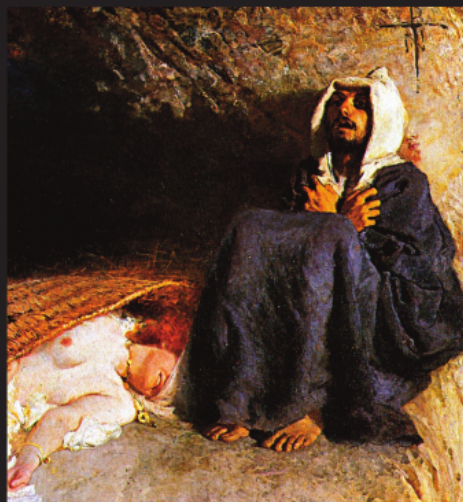


# APPUNTI di VIAGGIO

Note di ricerca spirituale



167



## VITA DI ANTONIO

*ASCESI NELL'AMORE*

di

Atanasio  
di Alessandria

*Edizioni  
Appunti di Viaggio*

## SHALOM

*E ti vengo a cercare*

# *Il senso delle cose*

*L'era del cinghiale bianco*

# *Alla ricerca del senso  
della vita*

*La cura*

# *Meditazione Zen*

*e contemplazione cristiana*

*Povera patria*

# *I cinque sensi.*

*Il gusto e l'olfatto*

*Centro di gravità*

*permanente*

**NOVITÀ IN LIBRERIA**

# SOMMARIO

Anno XXX

## ARTICOLI

- 8 **E ti vengo a cercare**
- 9 **Il senso delle cose**  
Pasquale Chiaro
- 13 **L'era del cinghiale bianco**
- 14 **Alla ricerca  
del senso della vita**  
Willigis Jäger
- 38 **La cura**
- 39 **Meditazione Zen  
e contemplazione cristiana**  
Mariano Ballester
- 56 **Povera patria**
- 57 **I cinque sensi.  
Il gusto e l'olfatto**  
Paolo Scquizzato
- 63 **Centro di gravità  
permanente**

## RUBRICHE

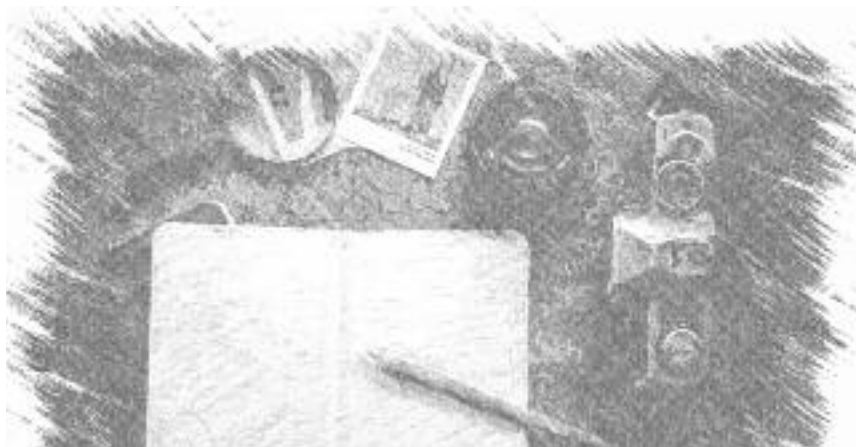
- 5 **Shalom**  
Pasquale Chiaro

### NOVITÀ IN LIBRERIA

- 64 **VITA DI ANTONIO**  
*Atanasio di Alessandria*  
Edizioni Appunti di Viaggio

- 66 **ANTICIPAZIONE**  
**Apocalisse: Rivelazione  
del fine del mondo**





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](mailto:laparola@appuntidiviaggio.it)

Sito: [www.appuntidiviaggio.it](http://www.appuntidiviaggio.it)

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

*Stampato nel mese di Giugno 2021 - 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

2021 © 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, eccoci arrivati al termine del nostro percorso annuale. Ora possiamo riposare per qualche mese prima di riprendere il cammino al termine dell'estate.

Credo di non inventare niente se dico che siamo tutti molto provati dalla pandemia da Covid dopo oltre un anno di chiusure, mascherine, zone gialle e rosse. È come se avessimo scontato tutti una condanna ai domiciliari, durata tutto questo tempo: ma fortunatamente, sembra che ne stiamo uscendo.

Ed ecco che, mentre usciamo da questa situazione, veniamo rattristati dalla notizia della morte di p. Ballester SJ, a cui, a distanza di poche ore, segue la notizia della morte di Franco Battiato. Di questo lutto parlo nell'articolo che segue, *Il senso delle cose*, intanto volevo però sottolineare la *sincronicità* di questi eventi che, come abbiamo detto, arrivano al termine di que-

sto periodo di *quaresima* per l'umanità intera. Credo che si chiuda un'epoca: per me è certamente così.

In proposito volevo anche raccontarvi qualche parola su ciò che ha significato per me personalmente, l'incontro con p. Ballester e le preghiere silenziose che lo hanno seguito.

Sono nato *orfano*, ovvero mia madre è morta qualche anno dopo la mia nascita e l'ho vista pochissimo, dato che passava lunghi periodi in ospedale, mentre mio padre è stato pressoché totalmente assente dalla mia vita. E dunque, prima dei sei anni sono stato mandato in collegio a Genazzano, presso il Santuario della Madre del Buon Consiglio. Qui ho conosciuto fratel Raffaele, un santo frate agostiniano che svolgeva la funzione di assistente dei ragazzi (una ventina). Lui mi ha insegnato l'amicizia con Gesù e Maria e i primi elementi della preghiera. Alla fine delle elementari sono stato tra-

sferito nel collegio di Sezze Romano, dove eravamo una settantina di ragazzi e non mi sono trovato bene. Allora ho perso l'amicizia con gli amici celesti, e ho iniziato a sentirne nostalgia.

Dopo l'*Avviamento Professionale*, intorno ai quindici anni, sono tornato a casa, perché mio padre si era sposato, e ho frequentato l'Istituto Tecnico Industriale, prima a Latina e poi a Roma, dove mi sono diplomato Perito Chimico. E poi, ho iniziato l'Università a Roma.

Intanto però mi ero chiuso completamente, non avevo amicizie né affetti: ormai parlavo pochissimo, ero diventato quasi catatonico.

E intanto però cresceva la mia fame di Gesù e Maria, ma non riuscivo a dargli risposta. Perso fratello Raffaele, niente più riusciva a scaldarmi il cuore, neanche i nuovi movimenti cattolici, molto belli e originali, in cui mi è capitato di imbattermi negli anni: i Focolarini, i Carismatici, la Comunità di S. Egidio e altri gruppi.

Insomma, il mio "viaggio spirituale" procedeva senza più riferimenti, al buio, mentre avevo un bisogno vitale di ritrovare il senso profondo delle cose, di capire lo scopo della mia vita sulla terra. Per dare una risposta a questa esigenza mi sono rivolto anche alla psicoterapia di gruppo e a qualche seduta di analisi individuale.

Intorno ai trent'anni, quando mi sono accostato con più assiduità allo Yoga (lo Hatha Yoga), ho iniziato a scorgere qualche timido raggio di luce. Ho notato che lo Yoga esercitava un richiamo profondo su di me, perché mi costringeva a rivolgere l'attenzione al mio corpo, al mondo delle sensazioni, all'interiorità: mi guidava al silenzio. Lo Yoga ha fatto nascere in me il desiderio di approfondire questo tipo di percorsi con il cammino delle meditazioni silenziose. Ho praticato per un breve periodo la Meditazione Zen, però, anche se ritengo lo Zen una fra le vie più importanti in ambito meditativo, non ho proseguito perché avvertivo la mancanza di contatto con le mie radici cristiane.

Ad ogni modo, sono grato allo Yoga e allo Zen perché mi hanno aiutato a ritrovare la direzione di marcia e posso affermare che conosco molte persone che hanno fatto la mia stessa esperienza. Per questo motivo credo che lo Yoga e lo Zen sono un dono prezioso per l'umanità intera, un dono dello Spirito Santo impegnato a guidarci piano piano alla Verità, secondo i tempi e i modi stabiliti dal Padre.

Agli inizi degli anni ottanta era diffuso un grande desiderio di cammini spirituali silenziosi e cominciavano ad esserci molte

proposte di cammini meditativi, anche in ambito cristiano, ed io mi sono sentito in qualche modo guidato (credo che questa sia la definizione giusta) ad approdare alla Preghiera Profonda, diventata poi Meditazione Profonda, come allora si chiamava, il percorso meditativo messo a punto da padre Mariano Ballester SJ. Ho appreso così la pratica della meditazione e l'utilizzo del Nome Supremo come "mezzo" per entrare nel silenzio. Ho sentito subito una forte attrazione per questo cammino che ho praticato con amore, e ancora oggi ne ho mantenuto molti elementi all'interno della mia pratica meditativa che oggi chiamo *Preghiera nel Cuore*.

Sono passati ormai più di trent'anni da quando ho iniziato a praticare le meditazioni silenziose e, anche con il loro aiuto, sono riuscito a recuperare un certo equilibrio: mi sono sposato, ho figli e nipoti e, soprattutto, riesco a parlare e a relazionarmi con tanta gente. Certo, sono rimasto sempre un grande peccatore, ma mi rincuora sapere che Gesù ha affrontato la Croce anche per riscattare me, e sono certo che non mi abbandonerà.

Ecco, ho voluto raccontarvi per sommi capi la mia storia, per mostrarvi come in questa storia

sia entrata la preghiera silenziosa come elemento di riscatto e di salvezza e di questo sono grato, innanzitutto, a fra Raffaele e p. Mariano Ballester.

Prima di chiudere volevo ricordarvi che, oltre agli articoli, di cui parleremo nel mio testo a seguire, in questo numero presentiamo la nostra bellissima novità *Vita di Antonio*, di Atanasio di Alessandria, e accenniamo al libro di Giuseppe Morotti, *Apocalisse: rivelazione del fine del mondo*, entrambi pubblicati dalle Edizioni Appunti di Viaggio.

Questo numero chiude il XXX anno della rivista e va rinnovato l'abbonamento, e, con l'occasione, a partire dal nuovo anno (dal n. 168) faremo un piccolo passo verso la modernità: oltre alla rivista su carta, come abbiamo sempre fatto, per chi preferisce o vuole risparmiare, offriamo anche la rivista in digitale.

Questi sono i prezzi:

50 euro ordinario, 70 amici, 100 sostenitori, 30 digitale;

80 paesi europei, 100 paesi extraeuropei.

Un abbraccio e buona estate a tutti.

Roma, 7 giugno 2021,  
Pasquale Chiaro