



Cari amici com'è difficile decentrarsi. Non solo rispetto agli altri ma rispetto a sé. Non sentirsi al centro della vita ma lasciarsi andare, accogliere la vita che spinge per nascere, accogliere la vita nuova, mollare come la partoriente che non trattiene più la creatura che vuole venire alla luce.

Questo partorire è un passare dal controllo, dal dominio, dal possesso, dalla manipolazione, dall'accentramento, dal tenere tutto assieme con la creatività e con la ragione, all'abbandono facendosi fare, scegliere, decidere, determinare dallo Spirito, da Dio, dal Vivente, dall'Eterno, dalla Divina Madre affidarsi al cuore.

In questo passaggio si avverte tutta la difficoltà di non contare, non affermarsi ma di fidarsi, essere protagonisti scegliendo l'abbandono fiducioso alla vita piuttosto esserne dominatore. Se uno nasce rosa non può essere quercia mi diceva un amico qualche settimana fa citando Raffaele Morelli. **La vita ad un certo punto ci richiama alla fedeltà di ciò che siamo, del daimon, genius, destino, chiamata, vocazione con la quale siamo venuti al mondo, chiamiamola come vogliamo.**

La distanza da questo daimon è la nostra inautenticità. Si abita un'altra casa, non la propria, una casa per quanto stupenda che non può portarci ad essere veri, liberi, felici. **In questo scegliere di riconoscere, ascoltare ciò che siamo, ciò che ci chiama al vero, al bene, al bello, alla meraviglia consiste la nostra libertà di scelta, la nostra resa alla Vita ed al Vivente.**

E' tanto difficile questo passo di lato quanto risolutivo e non ci si risolve dicendo finalmente posseggo tutto ciò che ho sempre desiderato bensì finalmente riesco a far spazio, a svuotare la mia vita, per far posto al mio autentico desiderio: quell'oltre che spesso confondiamo con l'altro o col di più. Ecco sentire questo non è questione di corsi, formazione, ma di stare nel silenzio e nell'ascolto. Ed è per questo che più cammino in questo piccolo e fragile sentiero dell'Eremo più mi accorgo di non avere corsi da erogare ma un pezzo di strada da condividere, una luce che incontra un'altra luce - come ricorda Ermes Ronchi - e nella relazione si amplia, si rafforza in luminosità, una postura, un mondo di abitare la vita ed il mondo che può portare a ritrovarsi e, ritrovandosi, essere sereni, sorridenti.

Eremo del SS. Salvatore Eremo dei Camaldoli – Napoli, 26 Ottobre 2024

«Ma cosa credete, che non veda il filo spinato, non veda i forni, non veda il dominio della morte, sí, ma vedo anche uno spicchio di cielo, e questo spicchio di cielo ce l'ho nel cuore, e in questo spicchio di cielo che ho nel cuore io vedo libertà e bellezza. Non ci credete? Invece è cosí».

Etty Hillesum citata da Eugenio Borgna in *Tenerazza* (Einaudi)

ABBIAMO BISOGNO DEL NUTRIMENTO DELL'INVISIBILE

C'è un versetto, il 20, nel salmo 77 che parla delle orme di Dio. La Cei e Luzi traducono **“le tue orme non furono riconosciute”**, il salterio di Bose **“le tue orme sono restate invisibili”**, la Interconfessionale **“Nessuno può trovare le tue orme”**, la Nuova Riveduta **“le tue orme non furono visibili”**, **“le tue orme rimasero ignote”** scrive Davide Maria Turoldo. Sembra quasi che sia stata una sciagura non aver visto quelle orme, io nel libro di preghiere che sto scrivendo per La Casa dei fili d'Erba ho reso questo versetto 20 in questo modo : **Sul mare il tuo cammino, la tua via sulle acque. Le tue orme restano invisibili.**

Spero di riuscire a comunicare ed a pregare il valore, l'importanza, l'essenzialità dell'invisibile. Non tutto deve o può divenire visibile, la pretesa della visibilità oserei dire è distruttiva, è fagocitante. **Lasciamo che l'invisibile possa fare il suo mestiere**, possa edificarci, cioè non renderci più alti e tronfi ma possa costruirci nei nostri tessuti intimi.

Ecco cosa scrive James Hillman (Il codice dell'anima) , io l'ho trovato stupendo. *“ Nel regno (o è un centro commerciale?) dell'Occidente, la coscienza ha sollevato il trascendente sempre più in alto e sempre più lontano dalla vita quotidiana. L'abisso attraversabile è diventato vuoto cosmico. Gli dèi si sono ritirati. Una volta rimossa l'invisibilità dalla sua funzione di sostegno dietro tutte le cose tra le quali viviamo - sicché tutti i nostri «beni» accumulati sono diventati merci - Cristo diventa l'unica figura che possa riportarci a quella fondamentale invisibilità su cui le culture hanno sempre poggiato.*

*L'incarnazione significa presenza dell'invisibile nella comune materia di questa nostra vita umana. Il momento più patologizzato di tutto il racconto della Incarnazione è quello del grido sulla croce, che dice l'angoscia lacerante di quando si è circondati soltanto dal mondo visibile. **Quando l'invisibile abbandona il mondo quotidiano (come fece con Giobbe) allora il mondo visibile non può alimentare la vita perché la vita non ha più il suo sostegno invisibile . Allora il mondo ti dilania. La compresenza di visibile ed invisibile è ciò che alimenta la vita. Il grandioso compito di una cultura che voglia alimentare la vita, dunque, consiste nel mantenere gli invisibili attaccati a sé, gli dèi sorridenti e soddisfatti: nell'invitarli a rimanere con riti propiziatori e cerimonie; con canti e danze, addobbi e litanie; con feste annuali e commemorazioni; con grandi dottrine come quella dell'Incarnazione e con piccoli gesti intuitivi, come toccare legno, sgranare il rosario, tenere addosso una zampa di coniglio o un dente di squalo; o appendendo il mezuzoth allo stipite della porta , o un portafortuna sopra il cruscotto; o deponendo in silenzio un fiore sopra una pietra lucidata. Queste***



cose non c'entrano con la fede..... Si tratta soltanto di non dimenticare che gli Invisibili possono andarsene, lasciandoci soltanto, per coprirci le spalle, i rapporti umani. Come dicevano i greci dei loro dèi: non chiedono molto, soltanto di non essere dimenticati. I miti mantengono invisibilmente tra noi il loro regno daimonico. Lo stesso fanno le fiabe popolari, come quella del taglialegna che lasciò cadere l'accetta dal taglio affilato, e penetrò sempre più nel profondo della foresta per restare vicino a quel sorriso”

Amati profondamente.

La vita è bellissima.

E tu sei viva o vivo .

Ti abita la tenerezza e la fragilità

la tenacia ed il dubbio.

Lascia andare

tutto il vecchio che ancora ti abita.

Sconvolgiti col tuo amore,

ricuci i fili logori,

ritessi le trame spezzate dentro di te,

pasci le tue ferite,

curale senza pretesa di guarigione.

La cura è la loro guarigione.

Poniti come argilla nelle mani del vasaio

abbi profonda fiducia in quelle mani.

Dentro di te il buio,

in quel buio può avvenire il miracolo della luce

che trafigge col poco, il semplice, il vero, il bello.

Solo il possesso impedisce alla luce di passare,

ogni attaccamento, ogni atto di non abbandono alla Vita .

Vita che è magistrale,

maestra,

quella vita che ci contiene,

più grande di ciascuno di noi.

Tu sei la bellezza che può rinfrangere la bellezza di Dio. Non sciuparti .

A volte l'impossibile si avvera accarezzando il possibile.

Metti il tuo cuore in agio.

Chiediti qual è la misura del tuo possibile



e fanne grazia, fanne amore, fanne
coraggio, abitalo.

Cammina e fermati,
sosta e spingi,
non trattenere fai volare
tutto quello che abita la tua stanza,
fai volare i soprammobili, i quadri appesi alle
pareti,
le mura , il divano.

Il respiro sottile dell'aria siano le tue mura,
il verde del prato il tuo divano.

Il cielo il colore pastello del tuo quadro.

Non ti chiede di fare più niente

la Vita

ma solo di essere quel che ora sei.

Non ti chiede di aggiungere null'altro a
quello che sei, che provi.

Vai già bene.

Si va già bene così come sei.

Allora sii quel che senti di essere.

E' già tutto profondamente bello.

Il resto non pretenderlo da te.

Sarai sempre un frammento,

sarai sempre un frammento di luce, un
frammento di pietra, un

frammento di carne, di spirito, di cuore.

Lascia che la vita ti abbracci ,

qui , ora, come sei, e quel frammento
inquieto troverà la sua quiete.

La senti?

E' già arrivato questo abbraccio.

Ti amo, ti dice la Vita.

Sentiti amato o amata.

Ce la fai a rispondere anche io ti Amo vita?

Lascia che la vita ti ami.

Ti porterà l'amore per te stessa o per te
stesso,

per ogni donna ed uomo che sono sotto il
cielo.

per ogni albero del bosco , ogni uccello, ogni
gatto, ogni filo d'erba.

Ora è il tempo che tu faccia posto al mistero

metti la mano dinnanzi alla bocca,

chiudi gli occhi, stai zitta o zitto,

sentiti avvolto dall'amore profondo, è questo
venticello leggero che ti

avvolge.

Ama è arrivata la Pace.

Amen

(Pietro Ravallese)



RACCONTARSI

L'incontro con Antonio Zulato all'Eremo di Coltriciano è stato un momento di grazia. Con lui, insieme ad un gruppo di amici, abbiamo svolto un corso sull'autobiografia ovvero, come scriveva Christian Bobin come "Abitare poeticamente il mondo"

Il fatto che è accaduto in quei giorni non è stata l'erogazione di un corso. Antonio per quanto abbia insegnato filosofia per tutta la vita e tutt'ora insegna alla Libera Università di Anghiari ha messo in mezzo, sul tavolo,

parole, evocazioni, suggestioni, pensieri, sollecitazioni, sentimenti, ha messo sul tavolo uno scrigno ed ogni tanto lo apriva tirandone fuori un tesoro da condividere, una parola da lucidare e far brillare.

Questo modo di trattare le parole è un modo per aprire il cuore. Questo modo di masticare le parole è un modo per nutrire la vita. Non si tratta di fare una mera erudizione, o sciorinare una dietro l'altro gli etimi ma entrare dentro ciò che non si vede, eppure c'è, di una parola. **Diceva Vito Mancuso le parole sono espressioni che nascono dalla pressione della vita, ad un certo punto la pressione genera un lampo e nasce la parola. Entrare in questa vita, in questo mito, in questo racconto è leggere se stesso. Perché leggere o scrivere è anche leggere di sé e scrivere di sé.**

Le parole sono belle, sono feconde, sono delle carezze, disvelano, rivelano, seminano prospettive, aiutano ad immaginare, ordinano, mettono a posto e come altre cose possono far male quando chiudono, definiscono, assolutizzano, feriscono. Come ogni medicina va usata la parola con cura.

Durante il corso abbiamo fatto un per-corso attraverso le parole e la scrittura raccontando, disvelando e rivelando noi stessi a noi, chi siamo, a che punto del sentiero stiamo, e lo abbiamo fatto partendo dal sostare su alcune parole madri, fertili, generatrici raccontando le nostre esperienze di dolore, bene, amore, perdono, bellezza, felicità.

Quasi quasi vi consiglio nei prossimi giorni di sostare pure voi su queste parole con una poesia, con un racconto che vi facciano da specchio o da stella lungo il vostro cammino.



ALCUNI APPUNTAMENTI DI OTTOBRE

GIOVEDÌ 21 NOVEMBRE presso la parrocchia San Domenico a Salerno alle ore 19:00 presentazione di **Mistica e Coscienza**, ultimo libro di Antonella Lumini, che oltre quaranta anni fa a Firenze ha scelto di vivere da Eremita Urbana.



FRATERNITÀ NaCasarella
Via Cupa Camaldoli, 20 - 80131 Napoli

ASSOCIAZIONE PUGLIA ITALIA

**INCONTRO
CON ANTONELLA LUMINI**
Caronte del oroscuro

MISTICA INCARNATA
Il Divino nell'umano

SABATO 23 NOVEMBRE 2024
Via Cupa Camaldoli, 20 - NAPOLI
ore 9:30 - 12:30 / 14:30- 17:30
Pranzo al sacco

Partecipazione a offerta libera e consapevole.
E' gradita la prenotazione tramite e-mail:
olgatesta2@gmail.com
Seguirà programma dettagliato.

SABATO 23 NOVEMBRE
ritiro per l'intera giornata con Antonella Lumini sul tema “

Mistica Incarnata – Il Divino nell'umano “ presso la Fraternità NaCasarella Via Cupa Camaldoli 20 – Napoli. Ore 9:30 – 12:30 / 14:30 - 17:30 (Pranzo al sacco) . Partecipazione ad offerta libera . Prenotarsi scrivendo a olgatesta2@gmail.com.



VENERDÌ 22 NOVEMBRE presso la Casa dei Fili D'Erba alle ore 18:30 – 20:30 Circolo di Lettura popolare della Bibbia sulla Prima Lettera di Pietro Capitolo 1, a seguire cena condivisa. Per partecipare è necessario inviare in anticipo un messaggio al 3471083991.

La mia religione è la gentilezza

(Dalai Lama)

Torniamo sull'esperienza vissuta al tempio buddista di Pomaia di cui ho già raccontato nello scorso numero del Foglio Notizie di Ottobre.

Ci ritorno per dire che tra le cose che mi hanno colpito sono il sorriso, il continuo sorriso dei monaci, la bella risata che a volte intermezza i loro insegnamenti, la gentilezza che li porta ad entrare e lasciare la sala, dove loro sono attesi per gli insegnamenti, col capo leggermente chino.



Stavo a Pomaia il 14 settembre, giorno dell'esaltazione della croce.

I monaci e le monache cominciavano i loro discorsi per lo più dicendo siamo tutti alla ricerca della felicità e della gioia.

Dovremmo trarne un motivo di riflessione, aggiungere alla festa dell'esaltazione della croce quella dell'esaltazione della gioia, che poi è la resurrezione.

Tramandata come il riscatto, il premio per la sopportazione, la giustizia per i torti subiti, il prezzo del sacrificio la resurrezione non è un viatico alla gioia ma la persuasione al doloroso, al sacrificio, alla sopportazione.

Invece dovremmo risorgere prima di morire, farci trovare vivi dalla morte come dice l'apocrifo di Tommaso.

Dovremmo convincerci che Gesù non è venuto a fondare una religione e persino nemmeno convertire l'uomo a Dio ma ricondurlo al luogo dove Dio risiede, dove lo si può conoscere, abbracciare ed amare cioè la nostra intimità.

Una via è venuto a consegnarci Gesù. E quelli della via erano i primi cristiani. Una via che conduce dentro ciascuno di noi, che conduce a Dio, lo stesso a cui tutte le fedi desiderano arrivare, a quel Dio che ci abita. Allora la gioia potrebbe prendere il posto della sopportazione, imparando a stare nella vita non nonostante tutto, ma attraverso tutto.



Che si fa alla casa dei fili d'Erba? Meditare la stessa radice di Medicina.

CHI VORRÀ IMPEGNARSI IN UN CAMMINO DI MEDITAZIONE SILENZIOSA SAPPÌA CHE LA MEDITAZIONE CI INSEGNA CHE PIÙ NOI ENTRIAMO PROFONDAMENTE IN UN MISTERO DI UNITÀ, PIÙ DIVENTIAMO REALMENTE UMANI E COMPASSIONEVOLI. APPROFONDENDO IL NOSTRO IMPEGNO PERSONALE PER IL CAMMINO UMANO, CIASCUNO DI NOI APPROFONDISCE ANCHE IL PROPRIO IMPEGNO PER QUELLA PARTE DI UMANITÀ CON CUI CI IMBATTIAMO NELLA NOSTRA VITA

Wccm Italia

Ogni Mercoledì sera si svolge la pratica della Meditazione silenziosa. Quando alcune persone del palazzo dove abito e dove sorge La Casa dei Fili d'Erba seppero che questo è un luogo dove si prova a custodire il silenzio, la preghiera e la meditazione mi chiesero se ero cristiano. Nell'immaginario collettivo dire meditazione ci conduce immediatamente all'oriente ed al buddismo, ed è naturale visto che in quelle terre la tradizione spirituale ha sempre messo la persona a contatto con sé e col divino anche attraverso il silenzio e la meditazione.

Altrettanto però le altre tradizioni spirituali. La meditazione ha origine nel monachesimo antico nella tradizione cristiana, come forma di preghiera silenziosa e continuata, nella tradizione ortodossa con i pellegrini solitari ed il deserto della "pustinia", nell'ebraismo - dondolando dinanzi al muro del pianto – nell'Islam con il Sufismo.

Per chi voglia approfondire metto qui alcuni link ad alcuni canali Youtube con i significativi interventi del monaco camaldose Axel Bayer e dell'Associazione Meditatio :

https://www.youtube.com/channel/UCvo1EUZd7UC7bFpALee1P_g

<https://www.youtube.com/channel/UCAUU47mprDBs7SyW5rxQf3A>

Al di là delle matrici e delle tecniche ciascuno in questa pratica deve provare a trovare uno strumento per avvicinarsi a ciò che cerca e dargli forma. Io sento che la forma di meditazione non è questa o quella ma ciò che nel tempo ciascuno sente ed avverte favorevole a condurre all'ananda , alla beatitudine la propria vita attraverso la pratica costante. **Per me è darmi uno spazio quotidiano di ri-centratura, di ri-consapevolezza, di ri-equilibrio. Mi prendo cura di me senza far sì che le cose, i pensieri, gli impegni mi soffochino. Mi sento di dire che solo la quotidianità della pratica è una cura, una medicina per la propria esistenza. Ma come diceva un monaco tibetano non basta svuotare la mente, occorre piantare il seme. Con la meditazione possiamo dunque pulire il terreno della nostra mente e piantarvi il seme del cuore, della bellezza, della meraviglia, del mistero, dell'amore, dell'innamoramento e dell'abbraccio col divino.**



LA VITA E' BELLA

Si è svolto a Napoli un fine settimana di meditazione e silenzio organizzato dalla Comunità mondiale per la meditazione cristiana – Italia (www.wccmitalia.org) . A guidare il ritiro **Daniela Carducci, eremita e responsabile “Arca del Silenzio San Giovanni Battista” , madre di due figli e sposata con Andrea, morto nel maggio del 2020.**



La riflessione ha preso il via a partire dalla **contemplazione della bellezza divina: “...e vide che era cosa molto buona” (Genesi 1, 31)** sentita e vista attraverso gli occhi dell’anima e tutti e cinque i sensi come ricorda anche il titolo di un recente libro di Don Paolo Scquizzato.

Per avvertire questa bellezza dobbiamo partire dal sentirsi belli. Prendersi cura di noi è nutrire fiducia nella vita ed in noi stessi, avvertire la bellezza del creato e la nostra , di me creatura.

Un altro elemento necessario per percepire questa bellezza è il riposo, lo shabbat per gli ebrei. Accanto all’attività creativa è necessario, per arrivare a contemplare la meraviglia, dare al tempo la possibilità di non imprigionarci, farlo diventare opportunità (Kairos) non solo cronologia (Kronos) .

Se la parola ha bisogno del silenzio , l’agire ha bisogno del riposo per compiersi. Nel silenzio del riposo, del sabato scopriamo la compassione di Dio, il suo femminile.

Tutti i sensi sono la porta verso Dio. Possiamo scegliere di **toccare** Gesù , desiderarlo come l’Emorroissa , **gustare** come la Samaritana l’invisibile la cui acqua/pane è essenziale per il visibile, **ascoltarlo** facendo unità tra le Marta e le Maria, **guardare** la vita e Gesù con occhi nuovi come Gesù quando nell’apice della sofferenza consegna a Maria Giovanni dicendo ecco tuo figlio e viceversa a Giovanni ecco tua madre, gli stessi occhi nuovi che dovettero avere Maria e Giovanni per prendersi cura l’un l’altro, per farsi posto, occhi nuovi come quelli di Maria di Magdala nel giardino della resurrezione – in un incontro individuale – o dei discepoli di Emmaus – in un incontro comunitario -.

Ma forse per poter percepire la vita ed il mistero, la vita ed il divino con tutti i sensi occorre far funzionare l’olfatto del cuore, passare dal ragionare al sentire, lasciare andare il cervello come unico posto dell’intelletto e trovargli spazio nel cuore.

