



Note di
ricerca spirituale

APPUNTI DI VIAGGIO 96

Anno XVII - Mensile Dicembre 2007 (15/12)

IN QUESTO NUMERO

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

Sede legale: via E. Barsanti 24,
00146 Roma

Direttore responsabile: Pasquale
Chiaro *Consiglio di redazione:* D.
Capuano, G. Carlo, L. Chiaro, P.
Chiaro, C. Crocella, sr. M.P.
Giudici, fratel J. M. Kuvarapu, p. A.
Schnöeller, prof. G. Sono-Fazion,
cardinal T. Spidlik

*Stampato nel mese di Dicembre
terra e la pratica yoga 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 E.
Barsanti 24, 00146 Roma.
Orario: 9,30-13,30; 14,30-18,30;
Sabato: 9,30-12,30.
Tel. 06_47825030;
Fax 06_20382124.

Recapito postale: Appunti di
Viaggio-La parola, Casella Postale
14001, [00149] Roma Trullo.

Sito web: www.appuntidiviaggio.it,
E-m: laparola@appuntidiviaggio.it.

Abbonamento Settembre 2007-
Agosto 2008 (dal n. 94): 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 sul 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 Tramoncini e si chiama
Ali dello Spirito.

2007 © Appunti di Viaggio
€ 5,50

- 2** La mappa
- 3** Apertura
Amami come sei
- 5** Shalom
Pasquale Chiaro
- 8** La Grande benedizione
La Preghiera di Appunti di Viaggio
- 12** In acque di silenzio
Maria Pia Giudici
- 15** Dottrina e pedagogia della preghiera in
s.Teresa di Gesù Bambino
Paola Mostarda
- 21** **VEDERE CON CUORE**
*-Il tramonto dei valori e la forza della
non-violenza [21]
-In Algeria cristiani e musulmani celebrano
insieme la fine del Ramadan [24]
-Cuore del mondo [25]*
- 28** Il cammino di liberazione delle donne
*Conversazione tra Christopher Titmuss e
Christina Feldman*
- 42** L'elemento terra e la pratica yoga
Gioia Lussana
- 47** Commiato
Inno della perla
- 49** Popoli in cammino
- 55** Corsi di meditazione e di preghiera
- 57** I nostri libri
- 60** Presentazione libro "La parola" [Edizioni]:
*-L'Onda è il Mare [Spiritualità e Mistica per il
Terzo Millennio] di Willigis Jäger*

Il corpo in tutta la sua superficie posteriore giace sulla terra, in tutta la sua superficie anteriore è in contatto col cielo. In questa specifica posizione è ben percepibile che siamo un ponte, un collegamento tra terra e cielo. Il nostro corpo è un vero anello di connessione tra queste due realtà e si mette attivamente in relazione, interagendo e lasciandosi modificare dall'energia del cielo e da quella della terra. [p. 42]

IN ACQUE DI
SILENZIO

Vivere nelle mie giornate momenti di silenzio è come sciacquare in acque purificanti e liberanti la ricchezza delle mie esperienze a livello di sensi. Mi accorgo di questo tamburellare della pioggia, di questo scricchiolio, di questo tintinnare, di questo brusio, di questo volo radente di una rondine, di questo cuore giallo della pratolina che ha avuto il coraggio di sopravvivere al freddo e del filo d'erba che mi protende un brillante di rugiada e del gridolino d'un bimbo. [p. 12]

La mappa

IL CAMMINO DI LIBERAZIONE DELLE DONNE

Da centinaia di anni la spiritualità è alla radice della visione delle donne. Non è niente di nuovo. Le donne parlano di questa realizzazione e visione da generazioni e generazioni. Eppure è totalmente nuova per le donne che la scoprono, una replica di ciò che le donne hanno visto in passato. Le donne hanno un immenso patrimonio

spirituale, che è sopravvissuto a tutte le altre tradizioni. Non è mai stato cancellato o alterato da nessuna tradizione, buddhista, cristiana, pagana o altro. La stessa visione si è perpetuata nonostante le differenze tra i condizionamenti, gli stili di vita e le circostanze esterne. In questo modo di vedere, le donne parlano con la stessa voce. [p. 28]



Icona della Natività

Andrej Rublëv [1360-1430]

LA PREGHIERA IN S. TERESA
DI GESÙ BAMBINO

Il cuore della preghiera di lode è Dio stesso. Teresa parla a Dio di Dio. La preghiera di Teresa è cristocentrica; contempla, con riconoscenza e stupore, tutti i misteri di C r i s t o , l'Incarnazione e la Croce. Il Dio forte e potente dell'Antico

Testamento che è diventato il bambino debole di Betlemme, è uno dei principali misteri della sua meditazione. È un tema così caro a lei, che ritorna continuamente nelle sue preghiere, in cui chiede di partecipare alla sua stessa infanzia. [p. 15]

CUORE DEL MONDO

Ci sono cose che accadono sotto gli occhi di tutti e non c'è bisogno di dimostrarle. Altre cose, invece, avvengono nel segreto ed è impossibile dimostrarle o anche semplicemente parlarne. Quel giorno mi trovai da sola di fronte al Mistero, e l'ho custodito col silenzio per tanti anni. Venne il momento della comunione. Il tempo sembrava essersi dilatato. La processione era lenta, cadenzata. Ma quando ritornai al banco per ingnocchiarmi mi sentii... [p. 25]

IL TRAMONTO DEI VALORI E LA FORZA DELLA NON-VIOLENZA

Se davvero agiamo perché abbiamo a cuore il benessere del nostro prossimo, riconosceremo il potenziale impatto delle nostre azioni sugli altri e regoleremo la nostra condotta di conseguenza. Quando ci facciamo prendere dalla collera, smettiamo di provare compassione, amore, generosità, perdono, tolleranza e pazienza tutte insieme. Ci priviamo, in pratica, di tutto ciò di cui è fatta la felicità. [p. 21]

Shalom

Fra poco è Natale, la festa che rievoca la nascita di Gesù. Ci sono tanti modi per viverlo. Per la maggior parte delle persone oggi il Natale ha però perso il significato religioso ed è centrato quasi soltanto sull'aspetto edonistico, con la preparazione ed il consumo di grandi pasti con le famiglie allargate, l'acquisto di regali, spesso con delle vacanze di fine anno. Per fortuna qualcuno pratica ancora l'arte di preparare il presepe inventato, tanto tempo fa, da San Francesco a Greccio. In verità pochi si fermano a vivere l'aspetto spirituale dell'evento.

Credo che ricordare l'importanza spirituale della nascita di Gesù per l'umanità abbia significato concreto se si cerca di comprendere l'uomo Gesù e, per chi crede anche nella sua

divinità, cercare di penetrare il suo "mistero". Oggi sono in molti a porsi di fronte a questo mistero, e sempre più spesso, tra costoro, si utilizza l'espressione *Cristo Cosmico* per indicare il Cristo che ricapitola in sé tutte le cose, e ciò anche fra i non cristiani.

Per festeggiare il Natale anche noi cercheremo di dare il nostro contributo a questa contemplazione del "mistero" di Gesù su questo numero della rivista con due pezzi che gettano una luce sulla sua essenza.

La prima è la preghiera attribuita a Gesù "Amami come sei" che riportiamo in Apertura, a firma di Mons. Lebrun. In questa appassionata preghiera Gesù chiede all'uomo di amarlo da subito, gli chiede di fare ogni cosa per amore, anche se si vede pieno

di imperfezioni e mancanze: senza aspettare di acquisire virtù. Gesù non è interessato all'uomo virtuoso, ma all'uomo che ama. Tornano in mente le parole di Sant'Agostino quando dice: *Ama e fa' ciò che vuoi*.

La seconda è la "Grande benedizione" di Gesù, con al suo interno la "Piccola benedizione", che ricapitola, già ora, in Cristo tutte le cose. Un approccio al Cristo Cosmico. Potrebbe anche essere la preghiera di un risvegliato, di qualcuno che riesce a vedere oltre le apparenze. In realtà, la sua recitazione, che prende pochi minuti, o la sua contemplazione, vuole solo essere un umile strumento che per aiutare nel cammino le persone che hanno fede in Gesù, per risvegliarsi man mano all'essenza delle cose. Può essere semplicemente ripetuta, o anche contemplata, magari visualizzata in ogni sua proposizione. A me è stata donata da "qualcuno" che vuole restare nascosto, e io la dono a voi che leggete. Spero che voi la doniate a una infinità di gente.

Questa benedizione, quindi, non ha un Autore dichiarato. Diciamo che è *la preghiera*

delle pietre, le pietre a cui si riferisce Gesù nel suo ingresso regale a Gerusalemme, quando afferma: "Se questi taceranno, grideranno le pietre".* Ma, se qualcuno insiste per avere un Nome, potrete rispondere che è la preghiera di *Appunti di Viaggio*, la preghiera degli amici di AV: la preghiera di tutti quelli che camminano con AV.

La troverete subito dopo *Shalom*.

All'interno di questo numero pubblichiamo un bellissimo articolo di Maria Pia Giudici sulla spiritualità del silenzio, dal titolo "In acque di silenzio". Riportiamo poi un discorso molto profondo del Dalai Lama su "Il tramonto dei valori e la forza della non-violenza". Segnalo inoltre un'intervista di Christopher Titmuss a Christina Feldman sul risveglio spirituale e culturale delle donne nel mondo contemporaneo. Su questo numero, inoltre, pubblichiamo numerosi altri testi, tutti molto belli, che per brevità non possiamo citare, ma che vi invito a leggere con grande attenzione ed amore.

Prima di chiudere ricordo, a

quelli che non hanno ancora provveduto, che l'abbonamento alla rivista è scaduto ad agosto e va rinnovato al più presto, perché AV ha bisogno del vostro sostegno. Le quote sono rimaste invariate rispetto allo scorso anno [ordinario 35 €, amici 50, sostenitori 100].

Vi ricordo, inoltre, che questo è anche il momento migliore dell'anno per regalare un abbonamento: ad amici, parenti, conoscenti, a qualche religioso o parrocchia che si vuole beneficiare. A chiunque pensiate possa fare del bene questa nostra rivista.

Chi non sa a chi regalarlo, e desidera comunque fare questo dono, può anche sottoscrivere un abbonamento indicando nella causale semplicemente "adozione". Provvederemo poi noi a trovare il destinatario migliore per l'abbonamento: ci sono religiosi, missionari, eremi, monasteri, case di preghiera, centri di meditazione, e molti altri, a cui potrebbe fare bene. È sempre bello tendere una mano agli altri: a Natale ha un sapore speciale.

Spero che questo Natale sia

per tutti voi un Natale di pace e di gioia, un Natale sereno, centrato sul suo significato spirituale. Spero soprattutto che sia un Natale d'amore, nel senso più pieno del termine, così come è stato, per Gesù, il suo Natale.

Auguro inoltre a tutti un nuovo meraviglioso anno 2008, ricco di grazia e di benedizioni.

Un saluto affettuoso a tutti.

Roma, 30 novembre 2007

Pasquale Chiaro

*"Era ormai vicino alla discesa del monte degli Ulivi, quando tutta la folla dei discepoli, esultando, cominciò a lodare Dio a gran voce, per tutti i prodigi che avevano veduto, dicendo:

*«Benedetto colui che viene,
il re, nel nome del Signore.
Pace in cielo
e gloria nel più alto dei cieli!»*

Alcuni farisei tra la folla gli dissero: «Maestro, rimprovera i tuoi discepoli». Ma egli rispose: «Vi dico che, se questi taceranno, grideranno le pietre» (Lc 19,37-40).