

Gocce di Armonia

<http://www.goccediarmonia.it>



Anno XIII — N° 112
Marzo 2009
E-mail: goccediarmonia@goccediarmonia.it
Non profit



Grazie, JOHN e... arrivederci!

"Bisogna sperimentare le forze misteriose che abbiamo dentro di noi.

Il nostro corpo è lo strumento che ci apre all'Infinito.

La tradizione mistica insegna di diffidare dei libri e a far leva piuttosto su un'autentica esperienza di preghiera: la meditazione.

Una buona igiene fisica e mentale ed il silenzio sono la condizione che ci permette di avvicinare (yoga) e di sperimentare (religione) il mistero dell'Infinito".

Ecco, riguardando i suoi manoscritti e ricordando la sua calda voce, sono questi i fondamenti, il perno del suo insegnamento, almeno quello riservato ai "lontani".

Aveva quarantasei anni quando io lo conobbi, ne aveva cinquanta quando fu cacciato da Mestre, nel 1978.

La strada maestra che c'indicava era quella che, lui per primo, aveva lungamente cercato. Non gli bastavano più le letture ed i successivi commenti degli antichi testi orientali; non gli appariva più sufficiente il "training autogeno", del quale ci assegnava l'esercizio successivo solo quando si tornava da lui, spesso sconcertati, talvolta turbati, dagli effetti di quello precedente.

Voleva e si mise a cercare qualcosa di più.

Lo volle con grande convinzione.

Cercò per mesi qualcuno che lo introducesse nei segreti del "mantra" e della sua magia.

Finalmente conobbe dada Janaka, un monaco di tradizione indù, e da lui apprese le asanas, l'uso dell'acqua fredda, il dormire per terra, i digiuni, il mantra, e, soprattutto, la meditazione.

Prima per sè e poi, certificatane la bontà, per tutti noi.

In quei quattro-cinque anni cambiò la sua vita e anche la mia.

A cinquant'anni, lui, gesuita, sacerdote da quattro lustri, plurilaureato, si fece umile discepolo del giovane monaco tantrico e "imparò a pregare"! E noi con lui. Eravamo oltre un centinaio, esitanti ma, sospinti dal suo carisma e da una forte motivazione interiore, fiduciosi.

Avevo l'età della maturità, ma la mia maturità era ancora un sogno.

Sentivo un profondo tormento, una misteriosa irrequietezza.

Anelavo la pace interiore, desideravo un rapporto stabile e rassicurante con mia moglie e con chi mi era

"prossimo" e invece mi trovavo costantemente in fuga da me stesso, in una vaga ricerca dello sconosciuto che avevo dentro di me.

L'educazione ricevuta consistette sostanzialmente in solenni proclami sull'amore cristiano, mentre la realtà vissuta quotidianamente era il suo limpido contrario. E, peggio, pretendeva di plasmarmi nella santità, ignorando del tutto la mia natura che, anzi, e senza averla mai conosciuta, dovevo combattere e mortificare.

No, "non mi tornavano i conti": fortunatamente mai mi rassegnai a vivere un menage "senza gloria e senza infamia".

John fu un dono del cielo: m'insegnò ad ascoltarmi e a pregare. M'insegnò che pregare significa ascoltare la Verità che ciascuno ha dentro di sè e m'insegnò tutto quello che dovevo sapere e fare, per rendere possibile tutto ciò.

Mi aiutò ad emanciparmi, ad essere spiritualmente autonomo, cioè ad avere, sì, bisogno di un maestro, ma non di riti, gerarchie e apparati.

Non posso dire che questo sia stato il suo pensiero più vero ed autentico, ma questo è ciò che io ho distillato, assimilato ed interiorizzato.

E tutto ciò mi ha aiutato tanto, davvero tanto.

Il prezzo da lui pagato è stato pesante e doloroso. È stato ignominiosamente allontanato da Mestre: è una regola che non conosce eccezioni: la mediocrità non ha mai sopportato l'eccellenza!

John lo ha sempre detto: "Per realizzare i suoi disegni, lo Spirito Santo si avvale anche delle debolezze umane".

Ed è stato un trionfo!

Ora cinquantadue cascine dei "Ricostruttori nella preghiera" illuminano l'Italia, vivendo la regola che lui ha ispirato e diffuso nei successivi trent'anni.

L'ho sempre pensato, e nei giorni successivi alla sua morte l'ho sentito ripetere da tutti quelli che hanno avuto la fortuna di frequentarlo: "Dopo averlo conosciuto, una persona non è più quella di prima!"

Io amo credere di aver trovato la mia strada, la mia: una delle infinite, e che lo debbo a lui.

Grazie, John e... arrivederci!

Gabriele MANERA



Grazie, grazie, grazie!

Apprezzo sempre, quando mi ricordo di aprire la posta, l'invio del giornale: Mai ho pensato di ringraziare per iscritto, rare volte ho lasciato le mie riflessioni, ma oggi mi vien voglia di dire qualcosa dopo aver letto gli articoli dell'ultimo numero.

È un apprezzamento semplice circa la straordinaria fortuna che abbiamo e abbiamo avuto in tanti anni di dirci, scriverci, scambiarci, pensieri, emozioni, conoscenze, esperienze, affetti che hanno avuto la forza di svelare a ciascuno "mondi interiori" e scenari straordinari. Scenari

che ciascuno può "coccolare" a suo piacimento come lo farebbe con l'amato o l'amata della sua vita...reale o immaginaria che sia...Trovo che la magia degli incontri consista nel fatto che, per fortuna, non sai prima cosa accadrà nella tua mente, nel tuo pensiero, nella tua emozione, pronto però a interessarti alle piste del tuo "protagonista". **GRAZIE GRAZIE GRAZIE** per aprire con tanta benevolenza al mondo il cuore.

Gloria CAVALLI

Lo sapevo che dovevo stare a casa...

Giovedì sera non avevo voglia di andare in Capanna...ero stanca! Mi sarei volentieri distesa sul divano a guardare (dormire?) la tivvù. Sapevo che il programma prevedeva lo psicodramma e, ancora di più, volevo stare a casa perché questa cosa mi inquietava un po'! Alla fine, proprio per non fuggire sempre dalle cose che mi spaventano un po', e non avendo seri motivi per mancare, ho deciso di andare perché comunque sto molto bene con il Gruppo, soprattutto per il calore che ricevo.

Il caso vuole che è venuto fuori l'argomento "paura" (lo sapevo che dovevo stare a casa!). Sono consapevole di avere molte paure che non riesco a vincere nemmeno adesso che sono riuscita a parlarne e che ho avuto il conforto di chi mi sta vicino.

Mi sono sentita coccolata e amata da tutti, ho

sentito che ciascuno di voi voleva aiutarmi, ma purtroppo sono io che mi rifiutavo di combattere contro le mie paure. Credo che sia così perché altrimenti non mi spiego come mai alla mia età vado ancora avanti con queste "menate". Comunque, l'averci giocato e riso sopra mi ha fatto molto bene e sono sicura che il "cerchio" intorno a me ha avuto un effetto positivo e sono tornata a casa con uno spirito completamente diverso da quello che avevo quando sono uscita di casa.

Per questo devo ringraziare tutti con un **GRAZIE** a carattere cubitale, soprattutto Gloria da cui è partito tutto.



Emanuela PAGLIUCA

Quella forza vive dentro di noi



Si possono spiegare gli stati emozionali? Si può condividere la sensazione che si prova quando in una rappresentazione melodrammatica, ci si immedesima in una parola, in un soggetto, in un simbolo, e dar a questi una sorta di movimento, una parvenza di vita, che parte dalla tua essenza interiore, che scava nella tua anima, quella più profonda, per poi fiorire in un gesto, uno sguardo, una sensazione e in una compenetrazione di intenti che si fonde nella scena che si sta vivendo?

Per la verità, le

prime volte facevo fatica ad entrare in questo stato d'animo che poi si trasferiva nella rappresentazione, come qualcosa di meccanico, di costruito e probabilmente di falso. Trovavo difficile collegare quanto descritto, per quanto mi sforzavo, non riuscivo a comprenderne la forza emozionale.

Quella forza che ora so, vive dentro in ognuno di noi.

Mi chiedevo, "forse sono io che cerco di sfuggire a questa profondità", ragionando sui perché, nella consapevolezza che la comprensione di questo, non dovevo né potevo cercarla su

quello che girava intorno alla mia persona, ma sul quanto ancora dentro di me, dovevo scavare, per annullare lo stato pensante della mente, e lasciare trapelare quella parte della mia anima che spesso si rifugia nei meandri più profondi e segreti del mio intimo cosmo.

Un lavoro e una ricerca continua, assai ardua, irta di difficoltà, una ricerca del mio stato naturale, del mio stato bambino, di quel vivere, dove ogni secondo è meraviglia, dove ogni attimo è foriero di nuove scoperte, di nuova conoscenza di me



stesso, di comprensione delle molte sfumature che la mente cerca di nascondere, coprendolo nelle sue spire, soggiogandolo ai suoi voleri, costruendo attorno a questa innocenza, che è poi la mia vera essenza, le mie paure. Alla Gloria un mio personale plauso. per aver portato questo nuovo mondo, alle mie riflessioni.

Giuseppe "Bepi" CALCAGNO



La Full-Immersion 2009 si terrà a Cesclans (Udine) dal 10 al 14 giugno 2009



La paura

Sono consapevole di una cosa: la stupidità umana è dilagante! Questa è— forse—l'unica cosa che temo...quello che mi fa più paura.

Sono altrettanto consapevole che anch'io appartengo al genere umano e, quindi, anche ad un certo tipo di "stupidità". In virtù di questo, pur avendo atteggiamenti più o meno stupidi, faccio di tutto affinché possa evitare di commetterli di frequente.

Facendo così, credo di poter allontanare quel malevolo sentimento che si chiama paura.

Cos'è per me la paura: a mente fredda potrei dire che paura, per antonomasia, vuol dire morte. Temere la morte. Se immagino, ora, che fra cinque minuti potrei morire, sicuramente avrei paura ovvero, mi dispiacerebbe lasciare...abbandonare questo mondo. Però questo non lo so...non so se fra cinque minuti morirò. So soltanto che sono

vivo e, quindi, devo necessariamente continuare il mio percorso sapendo, inconsapevolmente, cosa potrò trovare nel mio cammino compreso, ovviamente, anche la morte.

Nel mio quotidiano esistono poi altre "paure": paura di volare, di salire su una motocicletta eccetera. Esiste anche la paura "sentimentale". Ho conosciuto persone che avevano paura di "innamorarsi" quindi temevano le donne o gli uomini però, magari, si innamoravano del gioco d'azzardo o di altre stupidità che erano molto più rischiose dell'innamoramento umano. Non è, fortunatamente per me, il mio caso. L'unica cosa che non temo è proprio l'Amore e tutte le sue sfumature. Sinceramente faccio fatica a comprendere quelle persone che temono il sentimento più nobile del genere umano.

Per quanto possano dire della mia impulsività e della mia irruenza, nel mio modo di rappor-

tarmi con gli altri, ho sempre paura di ferire qualcuno e allora preferisco (?) mordermi le labbra e far finta di non capire piuttosto che rispondere per le rime e dire anche qualche idiozia mescolata alla verità. Poiché non è mio compito—parafrasando un adagio che ama spesso ripetere Renzo—cambiare gli altri, faccio sempre ammenda di quanto passa nella mia testa e, semmai ce ne fosse bisogno, preferisco scusarmi sempre quando esco dalle ri-

ghe. Molto spesso accade che lo faccia anche quando non è necessario ma, per mia natura, preferisco abbondare piuttosto di apparire avaro. Jim Morrison sosteneva: **"Se tu fossi una lacrima, io non piangerei per paura di perderti"**.

Non ho paura. Forse per le diverse ferite che i miei trascorsi hanno visto cicatrizzare nel mio cuore, oggi non ho paura. Questo non vuol dire che sono un *bulldozer* che spiana tutto



Un bulldozer

quello che mi circonda ma se dovesse capitarmi di affrontare una situazione, merito degli allenamenti che quotidianamente la palestra della vita mi offre, gonfio il petto, faccio un bel respiro profondo e mi butto a capofitto nella mischia.

Una cosa è certa, tutto deve avere un valore vero. Le cose stupide e prive di valore, vanno scartate immediatamente. Se non vale la pena, è preferibile passare oltre.

Un anonimo ha scritto: **"Per i paurosi il futuro resterà sconosciuto, per i deboli sarà irraggiungibile, per gli incoscienti offrirà nuove opportunità."**

Felicità

Antonio LIPARI