



# APPUNTI DI VIAGGIO 136

Note di  
ricerca spirituale

Anno XXIV - Mensile Marzo-Aprile 2015 (15/4)

**PAROLE DELL'ANIMA**  
[Parole e testi  
nati dallo Spirito]



**Autori Vari**  
Edizioni La parola

**La mappa – Shalom – Risvegliarsi al presente [intervista a Thomas Keating] – Tornare a casa – VEDERE CON CUORE: Una via semplice per la salvezza: istruzioni per l'uso: 4. Misericordia e verità si incontreranno; «Dove sono io siano anche loro» (Gv 17,24) – L'incontro con Krishnamurti [intervista a Gérard Blitz] – Tao te ching – I NOSTRI LIBRI: *PAROLE DELL'ANIMA* [Parole e testi nati dallo Spirito per nutrire il cammino spirituale], di Autori Vari. Edizioni La parola – Corsi di meditazione e di preghiera – Popoli in cammino – Il Catalogo**

---

# Sommario

- 2 La mappa
- 4 Shalom  
*Pasquale Chiaro*
- 6 Risvegliarsi al presente [intervista a Thomas Keating]  
a cura di *Cynthia Bourgeault*
- 14 Tornare a casa  
*Marta Giacon*
- 22 VEDERE CON CUORE: [22] *Una via semplice per la salvezza: istruzioni per l'uso*: 4. Misericordia e verità si incontreranno, di Pasquale Chiaro; [27] «*Dove sono io siano anche loro*» (Gv 17,24), di Mariano Ballester
- 29 L'incontro con Krishnamurti [intervista a Gérard Blitz]  
a cura di *Bruno Solt*
- 33 Tao te ching  
a cura di *Dario Doshin Girolami*
- 51 I NOSTRI LIBRI  
*PAROLE DELL'ANIMA* [Parole e testi nati dallo Spirito per nutrire il cammino spirituale], di Autori Vari. Edizioni La parola
- 55 Corsi di meditazione e di preghiera
- 58 Popoli in cammino
- 64 Il Catalogo

Il tempo eterno implica i valori dell'eternità, che trascendono il tempo ordinario, interrompendo il tempo lineare. Al di là del mondo tridimensionale del tempo e dello spazio, c'è la sua fonte originaria, che è sempre presente anche come fondamento di ogni realtà. E i suoi valori comprendono e uniscono l'eternità in un eterno abbraccio. In tal modo, per la persona o il ricercatore che ha interiorizzato questi valori, tutta l'eternità è presente in ogni istante. [6]

«DOVE SONO IO SIANO  
ANCHE LORO» (Gv 17,24)

Ogni volta che facciamo meditazione nell'Adorazione o davanti al Tabernacolo abbiamo il darshan alla presenza di Gesù, il Signore. Il darshan di Gesù è uno dei più grandi ed incomprensibili doni che Egli ha voluto lasciarci. Gesù non vieta mai a nessuno il suo darshan: è sempre lì, in silenziosa meditazione, in continua unione con il mistero del Padre e desideroso di comunicarci la sua stessa esperienza. [27]

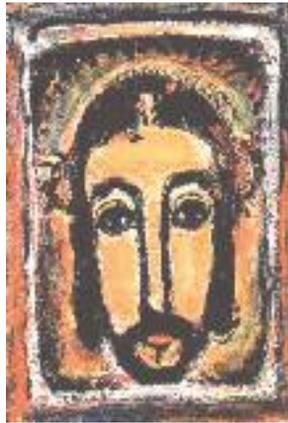
## La mappa

L'INCONTRO CON KRISHNAMURTI  
*Intervista a Gérard Blitz*

*Come ha incontrato Krishnamurti?*

In un modo molto semplice! Ho avuto l'occasione, grazie all'interesse che mia moglie Claudine manifestava nei suoi confronti, di leggere le sue conferenze e questo ha risvegliato in me un'incredibile risonanza. Per una serie di circostanze fortunate, un giorno mi sono trovato invitato nel suo entourage. Eravamo a Saanen, in Svizzera. [29]

IL VOLTO DI CRISTO  
di Georges Rouault



TAO TE CHING

*Tao* significa letteralmente la Via, e in senso più ampio vuol dire anche l'essenza ineffabile dell'Universo. *Te* vuol dire virtù, o anche forza interiore, integrità, eccellenza morale. *Ching* vuol dire Canone, grande libro, o classico. Pertanto *Tao te ching* può essere tradotto come il Canone classico della Via della virtù. L'opera, che è il testo principale della tradizione religiosa taoista, è divisa in due sezioni principali: *Tao Ching* (il "Classico del Tao", capitoli 1-37) il e *Te Ching* (il "Classico della virtù o degli effetti del Tao", capitoli 38-81). [33]

In un tempo difficile come quello che stiamo attraversando, in un tempo in cui comincia ad essere evidente a tutti che siamo partecipando ad un cambiamento radicale, è necessario, come gli apostoli nella barca sul mare in tempesta, sentirsi saldi in ciò che è affidabile al di là di ogni tempesta, saldo al di là di ogni turbamento. Ciò che garantisce è accanto, non è lontano, anzi è dentro di noi, ma per molti ancora non è chiaro cosa sia questa forza che ci abita e che ci rende saldi e liberi dalla paura e dalla confusione. Difficile riconoscerla se non si è fatto un viaggio a ritroso. Un viaggio che ci riporti a casa, lì dove siamo noi. Dove semplicemente siamo noi. [14]

MISERICORDIA E VERITÀ  
SI INCONTRERANNO

*Misericordia e verità s'incontreranno,  
giustizia e pace si baceranno.  
La verità germoglierà  
dalla terra  
e la giustizia si affaccerà  
dal cielo.*

Salmo 85

Questi versetti hanno trovato compimento nel momento in cui Gesù è stato crocifisso. [22]

---

# Shalom

---

## *Sofferenza e amore*

La Pasqua è passata, e con essa la commemorazione del sacrificio di Cristo in riscatto per gli uomini. Credo che molti non comprendono ciò che questo significa, o perlomeno non ne hanno piena consapevolezza. Gesù si è incarnato, e per farlo ha abbandonato il suo stato di beatitudine eterna in unità con il Padre e con lo Spirito per assumere la nostra condizione umana. È nato in una stalla e, avvolto nelle fasce di neonato, ha dormito nella mangiatoia. Appena nato la sua famiglia è dovuta fuggire in Egitto per evitare che Erode lo uccidesse. E poi, tornato a Nazaret, è cresciuto poveramente, guadagnandosi il suo pane quotidiano, ovvero aiutando il padre Giuseppe nel suo lavoro di artigiano. A trent'anni ha abbandonato la famiglia per portare a compimento la sua missione. Ha predicato per tre anni la *Buona novella* risanando ciechi sordi storpi indemoniati, resuscitando i morti e, per concludere il suo passaggio terreno, ha affrontato la sua passione e morte in croce. Una morte ignominiosa, riser-

vata ai malfattori, ai nemici più pericolosi della società.

E tutto questo in obbedienza al Padre (*vengo per fare la tua volontà*) e come atto d'amore "supremo" per riscattare i figli di Eva dal potere del male del quale erano diventati succubi: ora si può scegliere di essere liberati.

Qualche giorno fa a Garissa, in Kenya, le milizie islamiche di al-Shebab hanno ucciso 148 studenti perché cristiani. Dopo la morte di Gesù ci sono stati tanti martiri, tante volte è accaduto che degli uomini venissero uccisi e spesso sono stati vessati in molti modi solo perché cristiani. Continua dunque la passione di Gesù nei suoi seguaci. Sembra che l'essere cristiani comporti una speciale partecipazione alle sofferenze di Gesù, alla sua passione. In realtà la sofferenza e la tribolazione fanno parte dell'esperienza di ogni uomo, di ogni anima incarnata; il cristiano però ha la possibilità di accoglierle con amore e di riscattarle, di dar loro un senso, un significato che supera la cosa in sé: può offrirle al Padre unendole a quelle di

---

Gesù e partecipare in questo modo alla liberazione dal male, alla propria liberazione e a quella di ogni uomo.

Il cristiano può dire con San Paolo: “Completo nella mia carne quello che manca ai patimenti di Cristo, a favore del suo corpo [mistico]”.

In realtà, subire la sofferenza senza provare ad accoglierla non conviene: fa più male. Per questo motivo vi invito a provare ad accoglierla con amore, per darle un senso e trasformarla in bene. Naturalmente, questo invito lo rivolgo innanzitutto a me stesso che non sono mai stato amico della sofferenza.

E spero che il Signore ci aiuti a farlo.

#### *Il concorso “Parole dell’anima”*

Tornando a noi, voglio dirvi che il Concorso “*Parole dell’anima*” è arrivato alla meta. Stiamo preparando il libro con i racconti e le poesie che abbiamo scelto, e dovremmo pubblicarlo al più presto. Lo presenteremo a Roma, nella Sede di Appunti di Viaggio, sabato 23 maggio 2015, alle ore 16.

Tutti sono invitati a partecipare, in particolare i vincitori, che sono stati avvertiti tramite mail. Naturalmente tutti gli autori pubblicati sono vincitori, in quanto accolti per essere pubblicati nel libro, tra questi i primi tre dei racconti e i primi tre delle poesie, preghiere e haiku sono i vincitori in assoluto. Questi primi tre di ciascuna sezione, oltre ad essere stati pubblicati, riceveranno un piccolo omag-

gio da *Appunti di Viaggio*.

Su questo numero della rivista vi offriamo la splendida *Prefazione* di Roberto Boldrini, che è una preziosa chiave di lettura dei testi in concorso.

#### *Gli articoli*

Anche in questo numero della rivista troverete dei preziosi nutrimenti per la vostra anima. Più precisamente vi offriamo due interviste, molto belle, la prima fatta a Thomas Keating sul Risveglio contemplativo in ambito cristiano (e con questa intervista termina la nostra ricerca sul *Risveglio* nell’ambito dei diversi cammini spirituali), la seconda rivolta a Gérard Blitz, nella quale il *maestro* ci parla del suo felice rapporto con Krishnamurti.

Oltre a queste interviste, vi segnaliamo un breve ma profondo articolo in cui p. Mariano Ballester ci mostra l’essenza dell’*Adorazione eucaristica*, e un interessante articolo sul *viaggio interiore*, di Marta Giacon, dal titolo: *Tornare a casa*. Infine, in questo numero Dario Girolami ci presenta la prima parte del magistrale libro *Tao Te Ching*. Non ci eravamo mai occupati del *Taoismo*. Ora lo facciamo partendo dal suo ricchissimo cuore.

Spero di non aver dimenticato niente.

Auguro una buona lettura e vi saluto tutti con affetto.

Roma, 8 aprile 2015

---

EDIZIONI LA PAROLA

AUTORI VARI

## PAROLE DELL'ANIMA

*Parole e testi nati dallo Spirito  
per nutrire il cammino spirituale*

Prefazione di Roberto Boldrini, pp. 150 circa, € 15

---

### PREFAZIONE

*Appunti per un viaggio interiore*

Il titolo che ho dato a questa prefazione, che richiama il nome della casa editrice e della rivista, non nasce solo dal senso di gratitudine che mi sento di esprimere nei confronti dell'amico Pasquale Chiaro che ha voluto inviarmi i testi da lui selezionati. C'è un'altra ragione che scaturisce dal modo in cui ho letto le poesie e i racconti. Dopo una prima lettura sono ritornato sui testi prendendo degli appunti, sottolineando dei passaggi, delle parole o delle frasi che ho sentito per me importanti e frutto di un'autentica ricerca spirituale. Rivedendo poi gli appunti ho realizzato che potevano essere considerati come dei segnali che ci guidano nel viaggio interiore. Credo che il testo vada letto proprio così, come un viaggio nell'interiorità dei vari autori soffermandosi qua e là per

meditare sul proprio cammino nutrendosi di quello degli altri.

In tal senso non c'è un testo più bello di un altro, semmai può esserci un testo o delle parole che possiamo sentire in risonanza con la nostra visione e il nostro sentire. Risonanza che non vuol dire semplicemente accordo quanto piuttosto stimolo a meditare più in profondità sul nostro essere. E spunti in tal senso ognuno li può trovare in abbondanza nelle parole degli autori presentati in questo libro. Vorrei pertanto invitare alla lettura dei testi presentando i miei "appunti di viaggio", utilizzando, quando opportuno, alcune parole o frasi – che metterò in corsivo – riprese qua e là dalle poesie o dai racconti.

In vari testi ritroviamo il tema del viaggio come ricerca di "qualcosa" di più profondo in noi stessi. In fondo è da qui che tutti partiamo, perché siamo più o meno consapevoli che intorno a noi e dentro di noi si nasconde un mistero. E così vorremmo raggiungere quel miste-

---

ro, che possiamo chiamare Dio, mettendoci delle *ali* per approssimarci a Lui o per riuscire *almeno a cantarlo*. Ma questo Dio sembra sfuggirci, sembra quasi allontanarsi ogniqualvolta cerchiamo di avvicinarci a Lui. È come se volessimo acchiappare l'orizzonte avvicinandoci ad esso. Ma questo è impossibile. È come nella storia del filosofo Zenone quando ci dice che Achille non potrà mai raggiungere la tartaruga. Ed è così che in noi può rimanere un anelito forte che a volte può volgersi in sconforto o dramma personale. Dio dove sei? Perché non ti mostri? Perché non mi sei vicino? Il desiderio di Dio è così forte che paradossalmente ci allontana da Lui, come successe ad un grande poeta mistico indiano, Tukaram, il quale attraversò incredibili sofferenze tanto era la sua devozione per un Dio al quale non riusciva a dare un volto. Allora che fare? O forse dovremmo chiederci: c'è qualcosa da fare? È così lontano questo Dio che cerchiamo?

Nella nostra tradizione cattolica, almeno in quella ufficiale e non certo in quella che fa riferimento alla mistica, Dio ci è stato sempre presentato lontano da noi stessi come un Essere dal quale ci divide la nostra natura di creature finite e determinate. La Chiesa spesso ci ha posti di fronte a dogmi astratti e credenze senza indicarci una via di

conoscenza profonda della nostra essenza. Ma *il mistero è incompatibile con le astrazioni ... e l'arroganza religiosa*; è in noi stessi che dobbiamo indagare umilmente. È proprio indagando il nostro cuore che possiamo, come ammoniva la scritta nel tempio di Apollo, "conoscere Dio e l'Universo". Quanto è lontano allora Dio da noi stessi? Quale mezzo dobbiamo utilizzare per raggiungere la nostra profondità? Dobbiamo forse compiere un viaggio nel tempo e nello spazio? Così ci illude la nostra mente, portandoci in questo e quel luogo sacro, in India o in Giappone. E più seguiamo le indicazioni della mente e più perdiamo noi stessi, proprio perché non c'è alcun viaggio da compiere, perlomeno non esterno a noi stessi. Dio non è lontano, pensarlo lontano e alienarsi da sé, è ricreare un pernicioso dualismo che spezza i nostri cuori. *Dio è intrinseco, intrecciato nei nostri corpi*, paradossalmente così intimo che non riusciamo a "vederlo", e d'altra parte come possiamo vederlo se non si può presentare davanti a noi come un ente o un oggetto? È quanto accade analogamente per la percezione visiva. Possiamo forse vedere i nostri occhi che vedono? Eppure vediamo. *Dio è nascosto alla mente, ma non al cuore*. Finché ci accaniamo ad usare le nostre "facoltà" intellettive e i nostri sensi possiamo solo creare

---

fantasmi, idoli e cedenze in Dio, ma l'esperienza del divino ci rimarrà preclusa. Allora che cosa ci divide dalla nostra profondità? Concetti e pensieri! Basta un pensiero su Dio per farlo sparire, perché lo abbiamo trasformato in un oggetto della nostra conoscenza. Ecco allora che diventa chiaro a questo punto il senso del "viaggio spirituale", che non consiste nel raggiungere qualcosa ma piuttosto in un "togliere" tutto ciò che ci impedisce di essere tutt'uno con ciò che siamo e siamo sempre stati. È un viaggio che dobbiamo compiere *non portando con noi nemmeno una monetina*.

Dobbiamo svuotare noi stessi, o meglio andare oltre tutti i contenuti che si presentano alla nostra coscienza e non identificarci più con essi. La nostra essenza è come un cielo coperto dalle nubi che ci inducono a credere di essere la nostra identità. Ma non è così. Se il *cielo* è vuoto delle nostre proiezioni ecco che *l'Assoluto che in esso risiede* ci si rivela in tutto il suo splendore perché non è più *nascosto dai nomi*. Chi siamo oltre i nomi, la forma, i pensieri che vanno e vengono come uccelli nel cielo? Questo è ciò che dobbiamo scoprire, togliendo il velo che la mente proietta su ogni cosa *distorcendo il corretto sentire che non fa emergere la nostra vera essenza!*

Man mano che ci incamminiamo in questo sentiero di "svelamento",

sempre più ci inoltriamo in una sorta di ignoranza che ci lascia stupefatti di fronte ad ogni cosa. Anche una semplice sedia o un fiore non sono più la sedia e il fiore che pensavamo fossero. Si svuotano del loro nome e della loro forma e ci si rivelano nella semplicità e nel mistero di essere quello che sono. Dire "fiore" o "sedia" non è più appropriato come non ha più senso dire io sono Francesco o Maria. Realizziamo che tutto È e che possiamo stare nella vita *come un puro essere vivi e presenti* al di là delle maschere che possiamo indossare nelle relazioni sociali ed interpersonali. Tutto si fa vivo e acquista una profonda dignità per il semplice fatto di "essere" e il mistero che avvolge ogni cosa ci fa commuovere di beatitudine e ci fa apprezzare anche la semplice *umiltà di un mazzetto di fiori* che possiamo incontrare nel nostro cammino. Ma perché questo possa avvenire è necessario che il Silenzio diventi il nostro *compagno di vita*. Qui non si tratta del silenzio esteriore ovviamente, né del silenzio contrapposto al rumore. Il Silenzio vero è la nostra natura profonda che sa accogliere tutto anche ciò che è assordante e che confonde le nostre menti. È un *Silenzio eterno*, che costituisce la nostra natura originaria, in cui si dispiega il movimento delle nostre vite e delle nostre morti come

---

esseri contingenti. Ma Quello noi siamo in profondità e possiamo esserne consapevoli se solo riusciamo a trascendere lo *psicologismo che sembra invadere ogni aspetto della nostra vita!* A questo punto dire che il Silenzio è un nostro “compagno di vita” non è più vero, perché ognuno di noi è quel Silenzio, non c’è più dualismo in me. È come dire con le parole di Gesù che “io e il Padre siamo una cosa sola” o, secondo la tradizione dell’Advaita Vedanta, affermare la famosa frase “Tat tvam asi” (tu sei Quello). Incarnare questo Silenzio senza più dimenticarci di chi siamo veramente è il nostro compito su questa Terra, se di compito si può parlare. Esso può diventare una *Fonte di pace onnipresente* che trasforma le nostre vite e quelle di chi ci sta vicino. A questo punto non siamo più noi che viviamo, ovvero il nostro piccolo sé ego-centrato, ma è Dio che vive in noi. Ed è ad Esso che dobbiamo abbandonarci *imparando ad avere fiducia* nel nostro Sé profondo *come il contadino confida in quel seme sparso*.

Se impariamo ad abbandonarci non hanno più senso tutte le pratiche che magari per anni ci hanno accompagnato. Non hanno più senso le tecniche yoga, le preghiere, la meditazione zen o via dicendo. Non sono esse di certo che *ci insegnano ad amare*, né c’è qualcuno

fuori di noi che può darci consigli in tal senso. L’amore vero non si apprende come un insegnamento tecnico, può solo sgorgare da noi stessi una volta che ci siamo svuotati di tutte le nostre identificazioni personali. Finché persistiamo nel credere di essere “qualcuno” l’amore rimarrà confinato nella cerchia dei nostri affetti e delle nostre preferenze. Solo *morendo qui*, su questa Terra, a tutti i nostri attaccamenti e condizionamenti possiamo vivere *lontano dal mondo del possesso, del mio e non mio, del prendere per avere* e imparare ad amare tutto ciò che incontriamo e a dire *buongiorno alla mia famiglia, alle persone che incrocerò frettolosamente*. Dire *buongiorno a tutto*, ma davvero a tutto!! Anche ai cosiddetti “nemici”.

Ecco, non vorrei aggiungere altro per lasciare ogni lettore libero di compiere il suo viaggio interiore attraversando le parole che i vari testi ci donano. Grazie dunque a tutti gli autori, anche se non ho potuto citare le parole di tutti. Ma non credo che questo sia importante perché lo spirito di ciò che ho cercato di mettere per iscritto è presente in tutti i testi anche se ovviamente è espresso con un linguaggio che risente dell’esperienza personale di ciascuno.

Roberto Boldrini