

**Veglia di preghiera
per accogliere il 2013**

**“E tutto
sarà bene”**

(Julian de Norwich)

Meditazioni sul bene e sul male

31 dicembre 2012, ore 23

Chiesa di S. Tommaso

Gargnano





Introduzione

“Prima che il tempo cominciasse, Dio mi ha amato”, così dice il Siracide nella Bibbia. Gli abissi insondabili del prima ci affacciano alla frontiera dell’eternità. Chiudere l’anno significa varcare la soglia dei 365 giorni passati, misurarne l’importanza, ma anche la loro brevità. Riuniti in questo momento sulla labile giuntura dell’anno che finisce e di quello che comincia, ci raggiunge la vertigine del non-tempo di Dio che ci ama da sempre e per sempre. È in questo oceano senza rive che l’amore di Dio ci aspetta come siamo, allo stesso modo di una mamma che scruta il sorriso del bambino che le dice la riconoscenza di averlo messo al mondo, nutrirlo e coccolarlo. Un sorriso non è né poco né tanto, è il piccolo tutto di cui siamo capaci. È il piccolo tutto che costruisce la trama dell’amore tra l’uomo o la donna che Dio ci ha messo accanto e con i fratelli e sorelle dell’umana famiglia. Amare l’Amore è far festa alla vita, è attraversare i paesaggi del tempo nella luce che Iddio vi ha lasciato. È traghettare dalle cose visibili all’intuizione delle cose invisibili. La veglia di questa notte ci introduce alla certezza che Dio è Amore e per questo vuol essere un momento di memoria di chi non ha possibilità di pregare, di chi non riesce a fare i conti con la vita e di chi si perde nelle mille cose di ogni giorno. Ma anche per chi è solo, per chi è malato, carcerato e per la metà del mondo che non ha neppure i mezzi per celebrare la propria povertà. Che Iddio ci tenga tutti nella Sua amicizia e a tutti giunga la nostra memore preghiera.

Preghiamo

Mentre l’anno che muore scivola dolcemente in quello che viene, apri, Signore, la porta alla nostra preghiera. Ti giungano in ginocchio i giorni dell’anno che si spegne. Guarda con bontà le gioie del bene e le fatiche del male, accogli con uguale tenerezza quanti abbiamo amato e quanti non siamo riusciti ad amare e prendi nella tua misericordia successi ed errori. Apri le nostre vite alla speranza del nuovo anno che riceviamo dalle tue mani, soccorri la nostra debolezza, colma le lacune della nostra incostanza, rendici insopportabile la nostra incoerenza. Tienici nella tua amicizia quando ti piacciamo e quando non riusciamo a piacerti. E che il tuo sorriso apra la finestra ad ogni giorno del nuovo anno e chiuda la porta di ogni sera. Te lo chiediamo nel nome del tuo Figlio che ci ha insegnato a chiamarti Padre, Tu che sei benedizione per noi e per tutte le tue creature. Amen



E così nella mia mente superficiale mi ero spesso chiesta con meraviglia, prima di quel momento, come mai la grande e preveggenza sapienza di Dio non avesse impedito il sorgere del peccato. Perché in quel caso, pensavo, tutto sarebbe stato bene. Questo impulso curioso doveva essere assolutamente abbandonato; e tuttavia ne ricavo pianto e sofferenza, senza ragione né discernimento. Ma Gesù, che in questa visione mi informò di quanto avevo bisogno, mi rispose con queste parole, e disse : *“Il peccato è inevitabile”, ma tutto sarà bene, e tutto sarà bene, e ogni specie di cosa sarà bene*....Ma il peccato non lo vidi, perché credo che non abbia una sua sostanza né alcuna forma d’essere, né può essere riconosciuto se non per la sofferenza che ne deriva. E questa sofferenza é qualcosa, mi sembra, che dura solo per un certo tempo, perché ci purifica e ci fa conoscere noi stessi e ci fa chiedere misericordia....e per il tenero amore che nostro Signore ha per tutti quelli che saranno salvati, egli ci conforta subito e con dolcezza, volendo dirci con questo: *“E’ vero che il peccato è la causa di tutta questa sofferenza, ma tutto sarà bene e ogni specie di cosa sarà bene*”....E in queste stesse parole io vidi un profondo e meraviglioso segreto nascosto in Dio, segreto che egli ci rivelerà apertamente e ci farà conoscere in cielo. Quando lo conosceremo, potremo vedere veramente il motivo per cui egli lasciò entrare il peccato nel mondo, e vedendo ciò saremo nella gioia senza fine.

Julian di Norwich, beghina inglese (1342-1416)

Da *Il libro delle rivelazioni*, brani scelti dal capitolo 27 “tredicesima rivelazione”, Ancora editrice, p.165-166



Il Concilio di Trento non disse mai cosa significa il peccato originale, lasciando la questione aperta per la speculazione teologica. La tradizione che mette al centro il creato non comincia mai dal peccato originale, e tuttavia ha una sua interpretazione del peccato originale, o del peccato che sta dietro al peccato. Da Meister Eckhart a Mary Daly, il peccato che sta dietro il peccato è individuato nel dualismo, nella separazione, nelle relazioni oggettivanti, nelle fratture e crepe relazionali. Scegliete un peccato qualsiasi : guerra, rapina, violenza sessuale, furto. In ciascuna di queste azioni si tratta un'altra persona come un oggetto esterno. Questo è il dualismo che sta dietro ogni peccato. E' interessante notare che questa comprensione del peccato dietro al peccato si trova anche nelle spiritualità orientali, per esempio nel Mahatma Gandhi....in ultima analisi, l'unico peccato è quello della separatezza....colui che vince questo peccato li vince tutti.

Matthew Fox, teologo e sacerdote, inizialmente domenicano cattolico, ora della Chiesa episcopale. Da *In principio era la gioia*, Fazi Editori, p.50



«19 febbraio 1942, giovedì pomeriggio, le due... di nuovo qualcuno è stato torturato a morte: quel dolce ragazzo della libreria Cultura... – Cosa spinge l'essere umano a distruggere gli altri? – Ma ricordati che sei un essere umano anche tu. Io non vedo nessun'altra soluzione, veramente non ne vedo nessun'altra, che quella di raccoglierci in noi stessi e di strappare via il nostro marciume. Non credo più che si possa migliorare qualcosa nel mondo esterno senza aver prima fatto la nostra parte dentro di noi. È l'unica lezione di questa guerra: dobbiamo cercare in noi stessi, non altrove. Malgrado il dolore e l'ingiustizia, la coscienza che tutti questi orrori non sono come un pericolo misterioso e lontano al di fuori di noi, ma che si trovano vicinissimi e nascono dentro di noi. E perciò sono molto più familiari e assai meno terrificanti. So che chi odia ha fondati motivi per farlo. Ma perché dovremmo sempre scegliere la strada più corta e più a buon mercato? Laggiù ho potuto toccare con mano come ogni atomo di odio che si aggiunge al mondo lo renda ancora più inospitale».

Etty Hillesum, 1914-1943, scrittrice e mistica olandese di origine ebrea morta ad Auschwitz



«Caro Anders Behring Breivik, molti dei miei amici che ho incontrato sull'isola di Utøya sono stati uccisi [...]. Tu sei l'uomo che per pura coincidenza non mi ha ucciso, sono stato fortunato. Tu pensi che hai vinto. Tu pensi che hai distrutto il Partito laburista e le persone che in tutto il mondo credono in una società multiculturale, uccidendo i miei amici e compagni. Sappi che hai fallito. [...] Tu descrivi te stesso come un eroe, un cavaliere. Tu non sei un eroe. Ma una cosa è sicura: tu di eroi ne hai creati. A Utøya, in quella calda giornata di luglio, tu hai creato alcuni fra i più grandi eroi che il mondo abbia mai prodotto, hai radunato l'umanità intera. [...] Hai ucciso i miei amici, ma non la nostra causa, le nostre opinioni, il nostro diritto di esprimerci. [...] Tu meriti di sapere cosa ha prodotto il tuo piano. Molti sono arrabbiati con te, tu sei l'uomo più odiato della Norvegia. Io non sono arrabbiato. Io non ho paura di te. Non ci puoi colpire, noi siamo più grandi di te. Noi non risponderemo al male con il male, come vorresti tu. Noi combattiamo il male con il bene. E noi vinceremo».

Ivar Benjamin Oestebøe, giovane norvegese sopravvissuto all'eccidio in cui, nell'isola del lago Tyrfjorden, 68 ragazzi furono uccisi e 66 altri feriti per mano di Andres Behring Breivik. Brani scelta dalla lettera da lui scritta il 1 agosto 2012 all'assassino, il quale è stato considerato dalla giustizia norvege capace di intendere e di volere.



Spesso agiamo in base a degli “istinti”, a reazioni che abbiamo interiorizzato fin dalla nostra infanzia. E’ importante sapere che abbiamo dei filtri con i quali leggiamo la realtà, ma ciò non basta; per vivere in pienezza dobbiamo sviluppare la componente spirituale che porta, credenti e non credenti, alla consapevolezza che c’è una forza più grande che rende possibile uno sviluppo interiore, che ci permette di riconoscere il nostro essere creature.

Essere creatura implica la dipendenza totale, la frammentarietà della perfezione, la successione e il cambiamento nel tempo.

Il male deriva dalla frammentarietà e dalla dipendenza; il Bene non ci appartiene, ma ci viene continuamente offerto. Non c’è un male come entità a sé, ma c’è la situazione di un Bene offerto che non viene accolto da noi.

L’errore che compiamo è non considerare la prospettiva temporale, il divenire della creatura: la creatura non è Dio, ma è colei che accoglie, apprende parzialmente, facendo esperienza del limite. Il limite può essere vissuto in due modi: in modo vivificante, come “membrana” di comunicazione e di comunione, oppure in modo di chiusura, degrado, disordine, sofferenza e, in quanto incapaci di accogliere la propria limitatezza, si fa esperienza di morte.

Il male non può essere eliminato ma portato in modo positivo, vitale, aprendoci all’accoglienza della Forza creatrice, della Vita che ci consente di crescere come figli di Dio.

Il limite resta, non viene annullato, viene vissuto però in modo diverso: nella certezza della presenza di Dio che ci può dare la forza di aprirci a nuove modalità di relazione e ci permette di mettere in moto dinamiche di vita e di bene quali per esempio i gesti di riconciliazione..

Luisa e Andrea

(alcune riflessioni dagli esercizi spirituali a Montanino di Camaldoli con don Carlo Molari)

Pausa musicale con il Gong suonato da Franca Ghia



Poi un giorno mi sono chiesto: ma perchè gli uomini fanno il bene ? Che cosa li spinge talora a comportamenti giusti, talora così belli da essere eroici, sovra-naturali? E’ forse perchè sono buoni ? No, gli uomini non sono buoni, semmai lo diventano se fanno il bene, che preesiste a loro e che crea la loro bontà. Il bene viene prima della bontà. E più ci pensavo più mi si andava chiarendo che il bene non è in sè qualcosa di straordinario, ma è qualcosa di ordinario, di normale. Ci appare straordinario solo perchè la coscienza ordinaria vive nell’ignoranza, nell’illusione, nel regno di Maya, ma in sè il bene è la cosa più naturale, più logica, più intelligente che ci sia. Da dove nasce, infatti ? Qual è l’archeologia del bene ?

Ponendomi questa domanda sono giunto alla conclusione che ogni uomo apprende il bene nel corpo di sua madre. Nel nostro stesso venire all’essere il bene ci si manifesta come ordine delle relazioni, che giorno dopo giorno, minuto dopo minuto, si vengono a intrecciare in modo sempre più ricco portando il puntino primordiale dello zigote che originariamente noi siamo a diventare embrione, feto, neonato e poi bambino che cammina e che parla. In questo processo che è la nostra “arché” (inizio) l’essere è sempre e solo bene, ed è lì che in noi si forma la fiducia nell’essere e nella vita. L’essere ci nutre, ci forma, ci sostiene: questa è l’esperienza primordiale, la sorgente immacolata dell’infanzia, la più basilare rivelazione del Logos, una rivelazione che coincide con la nostra stessa creazione. L’esperienza primordiale dell’essere come bene è depositata nelle favole, nelle leggende, nei libri e nei film dell’infanzia, dove il bene è l’elemento indubitabile, la realtà di fondo, la cosa

verso cui tutti tendono, ciò che non si discute, per la quale tutti “facciamo il tifo” e che ci commuove.

Vito Mancuso, teologo, docente e scrittore

da *L'anima e il suo destino*, Raffaello Cortina Ed. , Milano, 2007 p.23-24



Complesso e fitto di contraddizioni è il sentimento d'amore, quant'altri mai, e come e più di altri si impara. Per imparare l'amore ci vogliono genitori amorevoli e abbastanza sereni, capaci di lasciare quell'impronta forte e tenera di bene che apre il cuore a nuovi incontri e sostiene nel viaggio verso l'altro.

La certezza di essere stati amati, una volta, quando eravamo inermi e bisognosi, quando non sapevamo ancora dare in cambio che un sorriso, ci fa desiderare di restituire questo amore all'intero universo, nelle vesti di un'altra persona, dei figli che verranno, del nostro lavoro, della nostra comunità, della vita del mondo. Essere stati amati senza se e senza ma, senza controprestazioni, piccoli e incapaci così come eravamo, la certezza di essere stati accolti come un dono. Da qui sorge la nostra capacità adulta di amare. Può sorgere anche dalle anime ferite, tuttavia, e questa è una buonissima notizia. Dallo sguardo attento e amorevole che noi stessi possiamo volgere alla nostra vita, dalla possibilità che ci diamo di leggere e riconoscere esattamente come è andata. Verranno poi la rabbia, il dolore, tutti i sentimenti meno desiderabili, quelli che erano restati chiusi dentro la fortezza che avevamo costruito per sopravvivere. Nell'accettarli, nel dare loro il diritto di esprimersi, si può ricomporre la frattura che aveva reso così fragile il vaso dell'anima, e nell'uscire dal dolore e dalla rabbia si arriva ad accogliere quel che è stato, fino alla accettazione della realtà, fino alla libertà che viene dal perdonare.

De Leonibus Rosella, *Pianeta coppia, così vicini così lontani*, pp. 24-28, Roccalibri, [Cittadella Editrice](#), Assisi, 2011.



IL CONFINE

Cerco il principio del male
come da bambina cercavo i margini della pioggia.
Con tutte le forze correvo per trovare
il luogo dove
sedermi a terra a contemplare
da una parte pioggia, da una parte niente pioggia.
Ma sempre la pioggia smetteva prima
che ne scopriessi i confini
e ricominciava prima
di capire fin dove è sereno.
Invano sono cresciuta.
Con tutte le forze
corro ancora per trovare il luogo
dove sedermi a terra e contemplare
la linea che separa il male dal bene.
Ma sempre il male smette prima
che ne scopra il confine
e ricomincia prima
di capire fin dove è bene.
Io cerco il principio del male

su questa terra
volta per volta
grigia e assolata.

Ana Blandiana

Ana Blandiana, pseudonimo di Otilia Valeria Coman (Timisoara, 1942). Poetessa romena per decenni impegnata nelle battaglie per i diritti civili del suo Paese, censurata e spiata fino al crollo del regime del 1989, ha scritto numerosi testi poetici politici contro le repressioni e le dittature. Numerosi anche i versi dedicati alle donne.

Pausa musicale con il Gong suonato da Franca Ghia



Una vecchia signora cinese era solita andare ogni giorno a prendere l'acqua al ruscello lontano da casa con due secchi appesi da una parte e dall'altra di un'asta che portava sulle spalle. Solo che uno dei due era incrinato e l'altro restava pieno d'acqua dall'inizio alla fine. Alla fine di ogni viaggio, l'uno era pieno e l'altro mezzo vuoto. Così per lunghi anni. Il secchio intatto era naturalmente molto fiero e quello incrinato provava vergogna per il suo scarso rendimento. Ed era molto triste perché realizzava solo la metà del lavoro per il quale era stato creato. Un giorno, mentre si trovavano vicino al ruscello, si rivolse alla signora e le disse: "Ho vergogna di me perché l'incrinatura che porto sul mio fianco perde acqua lungo tutto il tragitto dal ruscello alla casa". Ma la vecchia signora rispose: "Non vedi che il lato della strada dove perdi acqua è pieno di fiori e l'altra no? Ebbene, conosco il tuo difetto e allora ho provveduto a spargere dei semi di fiori lungo il cammino e al ritorno a casa tu, senza rendertene conto, li innaffiavi. E' così che durante anni ho potuto cogliere dei magnifici fiori per decorare la tavola e abbellire la casa. Senza la tua incrinatura non ci sarebbe stata tanta bellezza nella natura e nella mia casa.

La leggenda del secchio incrinato



Oggi la si chiama "resilienza", una volta la si chiamava "forza d'animo", Platone la nominava "tymoidés" e indicava la sua sede nel cuore.

Il cuore è l'espressione metaforica del "sentimento", una parola dove ancora risuona la platonica "tymoidés". Il sentimento non è languore, non è malcelata malinconia, non è struggimento dell'anima, non è sconcolato abbandono. Il sentimento è forza. Quella forza che riconosciamo al fondo di ogni decisione quando, dopo aver analizzato tutti i pro e i contro che le argomentazioni razionali dispiegano, si decide, perché in una scelta piuttosto che in un'altra ci si sente a casa. E guai a imboccare, per convenienza o per debolezza, una scelta che non è la nostra, guai a essere stranieri nella propria vita.

La forza d'animo, che è poi la forza del sentimento, ci difende da questa estraneità, ci fa sentire a casa, presso di noi. Qui è la salute. Una sorta di coincidenza di noi con noi stessi, che ci evita tutti quegli "altrove" della vita che non ci appartengono e che spesso imbrocciamo perché altri, da cui pensiamo dipenda la nostra vita, semplicemente ce lo chiedono, e noi non sappiamo dire di no. Il bisogno di essere accettati e il desiderio di essere amati ci fanno percorrere strade che il nostro sentimento ci fa avvertire come non nostre, e così l'animo si indebolisce si ripiega su se stesso nell'inutile fatica di compiacere agli altri. Alla fine l'anima si ammala, perché la malattia, lo sappiamo tutti, è una metafora, la metafora della devianza dal sentiero della nostra vita. Bisogna essere se stessi, assolutamente se stessi. Questa è la forza d'animo. Ma per essere se stessi occorre accogliere a braccia aperte la nostra ombra. Che è poi ciò che di noi stessi rifiutiamo. Quella parte oscura che, quando qualcuno ce la sfiora, ci sentiamo "punti nel vivo". Perché l'ombra è viva e

vuole essere accolta. Anche un quadro senza ombra non ci dà le sue figure. Accolta, l'ombra cede la sua forza. Cessa la guerra tra noi e noi stessi. Siamo in grado di dire a noi stessi: "Ebbene sì, sono anche questo". Ed è la pace così raggiunta a darci la forza d'animo e la capacità di guardare in faccia il dolore senza illusorie vie di fuga.

"Tutto quello che non mi fa morire, mi rende più forte", scrive Nietzsche. Ma allora bisogna attraversare e non evitare le terre seminate di dolore. Quello proprio, quello altrui. Perché il dolore appartiene alla vita allo stesso titolo della felicità. Non il dolore come caparra della vita eterna, ma il dolore come inevitabile contrappunto della vita, come fatica del quotidiano, come oscurità dello sguardo che non vede via d'uscita. Eppure la cerca, perché sa che il buio della notte non è l'unico colore del cielo.

Umberto Galimberti, *Seguite il vostro cuore, la bussola è nei sentimenti*, La Repubblica, 24 febbraio 2003



Come scriveva Gilbert K. Chesterton, il paradosso attraversa il tessuto della fede cristiana. E così la debolezza, l'asthenía che nasce dalla malattia, dall'handicap, dall'umiliazione, dalla sofferenza imposta dalla vita, nel cristianesimo se è vissuta come un cammino pasquale può diventare addirittura un luogo in cui si fa sentire la forza di Dio. Questo viene proclamato da Gesù nel Discorso della montagna, quando afferma che sono beati, felici, convinti di poter andare avanti con fiducia e di essere nella verità quanti sono poveri, miti, disarmati, perseguitati, affamati (cf. Mt 5,112).

L'apostolo Paolo nella Seconda lettera ai Corinzi compone addirittura quello che potrebbe essere definito un inno alla debolezza: «Il Signore mi ha detto: 'Ti basta la mia grazia; la mia potenza infatti si esprime pienamente nella debolezza'. Mi vanterò quindi ben volentieri delle mie debolezze, perché metta la sua tenda in me la potenza di Cristo. Perciò mi compiaccio nelle mie debolezze, negli oltraggi, nelle difficoltà, nelle persecuzioni, nelle angosce sofferte per Cristo: infatti quando sono debole, è allora che sono forte» (2Cor 12,9-10). In questo testo vanno sottolineate due espressioni che normalmente sfuggono al lettore: la potenza del Signore si esprime pienamente nella debolezza e la potenza di Cristo mette la sua tenda - la Shekinah, cioè la presenza di Dio - là dove trova la debolezza dell'uomo. Si faccia però attenzione. Questo canto alla debolezza non è un canto al male, alla sofferenza, alla prova, alla miseria - come Friedrich Nietzsche ha imputato al cristianesimo - , ma è una rivelazione: la debolezza di fatto può essere una situazione in cui, se chi la vive sa viverla con amore (cioè continuando ad amare e ad accettare di essere amato), la potenza di Cristo raggiunge la sua pienezza. Ma questo messaggio, peraltro centrale nel Nuovo Testamento, è scandaloso e può sembrare follia (cf. 1Cor 1,18-31), e noi cristiani abituati a tali parole siamo disposti a ripeterle ma non a viverle nell'amore: quest'ultima è la vera sfida, perché la debolezza è fondativa dell'antropologia

cristiana. Confessiamolo però con onestà: quando osserviamo la vita nel suo svolgersi quotidiano, quando tentiamo di leggere la storia e le storie, constatiamo che sono la potenza, la forza, l'arroganza, la violenza ad avere successo, e perciò ci diventa arduo scorgere nella debolezza una possibile beatitudine. Siamo capaci di accogliere la nostra debolezza, che si presenta a noi sovente come umiliazione? Siamo disposti a vedere in essa un'occasione di spogliazione, per essere condotti all'«unica cosa necessaria» (Lc 10,42)? Non solo individualmente, ma come comunità, come Chiesa siamo capaci di leggere nella debolezza il linguaggio della discreta caritas, dell'amore discreto che è vissuto quotidianamente senza alzare la voce, senza voler 'dare testimonianza' a noi stessi? Forse solo quando smettiamo di parlare di poveri, di handicappati, ma siamo di fronte a un uomo o a una donna in carrozzella, a una persona colpita nei mezzi abituali di comunicazione; quando ci troviamo davanti a un corpo ferito e dilaniato dalla malattia e dal dolore; quando stringiamo le mani di un povero che le ha tese verso di noi, mettendo le nostre mani nelle sue, forse solo allora comprendiamo il dramma della debolezza e siamo capaci di discernere dove Cristo ha messo la sua tenda. C'è poi anche una forma particolare di debolezza, che non può essere

dimenticata: quella dell'umiliazione che nasce dal nostro peccato, a volte dal nostro vizio o peccato ripetuto, in cui cadiamo e poi ci rialziamo, cadiamo e poi ci rialziamo ancora... Siamo umiliati davanti a Dio e agli uomini, anche in questo sia come singoli cristiani sia come chiesa. «Bene per me essere stato nella debolezza» (Sal 119,71), prega il salmista davanti a Dio, ma è bene anche per la chiesa essere umiliata, conoscere giorni di non-successo, di sterilità, di impotenza tra le potenze di questo mondo, a volte addirittura di insignificanza. Non è stato forse questo il tragitto di Gesù nell'ultima parte del suo ministero, dopo i successi e la favorevole accoglienza iniziale? Sì, dobbiamo nuovamente confessarlo: facile a dirlo, difficile da accettare e soprattutto da vivere senza tradire l'amore. San Bernardo, colui che conobbe forse il più grande successo possibile per un monaco nella storia, sperimentò pure un'ora di umiliazione, di fragilità e di miseria anche esistenziale. Fu, per sua stessa ammissione, una crisi spirituale e morale che lo obbligò a vivere per un anno fuori dal suo monastero. In quel tempo comprese molte cose della vita cristiana che non aveva capito prima; comprese soprattutto che nella debolezza si impara meglio la relazione con gli altri e con Dio, e conobbe veramente cos'è la grazia, la misericordia di Dio. E così giunse ad esclamare: «Optanda infirmitas!», «O desiderabile debolezza!» (Discorsi sul Cantico dei cantici 25,7). Sì, è possibile giungere ad affermare questo, ben sapendo però che nel mestiere di vivere la debolezza appare sempre anche come prova, come faticosa prova.

Testo trasmessoci da **Frà Luigino**, missionario francescano in Cina



La pace interiore è difficile da trovare in periodi di conflitto e di paura... L'assenza di pace interiore fa sì che il nostro aiuto verso gli altri sia soggetto al desiderio dell'ego, alla rabbia e alla competitività. Dio è l'amore che allontana da noi la paura del prossimo perché quando troviamo veramente quell'amore dentro noi, non possiamo fare del male al nostro prossimo.

L'auto-conoscenza ci introduce al mistero dell'unicità umana – unità nella diversità. Finché non prenderemo coscienza ed abbracceremo la nostra unicità, noi non potremo mai relazionarci con l'universale. ... Cosa significa “universale” ? Gesù lo ha definito come la natura dell'amore divino che si dona imparzialmente a tutto ciò che esiste. Come il sole, esso risplende sul buono e sul cattivo allo stesso modo. Ciò significa che Dio è oltre la moralità umana. Dio non lotta mai al mio fianco contro gli altri. Come la pioggia, l'amore divino cade sull'innocente e sul debole. Ciò significa che la giustizia di Dio va oltre ogni tentativo umano di essere giusti. Un unico amore unisce il persecutore e la vittima. Dobbiamo prima sperimentare questa universalità, così come essa ci viene addosso. Essa fa a pezzetti l'ego. Essa ci rende più semplici. Ci innalza al di sopra della complessità delle nostre vite mentre inonda la nostra intera esistenza attraverso il nostro centro più profondo. Solo allora saremo veramente coscienti. Poi, la doppia avventura umana della scoperta e della celebrazione ha inizio. Scopriamo che lo stesso amore è ovunque e abbraccia tutti, anche coloro che ancora non siamo in grado di amare. Ma almeno riusciamo a vedere che anche loro possono essere amati. Anche noi celebriamo. Gioiamo nella bellezza inebriante che solo gli occhi di colui che ama possono vedere. Soltanto allora noi avremo fatto veramente pace con noi stessi e con il mondo.

La pace non viene raggiunta sradicando e distruggendo il male. Quando prendiamo coscienza dei nostri vizi – rabbia, orgoglio, cupidigia, lussuria – il tentativo di distruggerli degenera facilmente in auto-ostilità. Dopo tutto, se non possiamo amare noi stessi, perché preoccuparci di amare gli altri ? Invece di distruggere i nostri difetti, è meglio cercare di sviluppare pazientemente le virtù – un lavoro più lento e meno spettacolare ma certamente molto più efficace. Ed evitando i rischi dell'ipocrisia religiosa e del moralismo crea una personalità attiva più gradevole. Nascosti in tutti i nostri difetti – la capacità di fare del male - ci sono anche i semi di molte virtù. Il terrorista può aver avuto dentro di sé il seme della giustizia prima che la rabbia e la delusione di essere strumento della collera divina prendessero in lui il sopravvento. Quando facciamo la guerra a noi stessi (molti tra i più grandi esaltati religiosi erano pronti a ogni tipo di abnegazione) noi rischiamo un enorme

danno collaterale: la distruzione dei nostri semi di virtù. Ogni tipo di violenza è un crimine contro l'umanità perché essa priva il mondo di bontà sconosciute.

Il primo passo per coltivare le virtù che alla fine potranno schiacciare i vizi, è quello di stabilire la virtù basilare della preghiera profonda e regolare. Attraverso questo ritmo silenzioso di preghiera, la saggezza penetra lentamente nelle nostre menti e nel nostro mondo. La saggezza è il potere universale che porta alla luce il bene dal male. Come dice il libro della Sapienza, “ la speranza di salvezza del mondo risiede nel gran numero di persone sagge”. Il saggio conosce la differenza tra auto-conoscenza e auto-fissazione, tra distacco e durezza di cuore, tra correzione e crudeltà. Non esistono regole per la saggezza. Le regole non sono mai universali. Ma la virtù lo è.

Laurence Freeman OSB, *World Community for Christian Meditation*

www.wccmitalia.org

Pausa musicale con il Gong suonato da Franca Ghia



Nella sua ultima intervista, il Cardinal Martini mostrava la sua preoccupazione proprio per questa eclissi della potenza eucaristica. La sua maggior qualità è stata quella dell'accoglienza e dell'ascolto, della comprensione delle inquietudini dell'uomo moderno, senza mai voler ergersi a giudice, senza voler indicare con imperio una via certa. Non dovrebbe essere questa l'attitudine di ogni persona di fede? Compiere un cammino fino a giungere alla completa consapevolezza dell'amore; quell'amore che non richiede parole strabilianti o gesti eccezionali, ma la semplice, umile, costante attenzione a tutto ciò che ci circonda.

Questi tempi di crisi, stretti tra il tramonto del consumismo e i dogmi dello scientismo - tempi che hanno abolito dall'orizzonte dell'umano una qualsiasi idea di eternità - vedono sempre più persone sprofondare nello smarrimento e nella depressione. Personalmente ritengo lo smarrimento una condizione di grande grazia, perché solo se ci perdiamo, possiamo cominciare a cercare una strada per tornare a casa; solo se non abbiamo certezze, siamo capaci di accogliere in noi il pungolo del dubbio. E questo bisogno di una strada che ci porti nuovamente verso casa, cioè verso il cuore del nostro essere - cuore di luce e cuore di tenebra, cuore di mistero - è una delle esigenze che forse comincia a farsi sentire in modo più vivo nella società, grazie anche alla crisi. Abituati alla facilità e all'immediatezza delle risposte che ci offre questo nostro tempo ipertecnologico, abbiamo perso l'umile capacità di interrogarci e di compiere ragionamenti individuali lontani dalle manipolazioni massmediatiche. La folla accorsa commossa a rendere omaggio al Cardinal Martini - cioè a una grande anima - ci parla proprio di questa necessità, di questa sete che comincia a serpeggiare tra le persone. Sete che non verrà estinta da dotte teologie o da dibattiti sociologici, ma soltanto dall'incontro con uomini e donne santi

Susanna Tamaro, , “Il Cardinale che m’insegnò ad arrossire” Corriere della sera 1-10-2012,
http://www.corriere.it/cultura/12_ottobre_01/tamaro-cardinale-insegno-arrossire_fbd69bf0-0bb1-11e2-a626-17c468fbd3dd.shtml



Fred : Uccidere è nella natura umana. E' qualcosa che non puoi cambiare.

Joan Baez: Davvero? Se è così naturale, perché addestriamo le persone a farlo? C'è violenza nella natura umana, ma c'è anche decenza, amore, gentilezza. C'è chi la organizza, la violenza, la compra e la vende, la esalta. I nonviolenti vogliono organizzare l'altro lato. La nonviolenza è questo: amore organizzato.

Fred: Tu sei pazza.

Joan: Non c'è dubbio, lo sono. Ma oseresti dirmi che il resto del mondo è sano di mente? Prova. Dimmi che la violenza è stata un grandioso successo negli ultimi 5.000 anni, che il mondo non è mai stato meglio, che le guerre hanno portato pace, comprensione, democrazia e libertà agli esseri umani, e che l'uccidersi l'un l'altro ha creato un'atmosfera di fiducia e speranza.

Fred: Io non me la passo così male.

Joan: Consideralo un fortunato incidente.

Fred: Io credo di dover difendere l'America, e tutto ciò che essa rappresenta. Tu non credi all'autodifesa?

Joan: No, la mafia è cominciata proprio così. Un piccolo gruppo di persone che si sono unite per proteggere i poveri. Preferisco la resistenza nonviolenta di Gandhi.

Fred: Ma ancora non ho capito dove vuole arrivare la nonviolenza.

Joan: Vogliamo arrivare a costruire un pavimento, un forte e nuovo pavimento, stando sul quale non si potrà più affondare. Una piattaforma, che sta un po' più in su del napalm, della tortura, dello sfruttamento, dei gas velenosi, delle bombe nucleari. Vogliamo dare all'umanità un posto decente per stare in piedi. Fino ad ora ci siamo trascinati nel sangue umano e nel vomito e nella carne bruciata, urlando che questo avrebbe portato pace al mondo. Poi uno ha messo fuori la testa da questo buco, e ha visto un gruppo di persone che tentavano di costruire una struttura sulla terra, all'aria aperta. "E' una bella idea, ma è impraticabile!", urla il tizio, e scivola di nuovo dentro il buco. Un po' la stessa cosa di quando abbiamo scoperto che la terra era rotonda. Ci siamo scannati per anni perché doveva rimanere piatta, contro ogni prova che non lo era affatto.

Fred: E come costruirete, praticamente, questa struttura?

Joan: Dalle fondamenta. Studiando, sperimentando ogni possibile alternativa alla violenza, ad ogni livello. Imparando a dire NO alle tasse per la guerra, NO alla leva, NO all'uccidere in genere e SI' alla cooperazione, dando vita ad istituzioni basate sul principio che l'omicidio in ogni sua forma è fuori discussione, creando e mantenendo relazioni nonviolente in tutto il mondo, impegnandoci in ogni occasione di dialogo con le persone e i gruppi, per spostare quel consenso che ora c'è attorno all'opzione di uccidere.

Fred: Suona proprio bene, ma non credo possa funzionare.

Joan: Probabilmente hai ragione. Probabilmente non abbiamo abbastanza tempo: ebbene, forse saremo un glorioso flop, ma sapendo che l'unico fallimento peggiore dell'organizzazione della nonviolenza è stato l'organizzazione della violenza.

(testo raccolto da Colman McCarthy, Centro Pace di Washington; traduzione

M.G. Di Rienzo, a partire da un'intervista radiofonica a Joan Baez, 30 anni fa, nel 2007, e speditoci da Francesco e Mariuccia Scandiuzzi)



Una sera una donna Cherokee raccontò al nipote della battaglia che avviene dentro le persone.

E disse: “ Figlio, mio, la battaglia è tra i due lupi che vivono dentro di noi.

Uno è infelicità, paura, preoccupazione, gelosia, dispiacere, autocommiserazione, rancore senso di inferiorità.

L'altro è felicità, amore, gioia, speranza, serenità, gentilezza, verità, compassione”.

Il piccolo ci pensò su un minuto e poi chiese: “ Quale dei due lupi vince?”

La donna Cherokee rispose semplicemente: “ Quello a cui dai da mangiare”



La canzone degli uomini

Quando una donna, di una certa tribù africana,

sa di essere incinta, si addentra nella selva con altre donne
e insieme pregano e meditano.
fin quando appare la “canzone del bimbo”.

Quando il bimbo nasce, la comunità si riunisce
e gli canta la sua canzone
Ben presto, quando il bimbo comincia ad essere educato,
il popolo si riunisce e gli canta la sua canzone.
Quando diventa adulto, la gente nuovamente si riunisce e canta.

Quando arriva il momento del suo matrimonio
la persona ascolta la sua canzone.
Alla fine, quando la sua anima sta per andarsene da questo mondo,
la famiglia e gli amici gli si avvicinano
e alla maniera di quando nacque, gli viene cantata la sua canzone
per accompagnarlo nel “viaggio”.

In questa tribù dell’Africa c’è un’altra occasione nella quale
gli uomini cantano la Canzone.
Se in qualche momento della vita la persona commette un crimine
o un atto sociale aberrante,
la conducono nel centro della tribù, nel cerchio formato
dalle persone della comunità
E allora gli cantano la sua canzone.
La tribù riconosce che la correzione di condotte antisociali non è il castigo,
è l’AMORE e la MEMORIA della sua identità.
Quando riconosciamo la nostra propria canzone
non ci viene voglia né sentiamo la necessità di giudicare nessuno.

I tuoi amici conoscono “la tua canzone”
e te la cantano quando te la scordi.
Quelli che ti amano non possono essere ingannati dagli errori che hai commesso
o per i lati oscuri che mostri agli altri.
Loro ti ricordano la tua Bellezza quando ti senti brutto,
la tua TOTALITA’ quando ti senti straziato,
la tua INNOCENZA quando ti senti in colpa
ed i tuoi propositi quando ti senti confuso.

Tolba Phanem (poetessa africana)

#

Franca Ghia è insegnante, psicologa e psicoterapeuta.
Indaga da sempre lo spazio della relazione come esperienza privilegiata capace di strutturare, per ogni individuo, una più autentica conoscenza di sé. L’esperienza di ascolto profondo e attento dell’altro e di sé, è percorso fondante per costruire visioni più vere di ciò che si è e di ciò che è. Lo stimolo alla ricerca in campo professionale trae nutrimento dalla ricerca personale interiore condotta nell’ambito dello yoga, del buddhismo, dello sciamanesimo, ricerca che ha sempre focalizzato la Luce di grandi Maestri.

Da alcuni anni l'incontro, apparentemente casuale con i gong, e la successiva formazione attraverso un seminario condotto in Italia da Don Conreaux, gong-master e insegnante di yoga di grande rilievo, aggiunge un fondamentale tassello al quadro di esperienze e competenze acquisite. Aprirsi alla vibrazione del gong è esperienza di liberazione dai limiti della mente, da visioni troppo schematiche, da abitudini condizionanti... è possibilità, è scoperta, è contatto con Bellezza, Immensità, Stupore, Sacralità... Tutto ciò può avvenire in un processo di crescita personale senza fine ed il Maestro è il Suono antico e sacro che ci appartiene da sempre...

Ed ecco come ella stessa ci presenta questo strumento:

“Il **GONG** è strumento sciamanico antichissimo, nato probabilmente in Mesopotamia, si diffuse nell'India. Fu amato dal Buddha che invitò i suoi seguaci a portarlo in tutto il mondo. Confucio fece scrivere 2 simboli sui gong, il significato di tali simboli, che è possibile leggere come "tai loi" è: " la felicità è arrivata".

È strumento sacro di pace perché diffonde ordine, armonia, pace sia nel mondo individuale (nel piccolo) sia nel mondo cosmico (nel grande).

È Maestro di Verità, toglie ogni preoccupazione ordinaria perché in grado di trasferire ognuno in uno spazio più vero, più sacro, più vicino all'essenza.”