

APPUNTI *di* VIAGGIO

Note di ricerca spirituale


164



LIBERTÀ DI CURA E GUARIGIONE

PREVENZIONE DEL TRATTAMENTO
SANITARIO OBBLIGATORIO (TSO)

di Enrico Loria

*Edizioni
La parola*

SHALOM

- # Essere santi
- # La Didaché
- # Nascere dal respiro

TORNARE A CASA

- # Io e Maria
- # Io e Gesù
- # I cinque sensi
- # La caverna del cuore
- # Ogni giorno è un buon giorno

NOVITÀ IN LIBRERIA
IL CATALOGO

LA MAPPA

I CINQUE SENSI

Come possiamo non comprendere che se vogliamo fare esperienza della divinità non possiamo trascendere dalla carne, perché non sono due mondi separati? Noi siamo quelli **39** che ora sanno che chi tradisce la carne e la materia, tradisce il divino, l'Essere degli esseri. Noi, donne e uomini del XXI secolo, sappiamo che fare esperienza dell'umano è fare esperienza di Dio, e più sapremo crescere in umanità più il divino si rivelerà in noi.

ESSERE SANTI

La scelta di essere santi, come mostra bene il Pontefice, non è in primo luogo nostra, ma di chi ci ha creati: "Perché il Signore ha scelto ciascuno di noi 'per essere santi e immacolati di fronte a Lui nella carità' (Ef

8 1,4)" (GE 2). Chi ci ha donato l'esistenza, ci ha sognati santi. Ed è importante che questa santità si realizzi attraverso l'amore, non attraverso altre qualità straordinarie.

NASCERE DAL RESPIRO

Nascere dal respiro è sperimentare di nuovo nišmat hayyim, l'origine stessa del respiro. Allora l'uomo ridiventa vero essere vivente. La meditazione non **30** è altro che questa continua nascita, continua apertura alla vita, continuo osservare l'insorgere del nišmat hayyim. Allora si capiscono in un modo unico, tremendo, le parole di Cristo: "Così è di chiunque è nato dallo Spirito".

OGNI GIORNO È UN BUON GIORNO

Si parla tanto di problemi economici, sanitari, sociali, che pure esistono, ma poco o affatto dell'opportunità di cogliere **52** l'occasione di ciò che sentiamo come aversità per poter crescere moralmente e spiritualmente. Se nes-

suno lo dice a livello istituzionale, e forse non possiamo neanche aspettarcelo, non può e non deve diventare per chi segue un cammino spirituale una scusa per adeguarsi al senso comune.

LA CAVERNA DEL CUORE **44**

È tramandata una frase apocrifia di Gesù che dice: "Il Gesù Cristo che trionfa sulle tenebre è l'Anticristo, il Gesù Cristo che attraversa le tenebre è il vero Cristo". Dobbiamo attraversare la caverna per giungere alla resurrezione, alla terra promessa. Caverna, solitudine non sono luoghi esterni a noi. Sono presenti nel profondo della nostra psiche. Spesso corrispondono a tutto ciò che abbiamo represso, a ciò che non ha avuto spazio o modo di sbocciare, che non siamo riusciti ad integrare, a ciò che chiamiamo l'ombra.



Abbiamo ristampato
San Serafino di Sarov

SOMMARIO

Anno XXX

ARTICOLI

- 8** Essere santi
Diego Fares

- 18** La Didaché
Anonimo

- 30** Nascere dal respiro
Mariano Ballester

TORNARE A CASA

- 34** Io e Maria

- 36** Io e Gesù
fra Raffaele Crudetti

- 39** I cinque sensi.
Per una mistica della carne
Paolo Scquizzato

- 44** La caverna del cuore
Willigis Jäger

- 52** Ogni giorno è un buon
giorno
Roberto Boldrini

RUBRICHE

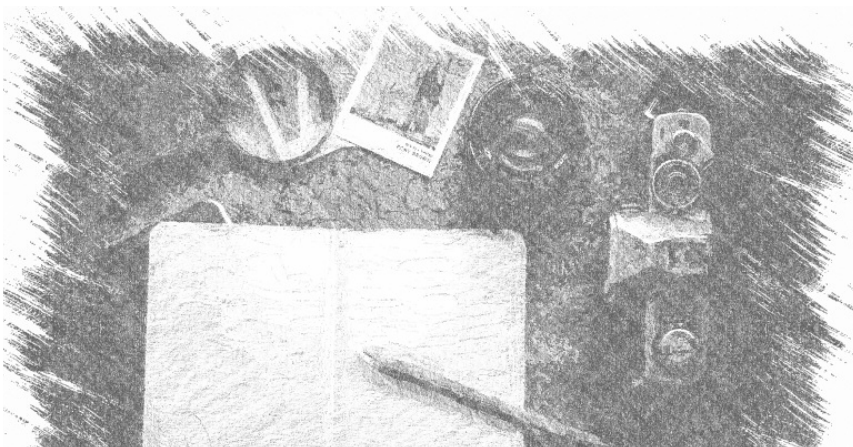
- 5** Shalom
Pasquale Chiaro

NOVITÀ IN LIBRERIA

- 58** LIBERTÀ DI CURA E GUARIGIONE
Enrico Loria
Edizioni La parola

- 63** Il Catalogo





XXX

Reg. Trib. di Roma n. 365 del 10/06/91

Iscritto al nuovo ROC con il n. 28187

Direttore responsabile:

Pasquale Chiaro

Consiglio di Redazione:

R. Boldrini; P. Chiaro; A. De Luca; A. Schnöller; A. Tronti

Sede legale e Redazione:

via Eugenio Barsanti 24, Roma [00146]; Tel. 06/4782.5030

E_m: laparola@appuntidiviaggio.it

Sito: www.appuntidiviaggio.it

Orario di Redazione: 10-13, dal Lunedì al Venerdì

Stampato nel mese di Novembre 2020 - Tiratura 500 copie

Stampa: Tipografia Digital Book srl, via Karl Marx 9

06012 Cerbara - Città di Castello (PG)

Il simbolo di Appunti di Viaggio, riportato in copertina,
è opera di Giorgio Tramontini e si intitola *Ali dello Spirito*

Anno Settembre 2020-Agosto 2021 (dal n. 163):

Abbonamento ordinario € 45,00, amici 60,00, sostenitori 100,00;
paesi europei 80,00, extra-europei 100,00.

Per accreditare APPUNTI DI VIAGGIO

Conto corrente postale: n. 61287009

Conto bancario: IBAN IT26X 03268 03201 052846648900

Prezzo di questo numero € 10,00

2020 © Appunti di Viaggio

SEGUICI SU

facebook: [@edizioniappuntidiviaggio](https://www.facebook.com/edizioniappuntidiviaggio) – instagram: [@edappuntidiviaggio](https://www.instagram.com/edappuntidiviaggio)

SHALOM



Carissimi amici e compagni di viaggio,

siamo al secondo numero del nuovo anno e abbiamo ripreso a camminare tenendoci per mano: è una cosa che scalda il cuore e ci fa sentire un pochino meno soli. Ecco, con lo *Shalom* devo parlarvi del “cammino” spirituale e, a dire il vero, mi torna in mente il titolo di un celebre romanzo: *L'amore ai tempi del colera*, di Gabriel Garcia Márquez. Dunque, parafrasando questo titolo, potrei dire che devo raccontarvi *Il cammino spirituale ai tempi del coronavirus*. E non è scontato, perché la gente ha timore e tende a rinchiudersi, ad evitare contatti che potrebbero rivelarsi pericolosi e accade che spesso accolga anche le parole con atteggiamento sospettoso, come se nascondessero pericoli.

In realtà la pandemia, questo male misterioso di cui non conosciamo origine e provenienza, potrebbe durare ancora per molto, e credo sia allora necessario liberarsi da timori in eccesso, altrimenti non viviamo

più: ci rinchiudiamo in una bolla, in una cassaforte. Certo, occorre avere prudenza nel rapportarsi agli altri, ma dobbiamo anche continuare a vivere, tanto più che questa pandemia non è l'unica nella storia dell'uomo: le epidemie si ripresentano ciclicamente. E allora procediamo, un passo dopo l'altro, con prudenza, ma non iberniamoci.

Sul numero precedente abbiamo parlato del bisogno di darci una “regola di vita” per evitare di essere inghiottiti dal male e dal caos che ci circonda. In realtà dobbiamo aver chiara la nostra meta, non possiamo muoverci senza sapere dove vogliamo arrivare, altrimenti restiamo in balia dei continui stimoli che ci propone il mondo. E dunque, il pericolo è che, anche senza volerlo, ci ritroviamo a impegnare ogni nostra energia per fare carriera, acquistare macchine e beni, e case case case, a fare grasse mangiate e collezionare relazioni, anche extraconiugali. Ma credo, e spero vivamente, che se leg-

gete questa rivista, avete chiaro il vostro obiettivo: entrare in comunione con Dio, con gli angeli e con i santi. Certo che, nella vita ordinaria, potremo anche sembrare persone curiose, fuori luogo, ma ciò accade perché, in realtà, noi siamo cittadini del *Regno dei cieli*, impegnati in un esodo: attraversiamo il deserto, come il popolo ebraico per arrivare alla "Terra promessa". E allora servono armi, mezzi, strumenti per affrontare questo pellegrinaggio: ed è necessaria anche una "regola" di vita. Occorre cioè riservarsi dei tempi, degli spazi per la preghiera e la meditazione ogni giorno, impegnarsi ad amare e a non vivere più solo per se stessi. E poi è bello appartenere ad una *Comunità*, a più *Comunità*, che si espandono in cerchi concentrici: dalla famiglia o comunità religiosa di cui si fa parte, al "gruppo" di meditazione o di preghiera con i quali si condivide il cammino, alla parrocchia, fino ad arrivare alla Chiesa "universale", al popolo di Dio, a cui appartengono tutti i suoi figli.

E sì, perché da soli non ci si salva. Dio è trinità, è comunità, e lui è il nostro unico e sicuro, attendibile modello di riferimento.

E dunque, per aiutarci a mettere a fuoco una nostra regola, su questo numero pubblichiamo la *Didaché*, in assoluto una delle prime regole conosciute, adottata dalle prime comunità cristiane.

In realtà, la regola di cui parliamo, è un mezzo che ci aiuta ad entrare in comunione con Dio, colui che solo è santo: e ci permette quindi di santificarci: "*Siate santi, perché io, il Signore Dio vostro, sono santo*" (Lv 19, 2).

Ecco, l'articolo *Essere santi*, di Diego Fares SJ, che precede la *Didaché*, ci indica dei passi concreti per inoltrarci nel cammino di santità.

Su questo numero della rivista, pubblichiamo inoltre un esercizio sul respiro di p. Mariano Ballester, dal titolo *Nascere dal respiro*, tratto dal suo libro *Figli del Vento [La meditazione del respiro]* Edizioni Appunti di Viaggio. E ancora, di fra Raffaele Crudetti OSA, *Io e Maria e Io e Gesù*, tratti dal libro *Memorie di un povero frate [Una vita vissuta a gloria di Dio]*, Edizioni Appunti di Viaggio.

Questi due libri che ho citato sono anche splendidi testi da regalare per il Natale, per santificarlo, per renderlo più prezioso e più sacro.

E ancora, abbiamo il piacere di pubblicare la prima parte (cui seguiranno altre due parti) di un articolo di p. Paolo Scquizzato, dal titolo *I cinque sensi [per una mistica della carne]*.

E per finire, pubblichiamo un testo di Willigis Jäger, *La caverna del cuore*, e l'articolo *Ogni giorno è un buon giorno*, di Roberto Boldrini.

Credo dunque che questo sia un numero particolarmente nutriente e bello, degno del santo Natale: sperando che vi arrivi per tempo.

Purtroppo non abbiamo potuto preparare la rubrica dei *Corsi* perché, con la pandemia e le misure restrittive in atto, non possiamo darvi dati attendibili. Speriamo che presto la situazione migliori.

Su questo numero della rivista, oltre agli articoli, trovate anche la presentazione del nuovo libro del dottor Enrico Loria, *Libertà di cura e guarigione [Prevenzione del Trattamento Sanitario Obbligatorio]*, Edizioni La parola. Si tratta di un tema di grande attualità, spesso legato a situazioni di grandi sofferenze che, appunto per questo motivo, di tanto in tanto assurge agli onori della cronaca.

Per le edizioni La parola, Enrico Loria ha già pubblicato *Straniero tra la folla – [Il cammino psicospirituale come via di guarigione]* (2018).

Ci avviciniamo al Natale, un Natale diverso, immerso nella sofferenza e nella paura, e come dicevo all'inizio di questo testo è difficile anche mettere giù le parole, perché in questa situazione potrebbero essere accolte con sospetto. Eppure questa è l'unica cosa da fare, l'unica che in qualche modo può aiutarci, può consolarci.

E allora voglio consigliarvi di vivere il Natale in pienezza, contemplarlo con amore in ogni suo aspetto, offrire

le vostre sofferenze e le vostre paure al Signore che nasce, perché abbiamo la certezza che lui si è incarnato per condividere le nostre sofferenze e le nostre pene, legate alla carne e alla fragilità umana.

Eppoi, possiamo approfittare della pausa natalizia per iniziare a riprogrammare, per ciò che è possibile, la nostra vita. Alla luce del *covid*, alla luce della precarietà delle nostre esistenze, rivedere le nostre mete, abbandonando tutto ciò che non è essenziale nel nostro cammino.

E pregare, pregare per noi e per gli altri: pregare per tutti coloro che ne hanno bisogno.

Nel salutarvi, ricordo a coloro che non avessero ancora provveduto, che devono rinnovare l'abbonamento alla nostra rivista, perché siamo nel nuovo anno [2020/2021]: ufficialmente il trentesimo. Un piccolo miracolo.

Le quote sono rimaste invariate: 45 € abb. ordinario, 60 amici, 100 sostenitori.

E allora vi auguro un buon Natale e un nuovo anno colmo di gioia e di benedizioni.

Roma, 18 novembre 2020

Pasquale Chiaro