



**Cari amici,**

le cose prendono forma lentamente. Ed ancora più lentamente prendono forma le cose che speriamo durino a lungo, ed è così anche per questa piccola esperienza di eremo e di fraternità.



Un Piccolo Eremo di Fraternità è quello che ho nel cuore ed in questi giorni Paolo ha modificato anche il logo.

Un'esperienza che desidererei continuare in un luogo capace anche di poter accogliere in maniera più idonea chi eventualmente volesse venire a stare un tempo a condividere la vita, il silenzio, la preghiera, la meditazione, cercando se stesso e Dio.

Ed è così che mi sono messo a cercare, chiedendo e bussando, e nei prossimi mesi continuerò a cercare consapevole che solo se è desiderio anche di Dio si possa e debba realizzare.

Tornando dall'Eremo di Campello dove sono stato con le Sorelle allodole francescane ho sentito la possibilità di passare da un discernimento del cuore e della mente ad un discernimento esperienziale.

Non escludo il fallimento o forse quello che è fallimento potrebbe essere solo il risultato del discernimento.

Tutto questo cammino mi piace ribadirlo ha una forma ed uno stato laicale perché sento che la proposta è quella di prendersi cura in qualsiasi condizione del proprio sentiero spirituale in cui imparare ad amare sé, Dio, la vita.

Come dicono la teologa domenicana Antonietta Potente e Don Paolo Scquizzato "basta una stanza" o "non è necessario uscire dalla tua stanza".

Se non incontriamo Dio dentro di noi ed in un filo d'erba non riusciremo ad incontrarlo in nessuna cattedrale o comunità.

Sabato 18 Maggio 2024

Vigilia della Pentecoste



## IL DOLORE.

di Pietro Ravallese



Tre cose sento importanti nel camminare incontro alla pace del cuore, sono il dolore, il perdono ed il distacco.

In questo numero inizio a parlare del primo, del perdono e del distacco nei prossimi mesi.

Il dolore non va sprecato e prima o poi arriva nella vita. Vorremmo maledirlo, come le paure, come le fragilità, come i dubbi, come le crisi. Come cioè tutto quello che viene ad inquietarci.

Ma è proprio ciò che ci in-quieta che può condurci ( in è una preposizione di moto in questo caso ) alla quiete, introdurci in quiete, quella che i Padri del deserto chiamavano esichia.

L'esichia non è quietismo che corrisponde ad un'assenza di vita e vitalità.

Il dolore allora non va sconfitto, non va vinto come tutti gli altri turbamenti che vengono a bussare ed a metterci in crisi.

Essi vanno accolti, accarezzati, sono messaggeri di opportunità e novità se non sono accompagnati dalla bramosia ma dal desiderio profondo di ascoltare cosa ci sta dicendo la vita.

E la vita attraverso il dolore ci può condurre un seme di speranza, oppure noi lo possiamo coltivare come pianta della disperazione.

La speranza ha una compagna, una dirimpettaia, si chiama fiducia. Senza la fiducia non può esistere la speranza.

Custodire la fiducia nella vita, lasciarsi condurre da essa, ascoltare il soffio dello spirito, smettere di sentirsi onnipotenti e creatori, smettere di controllare e possedere tutto questo può venirci a dire il dolore ed alla fine salvarci, ed alla fine farci rinascere.

Vorremmo tutti evitare il dolore. Ma quando arriva non possiamo fare altro che benedirlo. Benedirlo in una malattia, in un lutto, in una tragedia, in una morte, in una disabilità, in una separazione ed in tutte le altre forme con le quali esso bussa e toglie dalla nostra vita il velo della carta patinata delle riviste di tendenza con le cui immagini vorremmo avvolgere di felicità i nostri giorni.



Il dolore è un'iniziazione, come un tempo nelle società arcaiche avveniva per i giovani. Se si supera l'iniziazione si diviene adulti e divenire adulti significa tornare a casa, la propria. Mi diceva ieri sera una mia amica, Lucia , che è col dolore e non con la gioia che si cresce.

Qualche giorno fa scrivevo ad una mia amica a cui tutti dicevano fai fare al tempo , prima o poi tutto passa anche questo dolore.

Ed io le dicevo “ cambierà, non passerà. Le ferite restano , dobbiamo solo arrivare alla consapevolezza di accogliere la vita com'è e sapere che quel vuoto, quel non senso, quel buio abita la vita non come la parte da sopportare, non come la parte in contrasto col pieno, la luce, il senso.

La vita è una complessa meraviglia nella quale ogni cosa l'universo conduce. Ma noi non siamo l'universo. Quando ci attraversa il buio abbracciamolo senza paura , da quel buio partoriremo la luce. Non avremo la pelle liscia come prima. Però possiamo imparare ad amare di più la vita. E se l'ameremo di più torneremo a sorridere, a gioire e guarderemo con tenerezza e mitezza il dolore quando ogni tanto tornerà a bussare . Ama, ama, ama. Alza gli occhi, non tenerli abbassati. Tutta l'energia di questo momento riconducila al tuo cuore ferito, riporta dentro di te il dolore, sentilo con dolcezza e mitezza. Tutto questo darà frutti “.

Non sprechiamo il dolore che viene a de-starci per darci un nuovo de-stino se noi sapremo camminare verso una nuova de-stinazione. A me piace pensare che questo prefisso de che spesso accompagna le voci di derivazione latina stia ad indicare proprio ciò di cui occorre privarci, lasciare andare . Nel dolore non occorre stare fermi, occorre camminare, incontrare se stessi e gli altri.

Nel mio principio è la mia fine scriveva il poeta Eliot , quasi a dire che c'è un punto in cui vita e morte si toccano e si può risorgere. La fine è il mio inizio è anche il titolo di un libro di Tiziano Terzani e dell'omonimo film di cui metto qui di seguito il link per vederlo gratuitamente :

<https://www.youtube.com/watch?v=HyWMPUN6WUc>

*La vita è un viaggio di ritorno*

*passando per un tratto di strada*

*dove la vita e la morte si toccano.*

*E se andando non siamo veramente morti*

*alla fine il ritorno non sarà nella rinascita*

*ma semplicemente in ciò che eravamo.*

*I nostri giorni finiscono amari*

*se torniamo a noi stessi*

*senza essere morti prima.*

*Eravamo violenti*

*finiremo con la violenza nel cuore,*

*eravamo menefreghisti*

*e lo saremo ancora di più.*

*Dolce è la fine dei giorni*

*di chi ha conosciuto la morte*

*prima di morire*

*sicché l'ultima morte*

*lo troverà in vita.*

*Pietro Ravallese*



## Ananda

Camminare su un sentiero spirituale è quanto di più bello si possa immaginare.

Ero adolescente e sognavo una fraternità di donne ed uomini laici che vivessero insieme una forma di monachesimo interiorizzato, ora et labora, dove per lavoro potesse essere anche il servizio di accoglienza, mettendosi a disposizione dei cercatori di vita, di gioia, di Dio, di sé stessi o di coloro che stanno attraversando una strettoia della vita.

Rileggendo i miei diari spirituali ritrovo questo profondo desiderio che ha accompagnato tutta la mia vita.

Scriviamo il nostro karma all'interno di una dimensione, la vita, che non appartiene a noi.

È molto più grande di noi, complessa e partecipata da tante forze ed energie che non possiamo controllare.

Tutto volge al bene. La vita sa fare il suo mestiere. Non possiamo che abbandonarci ad essa, cioè a Dio. Occorre sentire la consapevolezza di aver contribuito a creare le cose che ci vengono incontro, che abbiamo tracciato solchi ripetuti con i nostri pensieri e le nostre azioni ben lontani dalla meraviglia e dalla gioia.

Tutto volge al bene sempre, qui, ora, domani o nell'eternità e continuo il mio viaggio col desiderio di dare forma ai sogni e fare crescere i semi di una vita di comunione, di fraternità.



In questo mio continuo camminare sono approdato ad Ananda una comunità spirituale fondata da Swami Kriyananda - un discepolo diretto di Paramansa Yogananda - che ha lasciato il corpo nel 2013 ad Assisi.

Nella libertà possiamo nutrirci di numerosi cibi spirituali che nella individualità del nostro metabolismo diventano nutrimento per vivere nella bellezza dell'incontro con l'unico Dio di tutte le fedi e sentieri spirituali.

Vito Mancuso dice che a volte camminare per un tratto sulla via di un'altra fede ci aiuta a superare ostacoli e vie strette che non riusciamo a oltrepassare attraverso il sentiero in cui stiamo.



Approfondire la tradizione induista , le caste, la materia causale, astrale, fisica, i chakra, le reincarnazioni, la purificazione dell'anima sino al ritorno alla purezza del diamante che Paramansa Yogananda ricordava di essere stato è stato significativo nel sentire come la gioia ed il dolore della vita sono risorse entrambe preziose, se non le sprechiamo, per diventare più nobili, più veri, più vicini a Dio , più uno , più in armonia tra anima, corpo, mente e cuore, più liberi dai nostri attaccamenti materiali che possono avere la forma di sentimenti, di emozioni, di cose e di persone.

## Eremo di Campello

Sorella Maria è stata una donna straordinaria vissuta a cavallo del secolo scorso, nata nel 1875 e morta nel 1961. A Campello a pochi chilometri dalle Fonti del Clitunno immerso in un bosco dove si giungeva e si giunge tutt'ora attraverso una via in parte sterrata in un monastero francescano del 1300 fondò un'eremo.



Sorella Maria era uscita dalla congregazione dell'Istituto delle Francescane Missionarie di Maria col desiderio di vivere con Dio , nel silenzio, nella preghiera, in comunione con la natura, l'umanità di ogni razza e cultura e con le altre fedi , in maniera semplice, con l'essenzialità , in povertà, senza troppe sovrastrutture ad iniziare da



quelle mentali. A lei stessa diede il nome di " La minore ". Fece parte di quella comunità di credenti aperta, di largo respiro che accompagnò il vento del concilio ecumenico vaticano. Intrattenne rapporti e corrispondenze con Don Primo Mazzolari, Giovanni Vannucci, Gandhi e Albert Schweitzer.

Insieme con lei vissero a Campello donne appartenenti alle Chiese protestanti e per tale motivo venne guardata all'epoca con sospetto ed accusata di modernismo.

Aveva un'attenzione profonda verso gli altri, il mondo, coloro che arrivavano all'eremo " dinanzi ad un'anima non dobbiamo cercare d'interessarla a ciò che interessa noi, ma interessarci a ciò che interessa lei ".

In questo momento all'Eremo vivono cinque sorelle: Daniela Maria che è anche la responsabile, Monica, Lucia, Leida e Gaia.





Si respira pace, gioia e serenità. Io dico che è uno di quei luoghi dove si insegna senza fare corsi. Ritrovo miei appunti del 25 Ottobre 2023, ecco cosa scrivevo in occasione di un mio precedente soggiorno a Campello .

“Eccomi di nuovo in cella . Alle 16:30 ci siamo ritrovati nel porticato abbiamo pregato per gli ammalati, per coloro che hanno male nel cuore, nella testa, nel corpo, nelle relazioni, per le vittime ed i feriti delle guerre.

Si sente il respiro del mondo qui in ogni momento. Vengono ricordati gli affanni delle donne e degli uomini di questa terra . Abbiamo pregato per la Siria, la Palestina , Israele, il Salvador, il Medio Oriente, il Congo, il Mali e tanti altri paesi del centro Africa per la Libia e lo Yemen. È una preghiera di intercessione ma anche di vicinanza , di condivisione , di benedizione.

Nella risposta alle litanie mariane anziché dire Maria prega per noi, si dice qui all'eremo Maria prega con noi.

Dopo la preghiera abbiamo bevuto insieme un sambuco caldo , fatto quattro chiacchiere come con qualsiasi amico, poi recitando un salmo abbiamo accompagnato al portone di legno due amici che sono ripartiti per la Liguria. Alle 18 è suonato il silenzio individuale. Alle 19 c'è la preghiera comune e poi la cena.

Non c'è acqua calda, solo un piccolo boiler a legno e le caraffe per poterla riscaldarla . Siamo a 570 MT. sul livello del mare e l'inverno si farà sentire.

Alle 19 abbiamo pregato per chi è andato avanti. Così all'eremo chiamano i defunti, coloro che sono andati avanti. Ma anche per i viventi. È molto bello sentire citare nomi e cognomi, convocati dall'amore che vuole portare pace qui ed ora sulla faccia della terra e nel regno dell'eterno.

Dopo cena ci ritroviamo intorno al tavolo grande, ci raccontiamo dell'orto, alcune sorelle ricamano mentre una di loro legge Fratellino , la storia vera di Ibrahima Balde partito dalla Guinea alla ricerca del fratello più piccolo che aveva lasciato casa di nascosto per andare in Europa. Si sono fatte le dieci una breve preghiera ci accompagna al grande silenzio che si romperà domattina alle 9 dopo le lodi e la colazione.”

## **NOSTRA AETATE**

Dai documenti del Concilio Ecumenico Vaticano II

### **Introduzione**

1. Nel nostro tempo in cui il genere umano si unifica di giorno in giorno più strettamente e cresce l'interdipendenza tra i vari popoli, la Chiesa esamina con maggiore attenzione la natura delle sue relazioni con le religioni non-cristiane. **Nel suo dovere di promuovere l'unità e la carità tra gli uomini, ed anzi tra i popoli, essa in primo luogo esamina qui tutto ciò che gli uomini hanno in comune e che li spinge a vivere insieme il loro comune destino.**



**I vari popoli costituiscono infatti una sola comunità. Essi hanno una sola origine, poiché Dio ha fatto abitare l'intero genere umano su tutta la faccia della terra hanno anche un solo fine ultimo, Dio, la cui Provvidenza, le cui testimonianze di bontà e il disegno di salvezza si estendono a tutti finché gli eletti saranno riuniti nella città santa, che la gloria di Dio illuminerà e dove le genti cammineranno nella sua luce**

**Gli uomini attendono dalle varie religioni la risposta ai reconditi enigmi della condizione umana ....**

### *Le diverse religioni*

Dai tempi più antichi fino ad oggi presso i vari popoli si trova una certa sensibilità a quella forza arcana che è presente al corso delle cose e agli avvenimenti della vita umana, ed anzi talvolta vi riconosce la Divinità suprema o il Padre. Questa sensibilità e questa conoscenza compenetrano la vita in un intimo senso religioso.

Quanto alle religioni legate al progresso della cultura, esse si sforzano di rispondere alle stesse questioni con nozioni più raffinate e con un linguaggio più elaborato. Così, nell'induismo gli uomini scrutano il mistero divino e lo esprimono con la inesauribile fecondità dei miti e con i penetranti tentativi della filosofia; cercano la liberazione dalle angosce della nostra condizione sia attraverso forme di vita ascetica, sia nella meditazione profonda, sia nel rifugio in Dio con amore e confidenza. Nel buddismo, secondo le sue varie scuole, viene riconosciuta la radicale insufficienza di questo mondo mutevole e si insegna una via per la quale gli uomini, con cuore devoto e confidente, siano capaci di acquistare lo stato di liberazione perfetta o di pervenire allo stato di illuminazione suprema per mezzo dei propri sforzi o con l'aiuto venuto dall'alto. Ugualmente anche le altre religioni che si trovano nel mondo intero si sforzano di superare, in vari modi, l'inquietudine del cuore umano proponendo delle vie, cioè dottrine, precetti di vita e riti sacri.

**La Chiesa cattolica nulla rigetta di quanto è vero e santo in queste religioni. Essa considera con sincero rispetto quei modi di agire e di vivere, quei precetti e quelle dottrine che, quantunque in molti punti differiscano da quanto essa stessa crede e propone, tuttavia non raramente riflettono un raggio di quella verità che illumina tutti gli uomini. ....**

**Essa perciò esorta i suoi figli affinché, con prudenza e carità, per mezzo del dialogo e della collaborazione con i seguaci delle altre religioni, sempre rendendo testimonianza alla fede e alla vita cristiana, riconoscano, conservino e facciano progredire i valori spirituali, morali e socio-culturali che si trovano in essi.**

### *La religione musulmana*

La Chiesa guarda anche con stima i musulmani che adorano l'unico Dio, vivente e sussistente, misericordioso e onnipotente, creatore del cielo e della terra (5), che ha parlato agli uomini. ....

### *La religione ebraica*

Scrutando il mistero della Chiesa, il sacro Concilio ricorda il vincolo con cui il popolo del Nuovo Testamento è spiritualmente legato con la stirpe di Abramo. La Chiesa di Cristo infatti riconosce che gli inizi della sua fede e della sua elezione si trovano già, secondo il mistero divino della salvezza, nei patriarchi, in Mosè e nei profeti....

*Roma, presso San Pietro, 28 ottobre 1965.*





### Non arrendiamoci alla guerra. Digiuniamo per la pace.

Un giorno a settimana fino alla fine della guerra in Ucraina ed in Palestina, questa sarà la mia denuncia e richiesta di pace non violenta. Siamo tutti vittime e carnefici. La guerra diventi un tabù e non lo strumento per risolvere i conflitti. La stupidità e la sete di potere degli uomini sono alla base di tutte le guerre. Ogni settimana, la domenica, rinnoverò il post individuando la mia giornata di digiuno. Se vuoi partecipare commenta sulla pagina Facebook o Instagram de La Casa dei filii d'erba il Post fissato in alto indicando il giorno in cui scegli di digiunare.



### Emozioni in Cammino sul Monte Faito

Immersioni sensoriali in natura con Maria Rosaria Siviero.

Il risveglio della natura " Passeggiando in un bosco, più che un insieme di alberi e di piante si ha la sensazione di muoverci su un gigante silenzioso di cui necessariamente facciamo parte tutti noi.

« Pensa come un albero / assorbi il sole / dichiara la magia della vita / sii aggraziato nel vento / rimani dritto dopo una tempesta / sentiti rinnovato dopo la pioggia / cresci forte senza farti notare / sii pronto per ogni stagione / dai riparo agli estranei / resisti a un periodo freddo / rinasci al primo segnale di primavera / affonda le radici mentre tenti di raggiungere il cielo / rimani quieto a / sufficienza da sentire le tue foglie frusciare.» (Karen Shragg)



### Elementi Monachesimo interiorizzato

Monachesimo interiorizzato è il titolo di un libro del 2021 di Antonella Lumini ma anche di una conferenza a cui hanno partecipato Fabio Colagrande, Antonella e Don Paolo Scquizzato. Questo il link per riascoltarla e conoscere più da vicino cos'è questo monachesimo interiorizzato. : <https://www.youtube.com/watch?v=xx94RAe9V8o>. Dalla presentazione del libro leggo: C'è un nuovo ancora in gestazione che ha bisogno di tempi di maturazione per venire alla luce. E allora il primo passo sta nel riportare il lettore alle origini del monachesimo, ai padri e alla madri della fede, per riportare al centro l'esperienza del solo a Solo, di quell'intimo faccia a faccia con noi stessi che conduce verso la parte profonda in cui l'anima si fonde nello Spirito. Più cresce la comunione con Dio, più cresce la comunione con gli altri esseri viventi, con il creato. Questo è monachesimo interiorizzato da coltivare nelle nostre case.



### Calendario

La settimana alla Casa dei Fili d'Erba  
2024-2025

**LUNEDÌ**: PREGHIERA DI BENEDIZIONE

**MARTEDÌ**: PREGHIERA DI RINGRAZIAMENTO

**MERCOLEDÌ**: MEDITAZIONE - LA STESSA RADICE DI MEDICINA

**GIOVEDÌ**: UN MANTRA CRISTIANO MEDITAZIONE CON LA PREGHIERA DEL ROSARIO

**VENERDÌ**: CIRCOLO DI LETTURA POPOLARE DELLA BIBBIA

**SABATO**: LETTURA CONDIVISA - GLI SCRITTI DI SORELLA MARIA DI CAMPELLO -

**DOMENICA**: PRATICHE DI CONSAPEVOLEZZA

**OGNI SERA**: CENA CONDIVISA E VEGLIA FRATERNITÀ DI CONDIVISIONE DELLA VITA

TUTTI GLI INCONTRI INIZIANO ALLE ORE 19:00 A SEGUIRE CENA CONDIVISA PER PARTECIPARE È NECESSARIO INVIARE UN MESSAGGIO

Sento il bisogno di non sottrarre energie alla mia postura di silenzio preghiera e meditazione. Ho avvertito che fare un calendario mensile con le relative date degli incontri non creava un ritmo giusto per me e per chi volesse partecipare. Gli incontri sono una parte di questa esperienza ma non l'esperienza nel suo complesso.

Allora dal prossimo mese di Giugno ogni settimana in maniera fissa questo sarà il ciclo degli incontri come si evince dalla foto accanto. Impegni personali, di cura familiare, lavorativi possono rendere necessario un cambio o un rinvio per cui è sempre meglio scrivermi un messaggio ed averne conferma. Questi appuntamenti in un certo qual modo iniziano diventare parte della mia regola, sregolata.

### Vieni si fa giorno

#### Mattino

Ore 6 Sveglia - ore 6:15 Caffè  
ore 6:30 pratiche ( meditazione , Preghiera con Inni Salmi e Cantici, lettura continuata della Bibbia e Letture del Giorno, Lettura personale e meditata di Libri ed articoli , Diario spirituale )

#### Mezzogiorno

Preghiera di benedizione del Pane

#### Sera

Compieta

Un viaggio dentro se stessi è un sentiero spirituale  
Pietro Ravallese

### Amici Piccolo Eremo di Fraternità

E' nato un piccolo gruppo di amici. No non vi preoccupate niente di tutte quelle cose che possono essere immaginate come il bisogno di esprimere una leadership , no al contrario l'esigenza di sentirmi accompagnato. Se si trovasse il modo ed il dove far vivere diversamente questa esperienza mi preparo anche ad un periodo di maggiore solitudine ed allora ho chiesto ad alcuni amici di accompagnarmi per come possono in questa fase, chi pensandomi, chi pregando, chi rendendosi disponibile a stare due giorni per condividere un tempo, chi dando un consiglio e così via. Quindi nemmeno un impegno da mettere accanto agli altri per appesantire l'agenda. Se vuoi accompagnarmi manda un messaggio whatsapp al 3471083991



**LA CASA DEI FILI D'ERBA**  
La compagnia dei viventi

**DOMENICA 23 GIUGNO CAMMINATA PER RACCOLGERE FIORI ED ERBE**

Contattami con messaggio whatsapp  
3471083991

### Acqua di San Giovanni

Nella notte tra il 23 ed il 24 Giugno possiamo fare l'acqua di San Giovanni . Domenica 23 chi vuole può venire a passeggiare nel bosco a raccogliere i fiori chiedendo il permesso alla madre natura, inizieremo con una brevissima meditazione sul tema " Meditiamo come l'albero ed i petali dei fiori" poi passeremo per qualche ora, chi è interessato può contattarmi con un messaggio whatsapp al 3471083991. Abbiamo la possibilità di fare miracoli, di dare all'acqua forza ed energia per profumare di meraviglia la vita. L'acqua di San Giovanni, che si prepara a pochi giorni dal solstizio d'estate, segna il passaggio da una stagione all'altra, evoca la fertilità nei cicli della vita, ci conferma nel benessere espressione dell'armonia con il fluire di questi ritmi vitali. Poche gocce per donarsi un benessere rilassante e profumato.

La Casa dei Fili d'Erba  
Piccolo Eremo di Fraternità  
Via Ventimiglia 19 - 84100 Salerno  
3471083991



[lacasadefilerba@gmail.com](mailto:lacasadefilerba@gmail.com)

