

**Cari** desidero che questo Foglio Notizie abbia il sapore della vita vissuta non solo sentita, immaginata, pensata. Mi piace parlare di fatti e di storie, di fragilità e bellezze senza dare l'impressione di chissà che cosa.

Sento che questo che sto vivendo è un tempo poetico. Mi sento in questo tempo come un poeta. Non perché ho la pretesa di esserlo. "Scrivere poesie non è difficile; difficile è viverle", ricordo questa frase di Charles Bukowski sul muro di un ristorante in riva mare a Paestum. Io sto nel mondo con lo struggimento del poeta. Sono nato così, per fortuna. E non posso risolvere questo struggimento, questa inquietudine con qualcuno o qualcosa. La poesia mi consente di contattarmi, sentire il mondo provando ad attraversare l'inquietudine quando si apre senza che diventi tormento, e così la nostalgia o la malinconia.

Mi resta tutto ciò , va via, ritorna, mi impenna, mi abbassa. Io so che non è una malattia ma una benattia.

Pensavo che fosse un mio neologismo ed invece ho scoperto che la benattia è un filone di ricerca olistica su cui da oltre venti anni lavora il medico palermitano Francesco Olivero.

Questa condizione non desidero più viverla come un minus, questa mia inquietudine, che a volte mi appare come disabilità emotiva, è bellezza. Sono un diversamente abile. Ecco cosa scrive Christian Bobin " **Qualcosa manca, sempre. A tutto quello che noi possiamo fare e dire e vivere, manca qualcosa, sempre.** " Ecco questa condizione non è più per me una malattia ma una benattia. Liberazione

Questa è una poesia di Aldo Palazzeschi tratta da Poemi del 1909, risponde alla domanda Chi sono.

**Chi sono?**

**Son forse un poeta?**

**No certo.**

**Non scrive che una parola, ben strana,**

**la penna dell' anima mia:**

**follia.**

**Son dunque un pittore?**

**Neanche.**

**Non à che un colore**

**la tavolozza dell' anima mia:**

**malinconia.**

**Un musico allora?**

**Nemmeno.**

**Non c'è che una nota**

**nella tastiera dell' anima mia:**

**nostalgia.**



Son dunque... che cosa?

Io metto una lente  
dinanzi al mio core,

Il saltimbanco dell'anima mia è anche il titolo di un libro edito da Romena di Don Luigi Verdi e Chiara Scardicchio. **Si sono anche io un po' folle, nostalgico, malinconico e saltimbanco dell'anima mia.**

Poi c'è la divisione del cuore. Allora ecco che la esprime bene Ermes Ronchi in una preghiera.

Signore,  
il Tuo sogno non è fatto di figli obbedienti  
alla fatica ma di vigne fiorite,  
di grappoli gonfi di miele e di sole:  
Tu e io a far maturare la vigna della storia.

Signore,  
unifica il mio cuore,  
fa che io non abbia due cuori in lotta fra  
loro;

per farlo vedere alla gente.

Chi sono?

Il saltimbanco dell'anima mia.

donami un cuore semplice e integro,  
che sia con Te maturatore di frutti,  
con Te vignaiolo,  
in tutte le nostre piccole vigne segrete,  
dove ci impegniamo a rendere meno arida  
la terra,  
meno soli gli uomini,  
meno contraddittorio il nostro cuore.  
Amen.

Mi sono imbattuto in una lettera di Arthur Rimbaud del 13 Maggio del 1881. Avverto in questo passaggio la consapevolezza di quello struggimento bello di cui vi racconto.

***"Voglio essere poeta, e lavoro a rendermi Veggente. Lei non capirà, e io quasi non saprei spiegarle. Si tratta di arrivare all'ignoto mediante lo sregolamento di tutti i sensi. Le sofferenze sono enormi, ma bisogna essere forti, essere nati poeti, e io mi sono riconosciuto poeta. Non è affatto colpa mia. È falso dire: "Io penso": si dovrebbe dire "mi si pensa". - Scusi il gioco di parole. IO è un altro."*** Lettera a Georges Izambard

Lo ripete due giorni dopo Rimbaud in un'altra lettera a Paul Demeny ***"Il primo studio dell'uomo che voglia diventare poeta è la conoscenza di sé, intera; egli cerca la sua anima, l'indaga, la tenta, l'apprende. Dal momento che la conosce, deve coltivarla"***

Al di là dello sregolamento di tutti i sensi, della coltivazione dell'eccesso, che ho abbandonato ben presto nella mia vita, di quello che afferma Rimbaud mi resta il sapore poetico della danza a tu per

tu con la vita nella sua colorata e variopinta essenza, una danza che a volta è una lotta, senza alcuna retorica.

Infine metto qua una mia poesia dell'altro giorno nella quale specchio il mio momento. Nella poesia scrivo il contrario di un'affermazione di Adriana Zarri. Lei diceva un eremo non è un guscio di lumaca intendendo non è uno spazio ermetico al mondo. Io dico che lo è nel senso che te lo puoi portare appresso. Dunque non è un mio un soffio del cuore in contrasto con la immensa Adriana.

**Un' eremo è un guscio di lumaca  
un uovo di gallina  
la fusa di un gatto  
la zampa di un cane che ti bussa.  
E' non cercare più nulla  
di ciò che si dice necessario,  
avvertire che non c'è più bisogno di  
alcuna visibilità.  
Scompare.  
Essere una nota nel flauto di Dio.**

**Consegnarsi ed avvertire di poter suonare  
solo il silenzio,  
per Dio, per sé, per chi lo vuole ascoltare.  
E' esercitarsi alla morte,  
onorarla,  
per inchinarsi alla vita,  
viverla,  
gioire,  
lasciarsi vivere.**

*Ci sono anime sulle quali viene voglia di  
affaccarsi come una finestra piena di sole.*

*Federico Garcia Lorca*



Un eremo non è un guscio di lumaca , e io non mi ci sono rinchiusa; ho solo scelto di vivere la fraternità in solitudine.

L'isolamento è un tagliarsi fuori  
la solitudine è un vivere dentro.  
L'isolamento è una solitudine vuota.

Non si sceglie la solitudine per la solitudine ma per la comunione, non per stare soli ma per incontrarsi, in un modo diverso.

In ciascuno di noi c'è una valenza monastica che attende d'essere tratta in superficie e sviluppata secondo le varie vocazioni.

L'eremita è colui nel quale la valenza monastica d'ognuno, avendo urgenze tutte particolari, emerge sulle altre componenti, fino a determinare un tipo specifico di vita. Silenzio e solitudine non hanno valore in se stessi: sono sempre finalizzati all'incontro: con sé, con gli uomini, con Dio

Pag. 28 e 33 Adriana Zarri, Un eremo non è un guscio di lumaca , Einaudi

### Linguaggi e comportamenti nuovi per ritessere la comunità, per abitare l'umanità

L'erosione della comunità, l'individualismo, l'egoismo, l'affermazione dell'uomo tecnologico a discapito di quello spirituale, tutto questo è alla base dello sviluppo di modelli sociali ed economici violenti, competitivi, che hanno bisogno della forza delle armi e della guerra per affermare le proprie ragioni.

Non bastano e non servono decreti uno e bis sulla sicurezza, fermi preventivi e lasciapassare a forme dubbio di uso legittimo di armi e di forza.

Non servono divieti di vendita di coltelli ai minori quando si fa fallire l'onu, quando il diritto internazionale serve fino ad un certo punto, quando l'avversario politico è un nemico, quando nel confronto delle idee non c'è più alcun rispetto tra le parti, quando si ammazzano donne, bambini, popoli in maniera sistematica pur non chiamandoli genocidi.

Sono questi i contesti che alimentano le morti violenti giovanili.

La **violenza** di questo tempo non la si risolve probabilmente col divieto di portare a scuola i coltelli ma alimentando una cultura della cooperazione e non della competizione, dell'inclusione e non dell'esclusione, della comunione e non della polarizzazione.

Parlare un linguaggio nuovo è mettere mano al bisogno di ritessere relazioni comunitarie basate sulla circolarità e la cooperazione non la forza e la divisione. Parlare a volte anticipa i tempi, altre volte li esprime. La parola per me può essere a volta seme di futuro altre frutto del passato, dell'esperienza.

**L'oikia, la casa, è la comunità** che abbiamo atomizzato. Cioè abbiamo disperso il valore della connessione tra i suoi membri. Ciascuno non si sente più parte di nulla. Gli orizzonti ed i destini comuni si sono dispersi e si mantengono a galla solo relazioni funzionali.

In questa strumentalità anche i riti non sono più simboli di nulla, sono vuoti, non evocano alcun significato. Sono stanche ripetizioni di memoriali che non ci legano né con la terra, nella comunità, né col cielo, né col mistero.

**Provare**, com'è nel desiderio di questa piccola esperienza della Casa dei fili d'erba, **a rimettere al centro ciascuno di noi ed i suoi bisogni essenziali di amore, di comunione, di relazioni significative che diventano nutrimento per la vita, è favorire lo sviluppo di nuovi modelli ecclesiali, sociali, politici economici e di nuove posture esistenziali.**

Abbiamo avuto epoche che si sono contraddistinte per la ricerca di una sicurezza legata all'avere, al cibo, all'istruzione, all'apparire, all'iper connessione ( epoche che ci accompagnano ancora nei nostri giorni ).

In questo tempo di massimo sviluppo tecnologico c'è nel contempo anche un grande bisogno legato alla spiritualità ed all'essere.

Si stanno confrontando due modelli di personalità e di socialità. **Nonostante guerre, violenze, soprusi nutro la fiducia che allo stesso tempo stanno emergendo sempre più domande profonde di senso alle quali corrisponde un rinnovato entusiasmo spirituale**, un modo di abitare il mondo, se stessi e le relazioni non predatorio ma olistico che riconosce la forza **dell'interconnessione e del mistero.**

Alla Casa dei fili d'erba provo a praticare **la circolarità, l'attenzione, l'inclusione, l'incontro** non sono solo come metodo ma avvertendo realmente di

dover fare spazio, mettersi di lato, smetterla di coltivare l'ossessione della conoscenza, e realmente fare dell'altrui esperienza motivo di arricchimento e di ascolto, di cura per sé e gli altri.

Su questa strada un altro linguaggio nuovo è quello che attiene **il peccato e la colpa**. Nessun terrorismo per favore, nessuna moralizzazione.

Ciascuno dentro di sé sa le cadute, le fragilità, l'ostacolo che impedisce alla vita di evolvere, le chiusure nei confronti del Dio che ci abita. Il peccato è appunto non tener conto del limite, non operare per la giustizia, fallire, non fare centro rispetto alla chiamata ad evolvere come uomo spirituale, cioè quell'uomo che Gesù Cristo ha incarnato. **Il peccato è molto meno di un aspetto morale ed al tempo stesso è molto di più, perché riguarda l'armonia della propria esistenza.**

Contattare i propri peccati è contattare i propri fallimenti, i propri vicoli ciechi, certi e fiduciosi che la Vita ci porterà sempre la luce. **La Vita ci chiede solo di non fermarci.**

Scrive Adriana Zarri “ **Peccato è venir posseduti dalle cose, non già liberamente possederle**” ( Pg. 76 Un eremo non è un guscio di Lumaca) .

Essere posseduti da una cosa ci porta immediatamente ad una considerazione di carattere morale, alla necessità di affrancarsi, purificarsi.

Ma se lo scopo fosse l'integrità morale semplicemente non ci sarebbe nessuna salvezza, né ora né escatologica. Perché **la salvezza non sono la perfezione ed il rigore morale ma l'armonia della meraviglia e del mistero.**

Non essere posseduti dalle cose significa in concreto lasciare che la vita possa agire, che trovi lo spazio per agire dentro la nostra storia.

Se la nostra storia è già tutta posseduta noi falliremo, perché non troveremo lo spazio della resa, del vuoto, della kenosi nella quale opera Dio.

Se siamo posseduti non c'è posto in noi per l'armonia. Ogni cosa sarà in una condizione di perenne lotta e dualismo.

Liberarsi dal possesso, sia attivo che passivo, è la condizione necessaria per essere liberi.

Non liberi di fare come vogliamo ma di ascoltare, ovvero ubbidire alla vita. Ubbidire infatti nel suo etimo richiama appunto l'ascoltare. Ubbidire non è altro che ascoltare, ed in questo ascolto c'è libertà.

Giovedì 30 Gennaio 2025 presso la sala Palatucci della Questura di Reggio Emilia Vito Mancuso tenne un incontro dal titolo " Destinazione speranza: essere liberi di obbedire".

La tesi che in quell'occasione Mancuso sviluppò è che : " **La vera libertà** è quella che aiuta ad esercitare l'obbedienza ed a generare la speranza. L'obbedienza ha a che fare con l'ascolto – ricordava il teologo - con l'essere attenti, pronti, recettivi, quindi in un certo senso passivi, ma di una passività non dormiente ma vigile di chi è attento a cogliere ad ascoltare."

**Obbedire** significa ascoltare profondamente ed attentamente la vita quale mistero e così da questo ascolto nutrire la mia umanità.

Il tema della libertà nella nostra vita si lega da una parte **alla legge dall'altra alla resa**.

Senza questa duplice sponda prendono il sopravvento la bramosia disperante, inconcludente, la infelicità perenne, una vita soltanto irrequieta.

Senza resa e legge la nostra inquietudine, malinconia, nostalgia di riconnetterci all'unità, di superare i dualismi e le contraddizioni sarà soltanto inconsapevole mancanza.

Senza resa e legge la nostra danza sotto la pioggia, la nostra danza tra ombre e luci sarà semplicemente un sopravvivere, un resistere ma non un esistere.

**La resa è una condotta gravitazionale, il dominio invece è una condotta antigravitazionale**, possiamo dire col filosofo coreano Chual Han; la resa è passione per l'indisponibile dice sempre Chual Han.

La resa dunque non come disillusione, né come accettazione supina dell'esistenza ma come accoglienza della vita. **Accoglienza in luogo di accettazione** rimanda ad un grembo che si lascia ingravidare.

Accogliere la vita e lasciarsi mettere incinti dalla vita stessa.

L'abbandono, il lasciarci fare, quando passiamo da una postura di dominio ad una spirituale, dall'aver all'essere, è un atteggiamento creativo dentro l'esistenza.

**Non è l'eroicità** di chi sceglie l'arma del controllo, del possesso, del plasmare l'esistenza senza mai riuscirci che ci rende creatori.

**Bensì ci rende partecipi alla creazione l'umiltà** del figlio che riconosce il padre e ne è grato. Un'umiltà che è consapevole della forza del seme nella terra, l'umiltà di chi ha la certezza che la terra promessa resta tale anche se non ci raggiunge bensì raggiunge la vita di altri.

E' l'umiltà che si fonda sulla gratitudine nei confronti di ogni frammento di vita, così com'è.

E' l'umiltà di chi lascia andare l'attaccamento al risultato ed al frutto.

Tutto questo è abitare la resa, l'abbandono e sentire che in tale atto diveniamo co-creatori, abitiamo il nostro spazio di libertà.

La resa è anche il riconoscimento del nostro limite e del fatto che siamo inseriti dentro una realtà più grande di noi alla quale ci affidiamo, verso la quale, nel mistero ci affidiamo. Il riconoscimento di un bene più grande dentro il quale viviamo da senso alle nostre vite.

Non ogni cosa è a nostra disposizione. La vita spirituale si nutre di questa indisponibilità e gode della necessaria carezza **della grazia, della divina madre, dell'amore divino in atto**, l'amore che ci interconnette, lo Spirito Santo.

A proposito del limite e della legge significative sono le pagine dedicate a questo tema da Massimo Recalcati a partire dal riconoscimento della propria libertà, del proprio desiderio, della propria

vocazione, delle necessarie separazioni da dover operare senza scivolare nel contempo in un disorientante disconoscimento di ogni legame con tempo, lo spazio, la storia e la complessità nella quale siamo inseriti, quello che lo stesso Recalcati chiama il debito simbolico. Questo debito appartiene a ciascuno di noi, allontanarcene ed al tempo stesso sentirne il valore è ciò che ci rende adulti, umani, non in balia degli appetiti ed in eterno conflitto. Il debito simbolico ci lega alla complessità, agli altri, al futuro dell'universo, alla possibilità di giungere all'armonia solo se lo accogliamo, lo elaboriamo e lo lasciamo andare.

Scrive Recalcati a proposito della parabola del Padre misericordioso/figliol prodigo “ Il viaggio del figliol prodigo inizia, dunque, con una falsa partenza, quella della proclamazione di una libertà che respinge il debito simbolico. Non a caso il proprio destino sarà quello di sprofondare nel godimento mortale, ovvero in un godimento dissipativo che annulla ogni possibile desiderio. Nel suo viaggio non c'è infatti amore, conoscenza, realizzazione professionale ed umana. Il suo viaggio non è dettato dall'affermazione di se stesso, né dalla ricerca della propria verità, ma si svolge tutto all'insegna della pura consumazione delle sostanze ereditate dal padre. Tuttavia non esiste formazione della vita che non passi attraverso il fallimento e la caduta. In questo viaggio senza meta è in gioco, infatti, una sorta di iniziazione: il figlio muore come bambino legato alla vita ordinaria della famiglia per rinascere come uomo attraverso l'esperienza dell'erranza. E' lo snodo evolutivamente essenziale dell'adolescenza. L'esperienza del desiderio e del godimento salvano il figliol prodigo dalla ripetizione obbediente e sacrificale dentro la cui palude resta invece invischiato il fratello maggiore il quale confonde il rispetto della legge con il sacrificio della propria libertà.

Appartenenza ed erranza sono due poli egualmente fondamentali del processo di umanizzazione della vita.

L'errore che spesso accompagna la ribellione adolescenziale: opporre senza unire il desiderio alla Legge per inseguire l'ideale di una libertà ( desiderio ) senza vincoli (Legge). Il rimbalzo fatale di questo atteggiamento è però la perdita della propria libertà. Il godimento mortale .. che sospinge la vita verso il suo annientamento. “<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Massimo Recalcati pagine 232, 233, 236, 239 La Legge del Desiderio, Einaudi

## FALSA RELIGIOSITA'

di Alberto Maggi<sup>2</sup>



Con Gesù si inaugura un nuovo modo di relazionarsi con Dio, nel quale le tradizionali pratiche religiose risultano inadatte.

Per questo nel suo insegnamento Gesù invita quanti lo seguono ad **abbandonare quei comportamenti che erano forse validi per un rapporto con la divinità in cui questa era concepita come un sovrano e l'uomo come un suddito, ma che si mostrano inadeguati nella nuova relazione dove Dio è Padre e l'uomo è chiamato a essere suo figlio.**

Quando l'uomo passa dal sapere che Dio è suo Padre a sperimentarlo come tale, non cambia solo il suo rapporto con il Signore, ma anche quello con i suoi fratelli.

Nella religione giudaica erano tre i pilastri fondamentali della spiritualità: l'elemosina, la preghiera e il digiuno.

Gesù avverte i suoi di non cadere nella tentazione, sempre presente nelle persone religiose, di voler dare l'esempio e di esibire queste opere pie per guadagnare il prestigio di fronte agli uomini (Mt 6,1-6; 16-17).

Con severità Gesù demolisce quello che dei tre comportamenti religiosi è il più delicato, ossia l'elemosina, che viene sempre messa al primo posto. Mentre le altre due pratiche (preghiera e digiuno) rimangono nella sfera del privato, l'elemosina coinvolge altre persone, i deboli e i bisognosi.

<sup>2</sup> Articolo tratto da Alberto Maggi *Brutto come il Peccato, perché a farci belli è l'amore* - da pag. 39 a 42, Garzanti

Gesù non vuole che la povertà altrui venga strumentalizzata per far conoscere alla gente quanto si è buoni e generosi. La pubblicità nel fare l'elemosina, che glorifica chi la fa, è sempre un'umiliazione per chi la riceve e non serve ad altro che a costruire la propria reputazione di santità, Per questo lo specifico della comunità dei credenti non sarà l'elemosina, ma la condivisione dei beni (At 2,44).

Mentre l'elemosina presuppone sempre un benefattore e un beneficiato, la condivisione di quel che si ha e di quel che si è crea dei fratelli.

Nell'attesa della maturazione del suo messaggio in seno al gruppo dei discepoli, Gesù ammonisce questi ultimi ad avere la massima discrezione nell'esercizio dell'elemosina. Egli li avverte che se vogliono dare l'elemosina non devono ostentarla, come dei commedianti, per essere poi glorificati dagli uomini e ricevere la loro ammirazione.

Gesù ridicolizza l'atteggiamento di coloro i quali, non contenti che il loro nome di benefattori venga fatto oggetto di pubblica lode nelle sinagoghe, vogliono farlo giungere pure nei luoghi più lontani come i vicoli della città. Lui qualifica costoro come ipocriti, teatranti (il gr. hypokrites indica colui che «recita una parte»). Tutta la loro sbandierata devozione, infatti, non è altro che una commedia finalizzata a ottenere il plauso della gente a cui è rivolta.

Gesù denuncia che costoro, pur ostentando zelo religioso e pia devozione, non solo non rendono culto a Dio, ma, in un'incessante celebrazione idolatrica del proprio io, si sostituiscono al Signore, dirottando su di essi quella gloria che deve dirigersi solo al «Padre che è nei cieli» (Mt 5,16).

**Come gli esibizionisti dell'elemosina, Gesù ridicolizza anche quanti desiderano che le loro pratiche religiose vengano conosciute non solo nelle sinagoghe, ma perfino negli angoli delle piazze, «per essere visti dalla gente» (Mt 6,5).**

Come insegna un detto rabbinico, ambienti e luoghi religiosi alimentano l'ipocrisia («Al mondo ci sono dieci porzioni di ipocrisia: nove si trovano a Gerusalemme», Esther Rabba 1, 3-85b) e lo spazio sacro viene visto dalle persone pie come un teatro nel quale fare sfoggio della propria devozione.

**Quelle lunghe preghiere che agli occhi della gente appaiono come alto esempio di devozione, vengono equiparate da Gesù al blaterare dei pagani. Per lui la preghiera non va esibita per essere d'esempio, ma va fecondata «nel segreto» (Mt 6,6). Per questo indica come luogo adatto a essa la parte più nascosta della casa, che era la grotta che serviva da dispensa.**

Per Gesù il Padre sa di quali cose gli uomini hanno bisogno ancor prima che essi glielo chiedano (Mt 6,8) e questo, di fatto, rende superflua la richiesta.

Quando c'è la certezza che il Padre sa, non c'è bisogno né di chiedere («Prima che mi invocino io risponderò; mentre ancora stanno parlando, io già li avrò ascoltati», Is 65,24), né di informare, ricordare o tantomeno supplicare. L'assoluta fiducia nel Padre non può che sfociare in un ringraziamento e nella lode per la sua azione vivificante (Mt 11,25). In questo risiede il senso profondo della preghiera.

La terza importante pratica di pietà che Gesù corregge è quella del digiuno. Questa prassi nasce nel mondo greco come frutto della superstizione. Si credeva, infatti, che in caso di lutto i demoni che avevano causato la morte potessero avere un influsso negativo sui parenti del defunto mentre essi mangiavano («Intanto che l'anima dei morti è ancora vicina, nel mangiare e nel bere si deve temere una infezione demoniaca», Plutarco, Is. et Os. 26, Il 361a).

Nell'Antico Testamento il digiuno, quale residuo del l'influsso del culto cananaico dei morti, è estremamente limitato. Esso non è considerato una pratica ascetica ma una manifestazione visibile di lutto e di dolore (1 Sam 31,13; 2 Sam 1,12). Viene comandato un solo giorno all'anno, quello dell'espiazione dei peccati di tutto il popolo, e la rinuncia al cibo è limitata dall'alba al tramonto (Lv 16,29ss; Nm 29,7).

Al tempo di Gesù il digiuno volontario, settimanale e mensile, grazie all'influsso dei farisei ebbe un forte incremento, e quello devozionale veniva praticato due giorni alla settimana in ricordo della salita (giovedì) e della discesa (venerdì) di Mosè dal Sinai.

A quanti vogliono praticare il digiuno, Gesù dice che esso non deve essere esibito come segno della propria ascesi per essere lodati dagli altri. Per questo chiede loro di non assumere un'aria cupa come fanno i commedianti che si sfigurano... per figurare» (Mt 6,16), ma, al contrario, di profumarsi e lavarsi il volto, in modo che nessuno sospetti che stanno digiunando.

I discepoli comprenderanno il messaggio e abbandoneranno tale pratica, tanto da venire poi rimproverati dai cultori di questa forma devozionale, ossia i discepoli di Giovanni e i farisei, che protestano con Gesù chiedendogli come mai i suoi seguaci non digiunino (Mt 9,11).



Ma questa usanza, cacciata dalla porta, rientrò dalla finestra: nel Vangelo di Marco un copista, probabilmente un monaco, all'invito di Gesù «Questa specie di demoni non si può scacciare in alcun modo, se non con la preghiera» (Mc 9,29) aggiunse «e con il digiuno». Questa interpolazione rimase per ben millecinquecento anni nei vangeli, favorendo il successo della pratica del digiuno in quanto si riteneva fosse stata richiesta dal Signore stesso.

**L'insegnamento di Gesù sarà ben compreso da Paolo, che nella sua Lettera ai Colossesi invita questi ultimi a non lasciarsi «imporre precetti quali: Non prendere, non gustare, non toccare... tutte cose destinate a scomparire con l'uso, prescrizioni e insegnamenti di uomini, che hanno una parvenza di sapienza con la loro falsa religiosità e umiltà e mortificazione del corpo, ma in realtà non hanno alcun valore se non quello di soddisfare la carne» (Col 2,20-23).**

## APPUNTAMENTI

- **Sabato 21 Gennaio** ore 17:30 **Riscrittura Autobiografica contemplativa** [La mia esperienza quotidiana di gratitudine](#)

**Cosa faremo ?** Innanzitutto [un incontro](#) e non un evento. [Per prima cosa tutti ci presentiamo se c'è una persona che viene per la prima volta.](#) Questo primo atto è già prendere un contatto con sé. Lo potremo fare rispondendo ad una domanda o mettendo per iscritto qualche frase o una poesia. Ogni volta lo faremo in maniera diversa, ad esempio *ci potremo presentare senza dire nome, età o mestiere; scrivere il proprio necrologio; mi sento a casa quando; ho questo nome perché ; se dovessi scegliere ora di rinominarmi mi chiamerei; il mio desiderio profondo lo racconto in un post a me stesso.*



**Ri-scrittura autobiografica:** *scriveremo poi della nostra esperienza nel quotidiano, nell'ordinario, nella routine della gratitudine.*

Lo scorso 24 Gennaio abbiamo meditato sulla gratitudine, che ci rende attenti, umili, ci rende capaci di risentirci figli e non possessori, programmatori, sfruttatori, dominatori.

Ora proviamo a raccontare la nostra esperienza di gratitudine. Anche la mancanza, anche il non avvertire un senso di gratitudine può essere ciò che potremo raccontare. Ad ognuno il suo spazio di scrittura senza alcun giudizio.

Chi vuole legge e condivide ciò che scrive.

Secondo l'intuizione di Antonio Zulato alla fine della scrittura ci viene richiesto di trovare tre parole. Le prime due sono l'una l'opposto dell'altra.

Invito a trovare di fatto due stati d'animo, due posture, due atteggiamenti, due situazioni con le quali avvertiamo di relazionarci con la gratitudine.

In questo esercizio di scrittura autobiografica quale riscrittura contemplativa esse rappresentano, senza alcun giudizio, due tensioni opposte e senza attaccamenti ai frutti, due punti: uno di partenza e l'altro di tensione, di attesa, di spinta verso una nuova aurora.

**La terza parola rappresenta il ponte, il collegamento, la strada da compiere per unire, legare, sciogliere, andare da una parte all'altra cioè compiere quel cammino che la scrittura sempre evoca.** Camminare non significa sempre fare, a volte anche solo stare. E' l'atteggiamento interiore quel che conta. La scrittura ci pone sempre in un atteggiamento di contatto con la vita, in una carezza, in un abbraccio che fa ordine dentro l'esistenza, ci dona quiete attraverso la consapevolezza.

**Con queste tre parole concluderemo il pomeriggio di scrittura elaborando una breve poesia.**

*Dopo la bontà, il dolore e la speranza la quarta dimensione che esploriamo è la gratitudine.*

**Un'occasione per confermarci dove siamo nel punto del cammino oppure, scrivendo, immaginare nuovi passi.**





- **Sabato 28 Gennaio ore 17:30** [Meditazione silenziosa sul lasciare andare.](#)

**Al termine lettura poetica della via del Tramonto e dell'Alba** , 11 parole per lasciarsi ritessere dalla vita, abbracciarla e benedire: [Raccoglie](#), [Contempla](#), [Lascia Andare](#), [Ringrazia](#), [Abbandonati](#), [Svegliati](#), [Alzati](#), [Ascolta](#), [Guarda](#), [Immagina](#), [Vivi](#).

Le prime cinque mi furono donate da Tiziana Bonora, le seconde cinque sono la via dell'Alba dell'Eremo di Coltriciano, l'ultima l'ho aggiunta io.

Ognuna di loro mi ha ispirato un soffio poetico.

***Alla fine chi vuole condivide le proprie risonanze.***

Per partecipare agli incontri è necessario prenotare inviando un messaggio al 341083991

