

PASQUALE CHIARO

Il Cammino della
Santa Presenza

[Primi passi]

Il volo dell'aquila

Edizioni *La parola*
Roma

INDICE

5	PREFAZIONE
7	INTRODUZIONE
	[I] LA PREGHIERA DEL SILENZIO
	[II] LA PREGHIERA DI LODE
87	[III] LA PREGHIERA DI AMICIZIA CON GESÙ
	[IV] LA CUSTODIA DEL CUORE
	[V] LA SANTA PRESENZA
	GIORNO DOPO GIORNO

INTRODUZIONE

O voi tutti assetati venite all'acqua, chi non ha denaro venga ugualmente; comprate e mangiate senza denaro e senza spesa, vino e latte! (Is 55,1)

Caro amico,
ti scrivo per farti una proposta di preghiera e di contemplazione, che chiamerò “Cammino della Santa Presenza”.

Si tratta di un Cammino nuovo che utilizza però dei *mezzi* che fanno parte del patrimonio spirituale dell'umanità da secoli o, anche, da millenni. Mi riferisco all'invocazione del *Nome*, alla preghiera dei *Salmi*, alla preghiera di *Amicizia con Gesù*; mi riferisco alla *Preghiera del Silenzio* e ad altri strumenti che incontrerai se andrai avanti nella lettura di questo breve testo.

Ho detto che il Cammino è nuovo, per qualche aspetto credo che sia anche originale, ma lo è solo perché utilizza elementi che finora, almeno

per quanto ne so, non sono mai stati accostati tra di loro. Credo che questo Cammino si possa paragonare al “tesoro che contiene cose nuove e cose antiche” di cui Gesù parla nel Vangelo (*Mt* 13,52).

Non credo di avere meriti particolari per proporlo: io non ho inventato niente. Spero solo che sia utile a qualcuno come lo è per me.

Questo Cammino nasce per dare una risposta a una mia profonda esigenza che però ritengo sia comune anche ad altre persone: questo è anche il motivo per cui ne scrivo.

Ad ogni modo, per spiegare meglio ciò che voglio dire, prima di parlare di questa esigenza credo sia utile illustrare per sommi capi il mio percorso spirituale.

Sono nato qualche anno dopo la fine della seconda guerra mondiale, nel 1951. Da bambino (avevo cinque o sei anni) in orfanotrofio, dove ero stato mandato per la morte di mia madre, sono stato introdotto all'amicizia a Gesù e a Maria dal mio piccolo padre spirituale frater Raffaele Crudetti, Osa. Dico “piccolo” nel senso in cui credo che utilizzi il termine Gesù: persona umile, mite, abbandonata nelle mani di Dio. A undici anni sono stato trasferito

in un'altra struttura e ho perso fratel Raffaele e con lui la mia guida al contatto con gli amici celesti.

Sono poi passati molti anni in cui, pur avendo una grande fame di Dio, avevo perso la strada per incontrarlo. Né mi era molto d'aiuto la Chiesa ufficiale, con le parrocchie e gli altri suoi strumenti: sentivo che non potevano soddisfare la mia fame, perché questa fame si poneva su un piano diverso rispetto a quello a cui sono impegnati a dare risposta. Credo che la Chiesa Cattolica si rivolga soprattutto alla mente delle persone, per trasmettere le Verità di fede e dare risposte a livello dottrinale e razionale e poi si preoccupa di "fare": naturalmente sono tutte cose sante, belle e lodevoli, ma la mia fame restava insoddisfatta. È come se qualcuno ti descrivesse le meravigliose qualità di un vino eccezionale e dimenticasse di fare la cosa più semplice: metterti in mano la bottiglia per fartelo assaggiare. Io continuavo ad avere un profondo desiderio di "sentire" e "gustare" la presenza di Dio e del suo amore per noi. Credo che le due cose non siano incompatibili: si può credere in Dio nel modo giusto e arrivare a gustarne il sapore: il sapore di Dio. Il salmo recita *Gustate e vedete quanto è buono il Signore* (33,9), quindi la cosa è possibile, anzi è Dio stesso che ci invita

a farlo.

Per questo motivo ritengo che la mia fosse un'esigenza sana, in qualche modo ispirata dallo Spirito. Avevo bisogno di nutrirmi alla mammella di Dio.

Le cose andavano però diversamente perché, perso frater 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 sensazio-

ni, 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 me-

ditativo 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, tanto che ne ho mantenuto alcuni elementi anche all'interno della pratica meditativa che oggi chiamo Preghiera del Silenzio, che è il primo passo del Cammino che propongo. Sono passati ormai più di vent'anni da quando ho iniziato a praticare le meditazioni silenziose e sono ormai certo che siano tra gli strumenti più potenti a disposizione dell'uomo per fare esperienza di Dio.

Ad ogni modo, questo volgere lo sguardo verso il cuore con lo Yoga, con la Meditazione Profonda e con altre esperienze, mi ha portato misteriosamente e con gradualità, a riscoprire nel profondo le risonanze della Parola: innanzitutto i Vangeli e il Nuovo Testamento, ma anche l'Antico Testamento, in modo speciale i salmi. Dopo molto ruminare, un bel giorno ho preso consapevolezza del fatto che i salmi sono belli, o meglio, che è bello pregare i salmi e immergersi nei sentimenti di umiltà, di gioia, di lode e tutta la molteplice gamma dei sentimenti che esprime il salmista in relazione a Dio. Per questo

motivo ho inserito le *Lodi* e i *Vespri*, oltre alla meditazione del Vangelo, nelle mie pratiche quotidiane.

Questa presa di contatto con le mie radici cristiane ha fatto anche riaffiorare il desiderio di riallacciare l'antico rapporto con Gesù e Maria, che mi aveva donato fratel Raffaele. Da questo desiderio è nata l'esigenza di prevedere nella mia giornata un incontro di "amicizia" con Gesù: mio Dio, mio maestro, mio amico.

In realtà, Gesù ha assunto un ruolo sempre più centrale nella mia vita spirituale perché è il Nome che utilizzo nella *Pregghiera del Silenzio* e che mi guida al Padre, è colui al quale mi sento unito nel pregare le *Ore*, è il mio maestro e il mio amico: Gesù è il centro di questo Cammino, perché ho finalmente compreso che, come Dio è venuto incontro all'uomo inviandogli la sua Parola, Gesù, così anche noi possiamo tornare a Dio facendo nostra la stessa Parola: Gesù. Gesù è il ponte che ci unisce al Padre.

In questo Cammino, ho inserito molte altre cose che non vi racconto per non annoiarvi, ma che scoprirete se andrete avanti nella lettura.

Si è così delineato, un pezzo per volta, un cammino contemplativo che ritengo bello e armonico da praticare e che credo sia anche molto po-

tente.

Ve lo illustrerò nelle pagine successive, se avrete la pazienza di seguirmi.

All'inizio di questo scritto accennavo al fatto che questo Cammino è nato come risposta ad una mia esigenza profonda e ora, dopo aver accennato ad alcune delle esperienze importanti della mia vita spirituale, ho finalmente qualche elemento in più che può aiutarmi a spiegarla.

È accaduto che, dopo aver ricevuto da bambino un'impronta cristiana centrata sull'amore e su una profonda devozione che, in qualche modo, era riuscita a farmi sperimentare la "presenza" di Gesù e Maria nella mia vita, *Presenza* testimoniata anche dalle parole e dall'esempio di frater Raffaele, ho perso improvvisamente i miei riferimenti e, guardandomi intorno, mi sono ritrovato a contatto con ambienti immersi in una religiosità spesso formale ed esteriore, fondata su parole non sempre legate ad una reale vita di fede e ad un'umile pratica di vita. Religiosità che non sentivo figlia di un'esperienza diretta di Dio e del suo amore. Con il passare degli anni ho capito che questo accade spesso a noi poveri esseri umani, perché siamo piccoli e deboli e spesso non riusciamo a vivere fino in fondo le cose

in cui crediamo: questo avviene anche agli uomini di Chiesa. Credo sia infantile pretendere che i religiosi siano tutti santi perché hanno fatto la scelta di servire Dio. C'è chi ci si avvicina, ma molti restano per strada come accade a ognuno di noi con le proprie scelte. Da questa esperienza, comunque, ha avuto origine il mio sonno spirituale: in realtà un cammino religioso che non mi fa sperimentare Dio e il suo amore non mi attira, non mi interessa. È un cammino che non mi converte.

Come ho raccontato in precedenza, ho cominciato a svegliarmi da questo torpore quando ho iniziato a praticare la meditazione silenziosa, a cercare Dio con la meditazione silenziosa, guardando dentro di me, anziché fuori e iniziando, in questo modo, a percepirne la Presenza.

Sant'Agostino, nelle *Confessioni*, racconta:

Tardi ti amai, bellezza così antica e così nuova, tardi ti amai. Sì, perché tu eri dentro di me e io fuori. Lì ti cercavo. Deforme, mi gettavo sulle belle forme delle tue creature. Eri con me, e non ero con te. Mi tenevano lontano da te le tue creature, inesistenti se non esistessero in te. Mi chiamasti, e il tuo grido sfondò la mia sordità; balenasti, e il tuo splendore dissipò la mia cecità; diffondesti

la tua fragranza, e respirai e anelo verso di te, gustai e ho fame e sete; mi toccasti, e arsi di desiderio della tua pace.

In qualche modo l'esperienza di Agostino è anche la mia. Questo contatto silenzioso con Dio nella meditazione ha stimolato, ha fatto rinascere in me la "fame", il "desiderio" della Parola, dei Salmi, del Vangelo, dell'Amicizia con Gesù. Tutte cose che parlano al cuore, lo nutrono, lo proteggono, lo allargano: *Corro la via dei tuoi comandamenti, perché hai dilatato il mio cuore* (Sal 118,32).

Ora queste pratiche sono diventate una grande ricchezza per me, un bisogno, una esigenza alla quale non posso più rinunciare.

Credo che questa mia esigenza sia comune anche ad altre persone. Credo che siano molte le persone che, dopo aver sperimentato *Dio nel silenzio*, hanno riscoperto *Dio nella Parola*. In realtà, la *Parola* rivela il *sensu* delle cose. Il *Silenzio* senza la *Parola* rischia di lasciare l'uomo "incompiuto". L'esigenza profonda cui accennavo è, appunto, la possibilità di praticare la via del Silenzio senza dover rinunciare alla ricchezza della Parola.

Il *Cammino della Santa Presenza* vuole essere

uno strumento che integra e armonizza queste vie.

Ho sognato e desiderato molto questo Cammino, innanzitutto per i miei fratelli laici, come me immersi in questa realtà transitoria, spesso gravati dalle responsabilità di una famiglia, di un lavoro, immersi nelle difficoltà della vita e nei tanti compromessi da affrontare per sopravvivere, ma, allo stesso tempo, attirati potentemente dall'amore divino: veri eroi dello spirito, che troppo spesso soccombono sotto il peso delle responsabilità che la vita impone e dimenticano la chiamata sepolta nel profondo del loro cuore.

Questo Cammino vuole però essere un piccolo dono anche per qualche religioso che ci trovasse qualcosa di utile al proprio percorso spirituale.

Questo Cammino vuole essere un umile “mezzo” per tutti voi che leggete.

Vorrei aggiungere ancora una cosa.

La (ri)scoperta dei vari strumenti di preghiera di cui vi ho parlato finora è stata accompagnata dalla lettura e dalla scoperta di libri e maestri importanti che spesso mi hanno ispirato e stimolato ad andare avanti nel Cammino intrapreso.

Tra i libri che certamente mi hanno molto ispirato debbo assolutamente citare *I racconti di un pellegrino russo* e *La nube della non-conoscenza* di Autori anonimi; *Il libro delle rivelazioni* di Giuliana di Norwich e *La filocalia*, che è una raccolta di testi di vari Autori, Padri della Chiesa ed eremiti. Ci sono molti altri testi che non cito per evitare che questo Cammino diventi un fatto solo mentale.

È bene che il Cammino porti ad una reale esperienza del cuore. Gli altri libri li scoprirete da soli se andrete avanti nel Cammino.

Tra i maestri o, se preferite, le guide che sono state importanti nella mia ricerca, oltre ai già citati fratel Raffaele Crudetti e padre Mariano Ballester, che ho avuto il privilegio di incontrare nella mia vita, voglio almeno citare Antonio de Mello, Hugo E. Lassalle, santa Teresa d'Avila e san Giovanni della Croce che ho conosciuto per i loro scritti, che sono stati di grande importanza nel mio cammino spirituale. Non vi sarà difficile procurarveli.

In realtà, non posso e non voglio fare un elenco di persone che sono state importanti nel mio cammino spirituale, per quanto ampio possa essere,

perché ogni strumento che ho accolto nel Cammino è frutto della ricerca e della preghiera di migliaia, forse milioni, di persone che mi hanno preceduto, religiose e laiche, uomini, donne e bambini: persone di cui non so niente. Spesso provenivano da cammini religiosi e culture diverse dalla mia, ma erano certamente tutti ispirati da Dio.

Anche all'interno del testo mi limiterò a poche citazioni, prese in genere dalle Scritture.

Prima di concludere, mi sembra doveroso e onesto avvertire il lettore di quanto segue. Le cose che tratto in questo libro non sono “verità di fede”, ma pratiche di preghiera. Questa proposta di cammino nasce solo dalla mia personale ricerca, dalle mie letture e dalla mia esperienza diretta e in questa ottica ve la offro. Non ho conoscenze di teologia né di altre materie importanti per chi si occupa di cose spirituali, quindi non posso vantare qualifiche spirituali e certamente non sono un maestro: pubblico questo testo solo perché spero che la mia esperienza possa comunque essere utile a qualcuno. In realtà, mi sono sentito spinto a scrivere questo testo da un forte bisogno interiore. In questo speciale momento della mia vita, mi sento come se fossi nato per mettere a punto questo Cammino,

per praticarlo e donarlo agli altri. Il futuro svelerà se questa mia intuizione aveva una sua ragione di essere oppure se era solo un abbaglio.

Ad ogni modo, se qualche persona più autorevole di me dovesse “per caso” prendere in mano questo mio povero testo e trovare degli errori e delle inesattezze, che certamente ci saranno, voglia scusarmi perché l’ho fatto solo per i limiti cui ho accennato e butti tranquillamente il libro nel cestino.

A quelli che andranno avanti nella lettura della mia benedizione e l’augurio, di cuore, che questa lettura e, spero, soprattutto la pratica di quanto troveranno nel testo, li porti a sintonizzarsi sempre più sulla “frequenza” di Dio, fino a vivere ogni attimo alla sua Santa Presenza.

Naturalmente, considero chi seguirà questo cammino mio compagno di viaggio e mio amico, ma soprattutto *Amico della Santa Presenza*.

Che Gesù vi protegga e vi guidi: che vi accolga tutti nelle sue braccia capaci e amorevoli.

Così sia.

Roma, 2 Agosto 2009

Pasquale Chiaro

Dedico questo piccolo libro
a Gesù e a Maria,
che hanno sempre vegliato su di me
e mi hanno aspettato con santa pazienza;

alle innumerevoli guide
che mi hanno aiutato a trovare la via;

a mia moglie e ai miei figli che,
pur pagando un prezzo personale,
mi hanno permesso di seguirla;

agli Amici della Santa Presenza,
miei amici carissimi
e compagni nel santo viaggio.