina si

incontrano, in Gesù, al centro di ogni persona umana. Pertanto è lì che accediamo al regno che, realizzandosi in noi, viene sulla terra.

La vera concentrazione è espansiva, non costringiva. L'invito a meditare non implica l'esclusione di alcuna cosa che abbia senso. Anzi, restituisce senso a pratiche o a parole che ne siano state svuotate. Vi sarà d'aiuto il ricordare, mentre proseguite la lettura, che l'autore era un monaco. La sua vita era vissuta nell'arricchimento continuo del ritmo della preghiera, scritturale e liturgica. Egli condivise questa vita con i laici, compresi parecchi giovani che erano stati sradicati da ogni tradizione religiosa. Egli comprese che la meditazione ci riporta al rispetto, rinnovato da ciò che è autenticamente spirituale.

Quando chiedevano a John Main se pensava che questa fosse l'unica via per pregare, rispondeva che era l'unica che avesse trovato. Era il suo modo di rispondere ad una di quelle famose domande mal formulate. La sua vita, e l'insegnamento con cui guidava gli altri, mostravano che l'"unica via" non esclude altre vie. Non più di quanto Cristo negli delle manifestazioni del Verbo di Dio al di fuori dell'Incarnazione.

John Main non credeva nell'imposizione delle convinzioni, ma credeva piuttosto nella rottura delle abitudini mentali, che ci trattengono dal dispiegare tutte le nostre possibilità. Credeva, con certezza sempre più

profonda, che lo Spirito guida il mondo moderno attraverso le sue stesse crisi, risvegliando, nel bel mezzo della nostra confusione e della nostra ansia, il ricordo della santità cui siamo destinati. La potenza contemplativa della cristianità originaria, dirottata in grande misura sulle strutture dogmatiche ed istituzionali, è ora sprigionata di nuovo. Non per una regressione, ma per un'altra tappa del cammino di una cristianità universale e contemplativa. L'esperienza contemplativa è semplicemente pura attenzione a Dio nel momento presente. E, nei cuori delle persone comuni, questa esperienza conduce la Chiesa, la cui vita è la preghiera, al centro del mondo, in quanto è il cuore della creazione. Quando le persone comuni entrano, per la porta del loro stesso essere, nell'eterno 'ora' di Dio, l'istante di Cristo, la Chiesa si muove in quanto Corpo di Cristo nel qui-e-ora dell'Umanità.

L'insegnamento di John Main vi invita ad una via di preghiera che, in virtù della sua totale semplicità, è universale. Può meditare chiunque voglia iniziare. Ascoltare davvero ciò che queste pagine dicono, sempre di nuovo in modi diversi, è udire una parola che trascende la voce che la veicola. Noi meditiamo per udire la Parola stessa con totale attenzione, e per esserLe quindi uniti.

Laurence Freeman, OSB [1988]
Christian Meditation Centre, Londra

EDIZIONI LA PAROLA

IL VIAGGIO

Desiderio d'infinito

[Poesie]

di Silvio Anselmo

Prefazione di Corrado Pensa [Libro pp. 144 + CD, € 16]

Il libro non è nelle Librerie: va ordinato direttamente all'Editore

PREFAZIONE

Sono amico di Silvio da parecchi anni e ho avuto modo di gustare e apprezzare la sua creatività poetica. Mi piace ricordare che alcuni ritiri di meditazione ai quali entrambi partecipammo, in Svizzera, furono per Silvio fonte di ispirazione per le sue poesie.

Quanto alla presente raccolta, vorrei dire come prima cosa che in essa emerge con decisione il Silvio poeta filosofo. E mi è parsa un'idea eccellente quella di cantare in versi le grandi verità, come ad esempio la legge del mutamento continuo di tutte le cose:

*...la forma vita
dall'eterno cangiare è nutrita.
La Verità è nel fluire,
la Forma
un suo momentaneo apparire.*

E ancora:

*Il reale che appare e in cui sto
è solo movimento.
L'essere è
divenire.
È festose e pazzie
rondini in volo!*

Inoltre Silvio, come i suoi amici sanno bene, è da molti anni cultore assiduo della meditazione di consapevolezza e dell'insegnamento buddhista. E la sua esperienza in questo campo – mi sembra proprio evidente – giova non solo alla poesia, ma anche ad approfondire la comprensione del Dharma e del cammino interiore.

*...Nella consapevole lentezza
è possibile l'unione "col volto di tutte
le cose".*

*È la fine della separazione,
è la comunione con l'effigie nascosta
del Mistero, e del suo scopo.*

Dunque, ci dice Silvio in questi versi, la consapevolezza va ben oltre la capacità di essere presenti. Essa infatti è non separazione, è Mistero.

Grazie di cuore Silvio.

Leggiamo e rileggiamo con gioia queste tue liriche, e già siamo in attesa delle nuove.

Luglio 2014

Corrado Pensa