

13 Febbraio 2009

## VI Incontro

### Introduzione



#### Papa Benedetto XVI parla della Preghiera del cuore

Mercoledì 11 febbraio 2009, Papa Benedetto XVI ha parlato, durante l'Udienza Generale, della *Preghiera del cuore*, come risveglio della sensibilità spirituale.

#### Giovanni Climaco

Ho approfondito questa Catechesi, che prende in considerazione la figura di *san Giovanni*

*Climaco*, un Padre del deserto, che vive intorno al 575, in un momento difficile per la Storia, epoca nella quale c'erano le invasioni barbariche. La Chiesa era il solo punto di riferimento. Giovanni Climaco è famoso per un libro dal titolo *La Scala del Paradiso*. Questa Scala è composta di 30 gradini da salire, per arrivare alla perfezione.

#### Un cammino con tre fasi



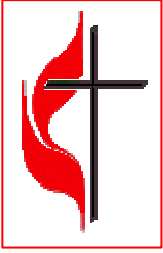
*La prima fase* del cammino è *la rottura* con il peccato e con il mondo in cui si vive. Gesù ci ha ricordato questa rottura, quando ci dice di lasciare le persone e i luoghi cari. L'equivoco che, tante volte, c'è in questo "lasciare" è che uno lascia, se non ha trovato niente. Chi ha incontrato Gesù, la perla preziosa, automaticamente lascia, per prendere.

Gesù in **Matteo 13, 46** ci ricorda il mercante che, *trovata una perla di grande valore, va, vende tutti i suoi averi e la compra.*

Giovanni Climaco fa un discorso positivo sul distacco.

*La seconda fase* del cammino è costituita dal *combattimento*. La lotta contro le passioni si riveste di positività grazie all'immagine del fuoco dello

Spirito Santo. Giovanni Climaco dice: *Tutti coloro che intraprendono questa bella lotta, dura e ardua, sappiano che sono venuti a gettarsi in un fuoco, se veramente desiderano che il fuoco immateriale abiti in loro.*



Il fuoco dello Spirito Santo è il fuoco dell'Amore, che assicura vittoria. Giovanni Climaco dice che le passioni non sono cattive in sé, lo diventano per l'uso cattivo che ne fa la libertà dell'uomo. Se purificate, le passioni schiudono all'uomo la via verso Dio con energie unificate dall'ascesi e dalla grazia.

Chi è venuto all'incontro di Preghiera di lode ha sentito che abbiamo parlato del Sangue di Gesù, che ci aiuta nella guarigione della nostra sessualità, la quale non avviene meccanicamente, perché ci vuole anche il concorso dell'uomo. Da una parte c'è la grazia, che viene da Dio, dall'altra c'è il concorso dell'uomo, dell'ascesi della propria sessualità, che deve essere educata, come noi ci educiamo in tante altre aree della nostra vita. È un'energia così forte, che se canalizzata, si dirige verso i chakra superiori, che ci portano verso Dio.

**La terza fase** del cammino è la **perfezione cristiana, l'esichia, la Preghiera del cuore**, che, secondo Giovanni Climaco si sviluppa negli ultimi sette gradini della **Scala**: questi sono gli stadi più alti della vita spirituale, sperimentabili dagli **esicasti**.

Gli esicasti sono i praticanti della **Preghiera del cuore**.

Giovanni Climaco, in linea con i Padri del deserto, parla di questa pace interiore, che bisogna raggiungere nel cuore, per fare il discernimento. Qui si entra nel vivo della persona e si tratta di risvegliare nell'eremita, nel cristiano, **la sensibilità spirituale e il senso del cuore**. Giovanni Climaco sottolinea che *come guida e regola in ogni cosa, dopo Dio, dobbiamo seguire la nostra coscienza*. In questo modo si raggiunge la quiete dell'anima, l'esichia, grazie alla quale, l'anima può affacciarsi sull'abisso dei misteri divini.

### Preghiera corporea e Preghiera del cuore

Giovanni Climaco fa la distinzione fra la **Preghiera corporea** e la **Preghiera del cuore**.

La **Preghiera corporea** si fa aiutare con gli atteggiamenti del corpo: tendere le mani, emettere lodi...

La **Preghiera del cuore** nasce spontanea; dopo la Preghiera di lode, nasce il desiderio di questa adorazione, di questo silenzio interiore. Giovanni Climaco la chiama **Preghiera di Gesù**, costituita dal solo nome di Gesù, un'invocazione continua, come il respiro, e dice: *La memoria di Gesù faccia un tutto uno con il tuo respiro, allora conoscerai l'utilità dell'esichia, della pace interiore*. Alla fine, la **Preghiera** diventa molto semplice, semplicemente la parola **Gesù**, divenuta una cosa sola con il nostro respiro.

### L'eros

L'ultimo gradino della **Scala** ci porta alla **sobria ebbrezza dello Spirito**. Giovanni Climaco parla di eros, come figura dell'unione matrimoniale dell'anima con Dio.

Al di là della nostra vocazione personale, tutti noi dobbiamo sposarci con Dio, con Gesù, come abbiamo detto negli Incontri di Preghiera di martedì e mercoledì.

Bisogna riportare la sessualità esasperata al suo giusto ordine nel nostro corpo e sapere che siamo orientati verso questo matrimonio con Dio. *La forza dell'amore umano può essere riorientata a Dio, come sull'olivastro può venire innestato un olivo buono.*

Giovanni Climaco è convinto che un'intensa esperienza di questo eros faccia avanzare l'anima assai più che la dura lotta contro le passioni, perché grande è la sua potenza. Prevale, dunque, la positività del nostro cammino.

### Incanalare la passione

Più che combattere la passione, dobbiamo incanalarla. Se viviamo questa passione, portandola verso Dio, avanziamo nella virtù molto di più che continuare a reprimere tutto ed entrare così nella nevrosi, della quale ha parlato Freud.

### La *Scala* può dirci ancora qualche cosa?

Il Papa si chiede: - A questo punto, si ripropone un'ultima domanda. La *Scala*, opera scritta da un monaco eremita vissuto 1.400 anni fa, può ancora dire qualche cosa a noi, oggi?-



Noi, che siamo praticanti della *Preghiera del cuore*, sappiamo che questo discorso vale ancora. Non dobbiamo più ritirarci in un monastero, perché, se siamo convinti che veniamo da Dio e a Dio torniamo, tutto il mondo diventa questo monastero, dove viviamo e ci relazioniamo con gli altri.

### Dove c'è Gesù, arrivano le persone



### *Monastero di Santa Caterina*

### *San Giovanni Climaco*

Giovanni Climaco si era ritirato ai piedi del monte Sinai, poco distante dall'attuale Monastero di santa Caterina e molte persone, desiderose di avere una direzione spirituale, andavano lì, per incontrarlo.

Quando una persona si avvicina a Dio, anche nel silenzio, automaticamente le persone sono attratte, come accadeva per Gesù.

Il Papa sottolinea che la vita di Giovanni Climaco è la vita battesimale del Cristiano.

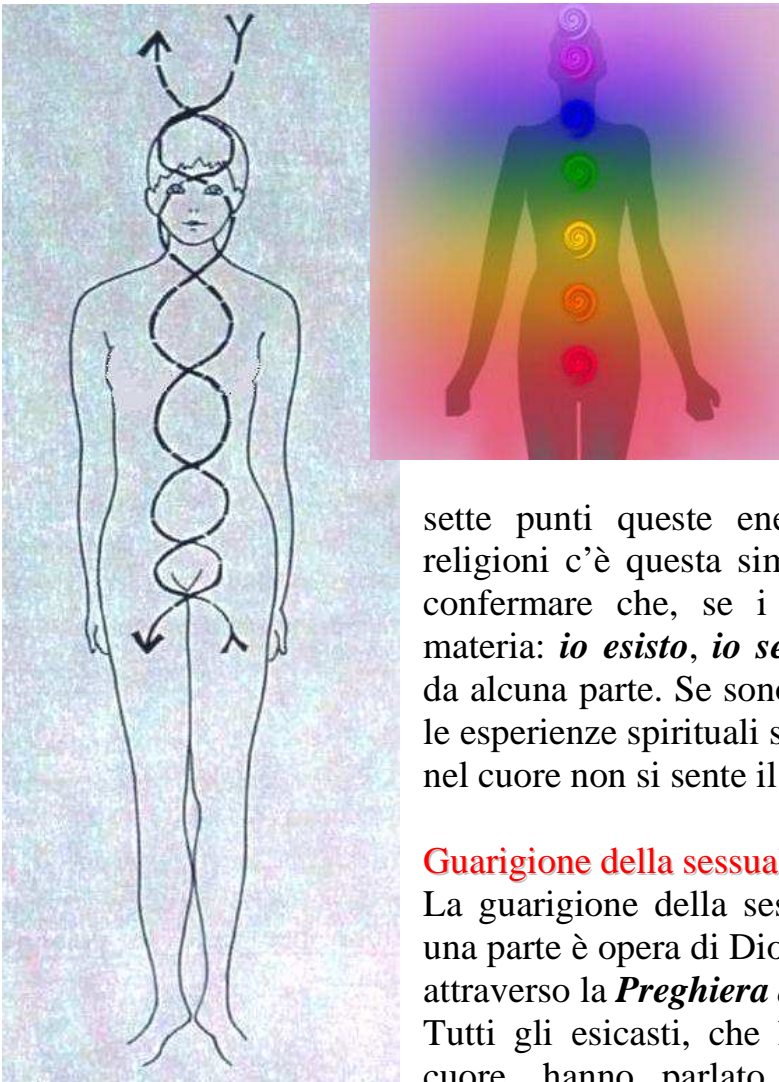
### Importanza della Parola del Signore

Il Papa conclude l'Udienza, ricordando di affidarsi solo alla Sacra Scrittura, alla Parola del Signore, per affacciarsi con umiltà all'orizzonte della fede ed entrare nella vastità enorme del mondo universale, del mondo di Dio.

### Perché ho ripreso la Catechesi del Papa?

Avevo preparato un altro accenno di Catechesi, ma mi è piaciuto condividere con voi questa del Papa, perché ci riallaccia con il discorso ecclesiale.

### Le due energie



Ho portato questo disegno, dove si vedono i chakra. Noi siamo come alberi con rami e radici. Dall'alto noi riceviamo questa forza, la guarigione che viene da Gesù, dal Padre, dallo Spirito Santo, che scende dal chakra della corona con movimento ondulatorio. Dal basso sale un'energia naturale che sale con lo stesso movimento ondulatorio. Per

sette punti queste energie si incontrano. In tutte le religioni c'è questa simbologia. Sono tutti concordi nel confermare che, se i primi due chakra, quelli della materia: *io esisto, io sento*, sono bloccati, non andiamo da alcuna parte. Se sono bloccati questi due chakra, tutte le esperienze spirituali sono illusioni, prese dalla mente, e nel cuore non si sente il Signore.

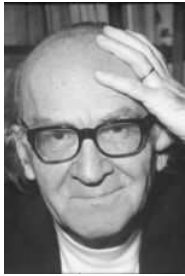
### Guarigione della sessualità

La guarigione della sessualità avviene in due modi: da una parte è opera di Dio, dall'altra è opera nostra, umana, attraverso la *Preghiera del cuore*.

Tutti gli esicasti, che hanno praticato la Preghiera del cuore, hanno parlato della guarigione delle proprie passioni, della propria sessualità, attraverso la respirazione, che stacca quei traumi, quelle idee negative repressi nel corpo. È un cammino continuo. Per questo si parla di *bramacharya, castità*.

## Ricordare, raccogliersi in se stessi

Mi è piaciuto riprendere *Mircea Eliade* il quale dice che la virtù della bramacharya è qualche cosa che bisogna ricordare. Noi, in fondo, cerchiamo dei contatti: l'uomo con la donna e la donna con l'uomo, per riportare all'unione.



Noi eravamo uniti in Dio, poi c'è stata la separazione. Uno dei modi per riportare questa unione è attraverso la comunione sessuale.

Il *Menone* di Platone ha inizio con il problema:

- Sai dirmi, Socrate, se la virtù può essere insegnata?- La risposta di Socrate è che la virtù non è qualche cosa che può essere insegnata, ma qualche cosa, che si ricorda.

**Ricordare** vuol dire raccogliersi in se stessi, ritirarsi nel proprio intimo.

La *dottrina dell'anamnesi* vuole significare che ogni individuo deve cercare in se stesso, perché lui è il centro e possiede questa verità. Funzione del maestro non è l'insegnare, ma aiutare l'allievo a conoscere se stesso.



## Suggerimenti del Signore



**Giovanni 20, 16-18:** *Gesù le disse: -Maria!- Ella subito si voltò verso di lui e gli disse in ebraico: -Rabbunì!- che significa "Maestro!" Gesù le disse: - Non mi trattenero, perché non sono ancora salito al Padre, ma vai dai miei fratelli e di' loro: Io salgo al Padre mio e Padre vostro, Dio mio e Dio vostro.- Maria di Magdala andò subito ad annunziare ai discepoli: - Ho visto il Signore- e anche ciò che le aveva detto.*



Ti ringraziamo, Signore Gesù, ti lodiamo e ti benediciamo per questa Parola. Ti ringraziamo, Signore, perché ci chiami per nome e ci inviti a voltarci, a dare le spalle al sepolcro, in modo che possiamo vedere Te, Risorto. È un invito a gettarci alle spalle i nostri morti, i nostri sepolcri e, nello stesso tempo, è un invito a lasciare le esperienze precedenti.

***Noli me tangere! Lasciami!***

Signore, ti ringraziamo per tutte le belle esperienze che abbiamo vissuto, ma sappiamo che come il respiro non si può trattenero, ogni esperienza va lasciata andare, per poterne fare di nuove. Grazie, Signore, perché ci inviti ad andare oltre, a dire ai nostri fratelli le esperienze, che abbiamo fatto: ***Ho visto il Signore! Horan ton Kyrios! Ho fatto esperienza del Signore Risorto!*** Ti ringraziamo, Signore, perché ci porti sempre all'evangelizzazione, alla testimonianza dell'Amore, che abbiamo per te. Grazie, Signore!