

La Thuile, 22/8/2024



VARI TIPI DI PENSIERI



Il giorno del deserto vi ho consegnato una scheda sulla mente ansiosa. Contiene passi tratti dalla Scrittura, per contrastare i pensieri negativi.

Più volte, in questa Settimana, il Signore con **Proverbi 4, 28** ci ha detto che la vita dipende da come pensiamo.

La conversione non è recitare qualche preghiera o qualche pratica in più, ma è cambiare il modo di pensare.

Non dobbiamo pensare più, secondo le dinamiche del mondo, ma secondo le dinamiche del Vangelo, mediante un cammino, che si realizza, secondo me, attraverso la Preghiera del cuore, dove i pensieri vengono sbriciolati e ci si avvia a pensare con il cuore.

Ci sono quattro tipi di pensieri avvelenati.

- Il pensiero rumore.

Questo pensiero deriva dalla continua insoddisfazione. Noi rimuginiamo i pensieri e gli eventi negativi. Spesso, non è l'evento negativo, che fa male, ma girare il coltello nella piaga.

“Chi ruba fa peccato, chi è derubato ne fa cento.”

A volte, ci sentiamo speciali, perché abbiamo sofferto, ma tutti, più o meno, abbiamo sofferto.

Siamo speciali, quando diventiamo straordinari nel seguire il Vangelo.

Il rimuginare ci porta alla paranoia, dove viviamo una situazione al di là della realtà. Si costruiscono elaborazioni mentali, secondo i nostri fantasmi diurni o notturni, che ci impediscono di dormire.

Terminato l'effetto chimico delle pastiglie, il pensiero negativo torna ad avvelenarci.

Noi siamo fortunati a vivere in Italia, un Paese libero, ma la vera prigione è nella nostra testa. Molte volte non vogliamo uscire da questa prigione; vogliamo aggiustarla, mettendo magari l'aria condizionata, ma rimaniamo lì.

Durante il Seminario, due o tre profezie dicevano che la gabbia è aperta e possiamo uscire, ma le sbarre mentali ci impediscono di vivere liberamente.

Chi è questo pensiero rumore?

È il nostro Ego o meglio Super-Ego, che si gonfia e si trova in una situazione di disagio.

Come fare per educare il nostro Super-Ego?

Dimenticarsi. Ricordiamo le Parole di Gesù: *“Se qualcuno vuol venire dietro a me rinneghi se stesso, prenda la sua croce e mi segua.”* **Matteo 16, 24.**

Se vogliamo fare un cammino con Gesù, dobbiamo imparare a dimenticare noi stessi, a metterci di lato. Invece, c'è sempre il nostro Io, la nostra persona, che è messa in evidenza.

A questo “Io” dovremmo anteporre una “D”, per farlo diventare “Dio”.

È Lui che dobbiamo mettere al centro della nostra vita; noi dobbiamo decentrarci, per poi trovare il centro, che è Gesù.

•Il pensiero predatore.

Con questa espressione si raccolgono tutti i pensieri, che derivano dal lavoro, dal guadagno, dal possedere, dal conquistare. Tutti dobbiamo lavorare, per vivere.

Marco 2, 27: *“Il sabato è stato fatto per l'uomo e non l'uomo per il sabato!”*

Parabola significa che dobbiamo lavorare, per vivere, non vivere per lavorare. Il lavoro va ridimensionato, così i nostri pensieri, che derivano dal libero mercato, dove cerchiamo il guadagno possessivo. A volte, perdiamo la salute, per lavorare, e spendiamo i soldi, per curarci.

Jung, psicanalista spirituale, nel libro “Ricordi, sogni, riflessioni”, pubblicato postumo, ha scritto che tanti dei suoi lavori, sono stati imparati nella stanza tonda con l'aiuto delle anime, degli spiriti, degli Angeli, che lo hanno istruito.

Questo ci dimostra l'importanza di vivere dentro di noi.

In questo libro, riporta il dialogo con un Capo Indiano.

“Vedi” diceva Ochwia Bianco “quanto appaiono crudeli i bianchi. Le loro labbra sono sottili, i loro nasi affilati, le loro facce solcate e alterate da rughe. I loro occhi hanno uno sguardo fisso, come se stessero sempre cercando qualcosa. Che cosa cercano? I bianchi vogliono sempre qualche cosa, sono sempre scontenti e irrequieti. Noi non sappiamo cosa vogliono. Non li capiamo. Pensiamo che siano pazzi.”

Gli chiesi perché pensasse che i bianchi fossero tutti pazzi. *“Dicono di pensare con la testa”* rispose.

“Ma certamente. Tu con che cosa pensi?” gli chiesi sorpreso. *“Noi pensiamo qui”*, disse, indicando il cuore.”

C'è un pensiero del cuore e un pensiero della mente.

Il pensiero della mente è indotto dalla pubblicità e va contro i Comandamenti: *“Non desiderare la roba d'altri. Non desiderare la donna d'altri.”*

Noi viviamo in un mondo, dove siamo invitati a desiderare la roba. Per la pubblicità martellante, la mente si confonde e ci porta a desiderare anche la spiritualità degli altri.

Ognuno di noi è un essere unico e irripetibile: non c'è nessuno, come noi, prima e dopo di noi.

Dobbiamo abituarci a pensare con il cuore.

Io mi accorgo che penso una cosa e, dopo il respiro consapevole, mi accorgo che è falsa.

La Preghiera del cuore ci porta al pensiero più alto.

Noi abbiamo un pensiero base, che è la mente, che mente, e il pensiero alto, che è il pensiero di Cristo.

1 Corinzi 2, 16: *“Noi abbiamo il pensiero di Cristo.”*

•Il pensiero ideologia.

Questo pensiero è l'adesione acritica e integrale ad una dottrina religiosa o politica, quando il credo si prende, al di là di ogni riflessione.

Quando i sommi sacerdoti mandano le guardie ad arrestare Gesù, queste tornano, senza averlo arrestato: *“Alcuni di loro volevano arrestarlo, ma nessuno gli mise le mani addosso. Le guardie tornarono quindi dai sommi sacerdoti e dai farisei e questi dissero loro: -Perché non lo avete condotto?- Risposero le guardie: -Mai un uomo ha parlato come parla quest'uomo!- Ma i farisei replicarono loro: -Forse vi siete lasciati ingannare anche voi? Forse gli ha creduto qualcuno fra i capi, o fra i farisei?”*- **Giovanni 7, 44-48.**

Quando facciamo parte di un'istituzione, dobbiamo pensare quello che pensano i capi, senza dare adesione critica.

Luca 12, 56: *“Ipocriti! Sapete giudicare l'aspetto della terra e del cielo, come mai questo tempo non sapete giudicarlo?”*

Noi siamo invitati a giudicare questo tempo, per aderire o meno ad alcune proposte. Dobbiamo avere la capacità di distanziarci.

Se la nostra fede è appiccicata, siamo posseduti. Nell'Apocalisse, il marchio della bestia (666) viene messo sulla fronte e sulle mani. Bisogna pensare e fare quello che pensano e fanno i capi.

I regimi chiudono le Università, eliminano le biblioteche, perché la gente deve pensare quello che pensa il regime.

Per gli Ebrei, ogni consonante corrisponde ad una cifra: il 666 corrisponde al www di Internet, nel cui mondo bisogna imparare a fare discernimento. Siamo invitati ad andare oltre l'ideologia corrente.

1 Pietro 3, 15: *“Adorate il Signore, Cristo, nei vostri cuori, pronti sempre a rispondere a chiunque vi domandi ragione della speranza che è in voi.”*

La Preghiera del cuore è adorazione, che è un accarezzare il volto del Signore. Noi siamo invitati a chiedere, poi adorare Gesù dentro di noi, dando ragione della speranza, che è in noi.

Alcuni ci chiederanno: -Perché sei andato a La Thuile?-

Dobbiamo essere pronti a rispondere della speranza, che è in noi.

Questa speranza è fondamento del nostro vivere.

Gesù viene ad aprirci gli occhi con il suo collirio; è una creazione nuova.

Il cieco nato non ha mai visto la luce. Gesù gli spalma del fango sugli occhi e, dopo che si è lavato, l'uomo ci vede. (**Giovanni 9, 1-41**). Gesù ripete il gesto della creazione: *“Il Signore Dio plasmò l'uomo con polvere del suolo e soffiò nelle sue narici un alito di vita e l'uomo divenne un essere vivente.”* **Genesi 2, 7.**

Gesù ci apre gli occhi e questa apertura dà fastidio a coloro che non vogliono che vediamo con i nostri occhi.

Al cieco di Betsaida, (**Marco 8, 22-26**), Gesù chiede che cosa vede. L'uomo risponde: *“... vedo come degli alberi, che camminano.”*

Gli alberi fanno riferimento alla mamma. Noi vediamo attraverso gli occhi della mamma. La prima liberazione è dai nostri genitori.

Bartimeo, figlio di Timeo vede attraverso gli occhi del padre.

Gesù, dopo aver sentito le sue grida, lo chiama e gli chiede: *“Che cosa vuoi che ti faccia?”* (**Matteo 10, 46-52**).

Dobbiamo vedere con i nostri occhi. Una volta che ci siamo liberati dal vedere con gli occhi del papà o della mamma, diventiamo autonomi, irricognoscibili.

Il cammino, che siamo invitati a fare, è togliere i pensieri avvelenati, i pensieri ideologia.

Sui giornali, una stessa notizia o viene messa in evidenza oppure è liquidata con poche righe.

La notizia non è più oggettiva, ma dipende dall'ideologia del giornale.

Facciamoci noi un pensiero e lasciamo perdere i pensieri ideologici avvelenati.

•Il pensiero intrattenimento.

Questo pensiero è mediato dalla comunicazione di massa. Anche i libri e la spiritualità condizionano.

Io ho studiato spiritualità dai Carmelitani, quindi cito spesso santa Teresa d'Avila, san Giovanni della Croce, perché per me questa è la spiritualità per eccellenza.

Il Papa ha seguito la spiritualità dei Gesuiti, che è completamente diversa da altri cammini spirituali.

Dobbiamo andare alla Scrittura, “sine glossa”.

Mi accorgo, come con il passare degli anni, cambiando me stesso, cambio il modo di capire la Scrittura, che è un pozzo, senza fondo.

San Girolamo, che ha tradotto la Bibbia, diceva che la Scrittura cresce insieme a noi.

Più noi cresciamo, più apprendiamo la Scrittura. Il cammino, per comprendere meglio la Scrittura, è di essere persone libere.

Più usciamo dai condizionamenti, più comprendiamo la Parola, che ci illumina.

La Preghiera del cuore è una pratica, che ci fa vivere il cuore e il silenzio.

In questi giorni, vi propongo diversi esercizi per la pulizia interiore.

Se non buttiamo i rifiuti emozionali, il silenzio diventa un sedativo.

Oggi, ci sarà l'esercizio dei “Sette Arcangeli”. Ogni Arcangelo corrisponde ad uno dei sette centri energetici.

Il respiro consapevole, per almeno 21 minuti, serve per svenire la mente e guarire.

Il nostro problema sono i pensieri. Il silenzio non è chiudere la bocca, ma la mente.

Il respiro consapevole è come una centrifuga e il corpo reagisce.

Può capitare che chi respira bene, si trova le dita attorcigliate. Basta ritornare al respiro normale e tutto rientra.

Nel libro “Conversazioni notturne”., il Cardinal Carlo Maria Martini scrive: “*Mi angustiano le persone, che non pensano, che sono in balia degli eventi. Vorrei individui pensanti. Soltanto allora si porrà la questione se siamo credenti o non credenti. Noi dobbiamo avere pensieri, non essere posseduti dai nostri pensieri.*”

È importante la disciplina.

Durante la Preghiera del cuore, noi siamo guardati da Gesù. Lo sguardo porta ordine.

Quando l'operatore guarda nei vetrini, i vari elementi si ordinano.

Noi siamo scombinati, dentro di noi c'è il caos.

Nietzsche diceva che nessuno può generare una stella, se non ha un caos dentro di sé.

Quando preghiamo la Preghiera del cuore e cominciamo a respirare consapevolmente, Gesù ci guarda e mette ordine nel nostro disordine interiore.

Giovanni 1, 48: “*Natanaèle gli domandò: -Come mi conosci?- Gli rispose Gesù: -Prima che Filippo ti chiamasse, io ti ho visto quando eri sotto il fico.*”

Il fico è l'albero della meditazione.

Noi ci metteremo sotto l'albero del fico, lasciando che il Signore ci guardi e metta ordine nella nostra vita.

Noi dobbiamo solo distenderci e lasciarci guardare da Gesù.

Il 13 maggio 1940, Londra veniva bombardata e molti consigliavano Churchill ad arrendersi, perché la città non venisse rasa al suolo.

La risposta dello Statista: -Mai, mai, mai arrendersi.- Gli Inglesi, infatti, hanno vinto la guerra.

Noi non dobbiamo mai arrenderci davanti alla forza o all'apparente superiorità schiacciante del nemico.

Ascoltiamo la Parola del Signore: “ *Voi siete da Dio, figlioli, e avete vinto questi falsi profeti, perché colui che è in voi è più grande di colui che è nel mondo.*” **1**

Giovanni 4, 4.

Tutti possiamo dare una svolta alla nostra vita: non è mai troppo tardi.

Possiamo vederlo nella Scrittura:

Mosè ha trascorso 40 anni nella reggia del Faraone;

40 anni come pastore;

40 anni nel deserto come condottiero del suo popolo.

Anche nell'Albero Genealogico di Gesù ci sono situazioni delicate: Tamar, vedova, senza figli, riesce con uno stratagemma ad avere due gemelli; Raab è una prostituta; Rut è l'amore al femminile...

Al seguito di Gesù viene chiamato Matteo/Levi, esattore delle tasse, pubblicano e collaborazionista con il Governo di Roma.

C'è anche Saulo, che perseguitava Gesù; dallo scontro, però, nasce l'incontro. Saulo si è incontrato con Gesù e la sua vita è cambiata; è diventato l'apostolo di tutte le genti.

Isaia 43, 19: “*Ecco, faccio una cosa nuova: proprio ora germoglia, non ve ne accorgete?*”

Domani torneremo a valle con la ricchezza di questa Settimana.

Durante questa Preghiera del cuore, abbandoniamoci a quello che il Signore ci indicherà, per fare della nostra vita una vita nuova. AMEN!

