



Note di  
ricerca spirituale

# APPUNTI DI VIAGGIO 90

Anno XVI - Mensile Marzo 2007 (15/3)

Sped. abb. post. D.L. 353/03 [conv. in L. 27/02/04 n. 46] art. 1 c. 1 - DCB - Roma

## IN QUESTO NUMERO

Reg. Trib. di Roma n. 365 del  
10/06/91; iscritto al nuovo ROC  
con il n. 5638.

Sede legale: via C. Guidi 20, 00149

Roma. Direttore responsabile:

Pasquale Chiaro. Consiglio di reda-

zione: D. Capuano, G. Carlo, L.

Chiaro, P. Chiaro, C. Crocella, sr.

M.P. Giudici, frater J. M.

Kuvarapu, p. A. Schnöeller, prof.

G. Sono-Fazion, cardinal T. Spidlick

Stampato nel mese di Marzo 2007.

Tiratura 1000 copie. Stampa: Tip.

Arti Grafiche La Moderna,

via di Tor Cervara 171 Roma.

Uscite previste: 15/9; 1/11; 15/12;

1/2; 15/3; 1/5; 15/6; 1/8.

Redazione e libreria: via Urbana

130, 00184 Roma. Orario: 10-

13,30; 15-19; Sabato: 10-13.

Tel/fax 06/47.82.50.30.

Recapito postale: Appunti di

Viaggio-La parola, Casella postale

14001, [00149] Roma.

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

e-mail:

[appunti@appuntidiviaggio.it](mailto:appunti@appuntidiviaggio.it).

Abbonamento Settembre 2006-

Agosto 2007 (dal n. 86): ordinario

€ 35; amici € 50; sostenitori €

100; estero: € 60 Europa,

€ 70 Extra-Europa.

Per abbonarsi versare il relativo

importo su *Appunti di Viaggio*,

conto corrente postale

n. 61287009,

oppure conto corrente bancario

n. 052846648900, ABI 03268, CAB

03201, CIN X, c/o Banca Sella,

A6 Dip. Roma.

Il simbolo di Appunti di Viaggio

riportato in copertina è opera di

Giorgio Tramontini e si chiama

*Ali dello Spirito*.

2007 © Appunti di Viaggio

€ 5,50

- 2** La mappa
- 3** Apertura  
**Dio dona a tutti lo Spirito Santo**
- 4** Attenzione e concentrazione: per la dimensio-  
ne contemplativa dell'uomo d'oggi  
**Maria Pia Giudici**
- 8** Nella gioia eterna d'essere del Divino Amore:  
**Lo Specchio delle anime semplici di M. Porete**  
**Valentina Dordolo**
- 19** La famiglia di Betania  
**Thomas Keating**
- 28** Vedere con cuore  
**-I cristiani e la sfida di Babele [28]**  
**-Il cardinale Vithayathil pronuncia uno storico**  
**discorso al Kumbha Mela [33]**  
**-Joseph Klausner (1874-1958) e la riscoperta**  
**di Gesù l'ebreo [35] (di Marco Morselli)**
- 42** La dinamica del respiro originario  
**[Considerazioni su prana e respiro**  
**con riferimenti allo yoga indiano e**  
**al qi gong cinese] / I**  
**Gioia Lussana**
- 48** La salvezza al femminile: Tara, Buddha e  
**Bodhisattva per amore**  
**Paola Rossi**
- 55** Popoli in cammino
- 62** Corsi di meditazione e di preghiera
- 65** I nostri libri

## LA RISCOPERTA DI GESÙ L'EBREO

Egli scrive che non vi è una tappa della storia di Yeshua, né una linea della sua dottrina sulle quali non sia stampato il sigillo dell'ebraismo profetico e farisaico del suo tempo. Egli fu un ebreo, e la sua vita è quella di uno degli ebrei eminenti della fine del Secondo Tempio, la sua dottrina è una dottrina ebraica, notevole per la sua verità e il suo carattere immaginativo.

[p. 35]

## LA DINAMICA DEL RESPIRO ORIGINARIO/1

Sicuramente il nostro corpo non è una barriera ermetica che ci isola da un 'mondo esterno'. La vita è un movimento che continua incessantemente a diffondersi. E quando interrompo lo scambio più palese, quello che avviene attraverso il respiro, posso avvertire uno scambio più sottile, che continua ad avvenire, in cui noi stessi produciamo 'cibo' ed energia nella nostra *fucina interna*, e non solo per noi stessi. "L'uomo è dentro il respiro, il respiro è dentro l'uomo", recita un antico testo. [p. 42]

## ATTENZIONE E CONCENTRAZIONE

Ecco, il primo avvio per una consapevolezza contemplativa è proprio quel passare da un vivere frettoloso e distratto a questa percezione consapevole delle voci del tutto normali attorno a me. Se poi riesco a concedermi un tempo nella natura, in quale concerto di voci mi ritrovo immerso! E com'è bello e pacificante porvi attenzione, distinguerle nella

loro varietà e accoglierle. Non solo nell'apparato uditivo, ma nel cuore.

Naturalmente questa possibilità di coltivare un'attenzione sommersa, oggi, dal mondo delle chiacchiere da mercato, della televisione, delle radioline, dei cellulari, dei rumori meccanici e pervaso da frastornanti suoni elettronici, va recuperata nel silenzio. [p. 4]

## TARA, BUDDHA E BODHISATTVA PER AMORE



## LA FAMIGLIA DI BETANIA

L'inabitazione divina è la dottrina secondo cui Dio abita dentro di noi; perciò non esiste luogo dove andare a cercare Dio. Dobbiamo solo smetterla di scappare. Maria non stava solo assimilando le parole di Dio, stava diventando la Parola di Dio. Ciascuno di noi, in

quanto cristiano, è un'altra "parola-fattacarne", chiamata a rendere manifesto Gesù Cristo nel nostro tempo, ai nostri amici, alla famiglia e alle persone con cui lavoriamo. Questo è ciò che rende il Vangelo vivo e che costruisce la comunità cristiana. [p. 19]

## LA SALVEZZA AL FEMMINILE

*Oh beata Tara! Tu conosci tutto quello che ho fatto, la mia felicità, le mie sofferenze, il buono che c'è in me, il male che c'è in me: per questo pensa a me amorevolmente, mia unica madre!*

*Oh beata Tara! Dono a te tutto me stesso, e tutta la mia fiducia:*

*tu sei la mia padrona: nelle più alte Terre Pure fammi rinascere così velocemente da non permettere rinascite nel frattempo. [p. 48]*

## NELLA GIOIA ETERNA D'ESSERE DEL DIVINO AMORE

«Tale Anima, dice Amore, nuota nel mare della gioia, ovvero nel mare di delizie fluenti e scorrenti della Divinità; e non sente nessuna gioia, poiché essa stessa è gioia, e nuota e fluisce nella gioia senza sentire alcuna gioia, poiché essa dimora nella Gioia, e la Gioia dimora in lei; è gioia essa stessa, in virtù della Gioia, che l'ha trasformata in se stessa.

[...]

Dunque è un comune volere, come fuoco e fiamma, il volere dell'amante e quello dell'amica, perché Amore ha trasformato quest'Anima in se stesso». [p. 8]