**8° INCONTRO della Terza Annualità**

**con Chiara e Giovanna**

2 MARZO 2016



***Il Signore è lo Spirito e dove c'è lo Spirito del Signore c'è Libertà !***

Questo ottavo incontro si apre con i calorosi saluti, a giro di ventaglio, di Chiara e Giovanna a tutti i partecipanti esteri e nazionali di questa terza annualità di Darsi Pace ( Vedi video)

**MEDITAZIONE**

**CHIARA**

Ogni pratica è un piccolo viaggio, o meglio, un Grande Viaggio che intraprendo cominciando a mettermi seduta. Da questa posizione con la dignità che la posizione mi dona, posso aiutare la mia anima a liberarsi.

**Il mio bacino poggia sulla sedia, la sedia lo sostiene**, sento le ossa dell'ischio che poggiano sulla sedia, sento le piante dei piedi larghe e distese che poggiano sulla terra...sento la colonna vertebrale che nell' inspiro piacevolmente si verticalizza.....e nell'espiro abbandono tutte le tensioni muscolari.

**Nell'inspiro verticalità....nell'espiro piacevole abbandono**. Dedichiamo qualche ciclo respiratorio alla consapevolezza e alla attenzione delle tensioni muscolari che ci affliggono lungo la colonna vertebrale... sul collo....e sull'occipite. Nell'inspiro pongo l'attenzione e verticalizzo.... nell'espiro mollo e mi abbandono.

**La mia attenzione si sposta verso i muscoli delle guance e del mento**...lascio cadere leggermente il mento verso il basso...le labbra sono semiaperte....nell'inspiro mi concentro e osservo le contrazioni muscolari e nell'espiro mi abbandono e lascio che l'onda della distensione mi faccia mollare...nell'inspiro verticalità e consapevolezza...nell'espiro abbandono...sempre più profondamente...senza forzare nulla ...senza aspettarmi nulla.

**Distendo la colonna nell'inspiro...e mi abbandono nell'espiro**. Nell'inspiro accetto senza giudicare, senza pretendere ...e nell'espiro...lascio andare.

**Posso lasciare andare ...sorrido...accetto...osservo senza giudicare** ...e nell'espiro abbandono ....sorrido...abbandono ogni pretesa di controllo...abbandono ogni pretesa di riuscita...verticalità...sorriso....espiro..scioglimento...abbandono.

**Sempre più mi abbandono ad ogni espiro...sempre più profondamente...sorrido...mi abbandono**...è come un'onda...una danza e nella pausa alla fine dell'espiro...si apre una piccola porta di pace .....e lascio sorgere questa luce di pace sempre di più.........

**Lascio sorgere questa pace dentro di me** ...dal centro del mio essere alla periferia del mio essere...dal mio essere in armonia con tutto l'universo al ritmo del respiro...è molto bello assaporare questa pace...se qualcosa mi disturba l'accetto nell'inspiro... e poi la mollo.... posso lasciare che l'alba si compia in me....e in questa alba piena di pace... io percepisco il sapore di una libertà profonda...in questa pace, in questo spirito io sono libera, libera di respirare, libera di essere....questo spirito che mi dà la libertà...che mi riempie di libertà...

**Questo nascente ...sei Tu Signore Gesù...Cristo vero Dio, vero uomo...**Padre, Figlio nell'unità di un solo Spirito Tu sei la mia vera, la mia integra umanità. Estendi adesso in me la pace del tuo Regno, nel mio collo così stanco, nelle mie braccia, nel mio cuore, in tutti i meandri della mia psiche....togli il mio peccato dal mondo....io in Te..adesso...spento, morto al peccato e risorto...ricevo il perfetto perdono di tutte le mie colpe e la completa guarigione di tutte le mie malattie e sono Uno ....integro e libero....perchè in Te Signore, c'è Libertà....io e Te, libera e salva...io in te trovo la mia vera identità e sono felice..piena di gioia che sorge in me....

**Padre...sorgente creativa...Spirito Santo di Amore...manda i tuoi doni** **di discernimento**, di sapienza, di amore....fa di noi canali gioiosi della tua energia, della tua salvezza...così che la nostra gioia sia piena ....e che tutto sia salvo...nei secoli dei secoli ...al di là dello spazio e del tempo ...in te Gesù ...la nostra libertà..la nostra piena, libera e feconda integrità.

Ad occhi aperti concediamoci qualche minuto davanti all'icona di Gesù, che oggi abbiamo trovato qui ....interiorizziamo in noi la forza di questa immagine che vibra in noi dopo la meditazione***.***

**GIOVANNA DI VITA**

Siamo all'ottavo incontro del Terzo Anno, mancano solo quattro incontri alla fine non solo di quest'anno, ma dell'intero triennio; siamo ormai agli sgoccioli di questo percorso iniziatico avviato dal primo anno, questo ciclo di trasformazione dello stato del nostro Io: dall' Io egoico all'Io in Cristo, percorso schematizzato nel disegno di Chiara alla lavagna. Un passaggio dalle nostre gabbie, in cui siamo trattenuti dal nostro piccolo ego, dai suoi automatismi, dalle sue maledizioni e conclusioni errate. Noi favoriamo, attraverso questo lavoro, il passaggio allo stato verso cui tendiamo: l'Io in Cristo. Questo passaggio avviene attraverso stadi intermedi, quello *dell'Io in Conversione e dell'Io in relazione* che, in quanto stadi intermedi, sono solo stadi preparatori, non la meta.

**Il blocco ad uno stadio intermedio**

Se lungo questo percorso ci si blocca nello stato dell'Io in conversione ci si ferma in uno *stadio di introversione*, di conoscenza profonda di sé, *delle proprie tenebre*, con il rischio di rimanervi invischiati, mentre l'obiettivo è quello di vedere la nostra Luce, poiché il nostro fine è arrivare all'Io in Cristo.

Allo stesso modo se ci fermiamo nello stato dell'Io in relazione, si può restare bloccati in una religiosità di tipo devozionistico , che non avanza verso lo stato finale dell'Io in Cristo.

**A questo punto del percorso, stiamo completando il VI passaggio di Darsi Pace**

Che porta il titolo di *Un Dio da aiutare a nascere* **:**  un Dio onnipotente ma impotente davanti alla libertà dell'uomo: **o lo faccio nascere in me, oppure non c'è !**

Ciò che ci stiamo chiedendo è: *come posso fare nascere Dio in me? Come far nascere in me le qualità di Cristo ? Da cosa devo liberarmi perché Cristo possa risplendere in me**?*

**TUTTO IL NOSTRO PERCORSO È UN CAMMINO VERSO LA LIBERTÀ**, è un lavoro di continua trasformazione dell'ego, chiuso dentro la sua scatoletta, nel suo spazio ristretto, dal quale pensa di poter controllare tutto: l’ego non ama gli spazi ampi della libertà. E' un lavoro da svolgere ogni giorno con la nostra pratica meditativa, come ci ha fatto sperimentare in apertura Chiara : un passaggio di stato, un trasloco da uno stato di ristrettezza e chiusura ad uno stato di maggiore libertà e integrità.

Noi tendiamo alla pienezza di una umanità realizzata, e per la prima volta, nei nostri schemi simbolici, oggi abbiamo rappresentato una figura umana: l’uomo pienamente realizzato in Cristo.

**Dove c'è lo Spirito del Signore c'è la Libertà**: questo abbiamo scritto alla lavagna. Alla libertà noi aneliamo allenandoci quotidianamente, ri-attraversando e perfezionando sempre questi diversi stadi: é un lavoro che dura tutta la vita ! Ciò che adesso stiamo completando è il ciclo del nostro percorso trasformativo, ma sul quale dovremo sempre ogni giorno ritornare a lavorare. Ormai sappiamo delle nostre *oscillazioni*, del nostro *ricadere nello stato egoico*, dal quale poi torniamo ad uscire con l'esperienza dell'Io in conversione, poi l'atto di fede ci ricollega alla Fonte ed entriamo nell'Io in relazione che ci apre a vivere in pienezza l' Io in Cristo, la libertà e la coscienza di Cristo.

**Ma come divento Io se Cristo vive in me ?** Questo riguarda ciascuno di noi: Giulia-Cristo, Rosanna-Cristo, Gabriella-Cristo, Marco-Cristo ....è questa la nostra meta e a questo ci alleniamo.

**Questo anelito di libertà, è sempre stato presente e ricercato in ogni tradizione spirituale**. Prima di Cristo l’anelito alla libertà si realizzava allenandosi a spegnere il proprio ego per lasciarsi assorbire dall'Assoluto e in questa unione si assaporava una condizione di libertà Questo le grandi tradizioni spirituali lo hanno sempre praticato, ma ciò che Cristo ha portato è una novità assoluta. Infatti, prima di Cristo l'unione con l'Assoluto era cercata fuori dal mondo, che in quanto prodotto dall'ego, era considerato un’illusione da spegnere; *Cristo invece porta l'Assoluto nel mondo che è cosa buona in quanto creazione divina; Cristo entra nella storia, assume carne umana, cosicché l'unione con l'Assoluto non va più ricercata fuori dal mondo, ma nel mondo, che diventa luogo della rivelazione di Dio e dell'uomo: luogo teologico della rivelazione, dove Dio si rivela e rivela anche pienamente il volto dell'uomo*.

**L'incarnazione di Cristo introduce nel mondo un dinamismo che non ha precedenti nella storia.** La soggettività umana, non viene annullata, ma potenziata al massimo.

Con **Cristo** entra nel mondo un’**Energia Nuova,** sottile, spirituale.L'Ego ha una energia pesante, ci ha precipitati sulla terra, ci rende materia che ci separa gli uni dagli altri e ci fa vedere le cose tutte separate, l'energia spirituale di Cristo è invece una energia leggera, come un'onda (viene da pensare che le nuove scoperte delle onde gravitazionali possono dire qualcosa di questa nuova energia che ha portato il Cristo...non siamo separati*....vedasi il Post su Darsi Pace dell'Astrofisico Marco Castellani* ).

L’energia immessa da Cristo nella storia è una energia nuova che comincia a distruggere dall'interno il mondo dell'ego. L'energia dell'ego ci fa proiettare tutto all'esterno di noi, come la colpa sugli altri.... ci porta ad una attività frenetica esterna, mentre all'interno siamo bloccati (una *agitazione statica* ); l’energia dell’ego è una energia dispersiva, che porta al disordine ( lo vediamo nel mondo !) . E' una energia che degenera sino alla morte, che tende all'***entropia -***  questa legge della *termo-dinamica* che dice che ogni corpo isolato disperde l'energia fino all'esaurimento . L'ego in quanto sistema isolato, separato dalla sua fonte, è un corpo che tende ad esaurire la sua energia. L'energia dello spirito, invece, va contro corrente rispetto all'energia dell’ego, porta all’unione, alla ricerca di senso. **Jung** ha chiamata ***Geist, Spirito***, questa energia che va in senso contrario rispetto a quella egoica, un’energia che porta a rivolgere l’attenzione verso l’interno, ad acquistare consapevolezza di sé.

**Con l'incarnazione di Cristo questa capacità dell’uomo di riflettere su se stesso e acquistare consapevolezza di sé si è attivata in modo sempre più forte**. Noi leggiamo i 2000 anni di cristianesimo come l'immissione nel mondo di una nuova energia di consapevolezza che porta l’uomo ad acquistare sempre più *coscienza di sé, della sua soggettività e a reclamare spazi sempre più ampi di libertà*. Richieste di Libertà che nella Modernità si esprimono con maggiore intensità. Dapprima la libertà è stata intesa come liberazione da gravami esterni: dalle oppressioni dei poteri politico e religioso. Si hanno lotte per conquistare **diritti** **e libertà civili:**  *libertà di espressione, di opinione, di stampa, di religione, di associazione, diritto di partecipazione attiva alla vita dello Stato* (*elettorato attivo e passivo*); poi anche libertà economiche, maggiore *giustizia sociale*: diritti che hanno trovato riconoscimento e sono teoricamente garantiti dalla Costituzione, ma troppo spesso scarsamente realizzati.

Ci si è accorti in seguito che pur avendo conquistato libertà da poteri esterni restava uno stato di prigionia interno all’uomo. L’aumento di patologie psichiatriche, soprattutto depressive, l’aumento di suicidi soprattutto giovanili nei Paesi ad alto sviluppo economiche dicono che c’è una sofferenza dell’anima che non dipende solo da oppressioni esterne.

Più l'uomo acquista consapevolezza di sé, più l'anima comincia a soffrire del suo stato di scissione interna, una sofferenza che oggi sta diventando sempre più forte .

La sofferenza psicologica è **sofferenza dell'anima** dice Jung: l’anima grida il suo dolore per la mancanza di integrità.

**L'uomo** nell'età moderna è diventato più consapevole di sé, auto-sufficiente, indipendente, critico, ha conquistato molte libertà però si sente **sempre più solo e impaurito** e con una tentazione molto forte di **fuggire dalla libertà**, che per l'ego è un peso insopportabile.



Erich Fromm

Psicoanalista e sociologo tedesco.[Wikipedia](http://it.wikipedia.org/wiki/Erich_Fromm)

[**Data di nascita**](https://www.google.it/search?biw=1323&bih=565&q=erich+fromm+data+di+nascita&stick=H4sIAAAAAAAAAOPgE-LQz9U3SE6yTNYSy0620i9IzS_ISQVSRcX5eVZJ-UV5ANEO4uckAAAA&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwjk1u-8zNbLAhXEDxoKHWtMBb0Q6BMIjAEoADAU)**:**23 marzo 1900, [Francoforte sul Meno, Germania](https://www.google.it/search?biw=1323&bih=565&q=Francoforte&stick=H4sIAAAAAAAAAOPgE-LQz9U3SE6yTFYCs4yqDLK0xLKTrfQLUvMLclKBVFFxfp5VUn5RHgAI04GLLgAAAA&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwjk1u-8zNbLAhXEDxoKHWtMBb0QmxMIjQEoATAU)

[**Data di morte**](https://www.google.it/search?biw=1323&bih=565&q=erich+fromm+data+di+morte&stick=H4sIAAAAAAAAAOPgE-LQz9U3SE6yTNaSz0620i9IzS_ISdVPSU1OTSxOTYkvSC0qzs-zSslMTQEA-ZDNpi0AAAA&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwjk1u-8zNbLAhXEDxoKHWtMBb0Q6BMIkAEoADAV)**:**18 marzo 1980, [Muralto, Svizzera](https://www.google.it/search?biw=1323&bih=565&q=Muralto+Svizzera&stick=H4sIAAAAAAAAAOPgE-LQz9U3SE6yTFbiBLFSCo2NTLTks5Ot9AtS8wtyUvVTUpNTE4tTU-ILUouK8_OsUjJTUwAsi9wVOAAAAA&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwjk1u-8zNbLAhXEDxoKHWtMBb0QmxMIkQEoATAV)

Psicoalalista tedesco, ha fatto studi interessanti di psicologia sociale; ha cercato di comprendere come fosse stata possibile un’adesione così generalizzata al nazismo in una società evoluta come quella tedesca. Dopo tante conquiste di libertà si era verificata una fuga massiccia dalla libertà.

Nel libro  ***" Fuga dalla Libertà"*** scrive:

...*l'uomo diventa più autosufficiente e critico, ma allo stesso tempo più isolato e impaurito...*

*………. dato che nella lotta moderna per la libertà l'attenzione era assorbita dalla battaglia contro le vecchie forme di autorità e costrizione, era naturale pensare che eliminando il maggior numero possibile di queste costrizioni tradizionalila libertà sarebbe aumentata proporzionalmente, tuttavia non ci rendiamo sufficientemente conto del fatto che* ***l'uomo, pur essendosi sbarazzato dei vecchi nemici della libertà, si trova dinnanzi nuovi nemici di diversa natura, nemici che non sono fondamentalmente costruzioni esterne, ma fattori interni che bloccano la piena realizzazione della sua libera personalità ...****.....siamo orgogliosi che nella sua condotta di vita, l'uomo è diventato libero da autorità esterne che gli dicono cosa fare e cosa non fare, ma trascuriamo il ruolo delle autorità anonime, come le opinioni pubbliche e il senso comune, le quali sono tanto potenti a causa della nostra disposizione a conformarci a quello che tutti si attendono da noi e a causa della nostra egualmente profonda, paura di essere diversi . (* strategie difensive della accondiscendenza ...)

*In altre parole* ***restiamo incantati difronte allo sviluppo della libertà da forze esterne da noi, ma restiamo ciechi rispetto alla realtà di costrizioni , freni e timori interni che tendono a minare il significato delle vittorie che la libertà ha riportato contro i suoi tradizionali nemici.***

**Noi infatti possiamo avere tutte queste libertà, ma se teniamo le nostre energie chiuse in gabbia, tutte le libertà restano inutili.**

 *Perciò* ***siamo portati a pensare che il problema della libertà sia esclusivamente quello di conquistare ancora più libertà****, del tipo che abbiamo conquistato nel corso della storia moderna e siamo portati a credere che tutto ciò che occorre sia di difenderla da tutti quei poteri che negano una libertà siffatta .*

Si veda oggi l'attuale dibattito sull'utero in affitto, il riconoscimento del diritto ad avere figli da parte delle coppie omosessuali, in cui la **libertà diventa più una pretesa.** Occorre **discernere tra la libertà nello spirito e la libertà nell'ego.** La libertà è espressione di sovranità, di potere. L’ego usa la libertà per esercitare potere sugli altri, si serve dell’altro per i propri egoistici interessi, la libertà nello Spirito si fa servizio.

Questa una discriminante molto importante; tutti siamo tentati di usare in senso egoico le libertà conquistate. Via via che si va avanti nel cammino spirituale le tentazioni si fanno più sottili e il discernimento deve essere più acuto. Anche facendo un’attività caritativa devo chiedermi: sto servendo l’altro o lo sto usando per qualche tornaconto personale (gratificazioni, riconoscimenti, etc.)?

*E.Fromm: Dimentichiamo che ognuna delle libertà che abbiamo conquistato debba essere difesa con estremo vigore e che* ***il problema della libertà non è soltanto quantitativo, ma anche qualitativo*** *e che dobbiamo conservare e accrescere la libertà tradizionale, ma che* ***dobbiamo conquistare un nuovo tipo di libertà che ci consenta di realizzare la nostra personalità individuale, di avere fede in essa e nella vita****.*

Nel tempo odierno, in cui le rivendicazioni della libertà si fanno più accese, **noi cristiani** siamo chiamati a **testimoniare che cosa sia la vera libertà nello spirito**. Chiamati anche a farci promotori perché la pratica di liberazione interiore che pratichiamo nei nostri gruppi, possa trasferirsi a livello religioso, scolastico, sociale, politico.

Il nostro scopo, evidente nello slogan di DP, è di **coniugare la Liberazione interiore con la Trasformazione del mondo**. Sappiamo ormai, dopo i fallimenti delle rivoluzioni politiche, che solo la liberazione interiore può produrre trasformazioni sociali e politiche. Il lavoro di liberazione interiore dovrebbe diventare prassi comune per chiunque si occupi di politica. *Le Primarie dovrebbero diventare una verifica dello stato di integrazione raggiunto* dai candidati.

Le conquiste raggiunte hanno fatto crescere l’uomo nella **libertà DA** .... ma non nella **Libertà DI:**

la libertà di vivere creativamente la propria vita ...ma questa libertà viene dallo Spirito, e solo attraverso un serio, continuo, generalizzato lavoro interiore si potrà creare una società più umana, a misura di uomo.

**La sofferenza sta crescendo**  e inizia a farsi strada **la consapevolezza che la sofferenza è una sofferenza dell’anima** che non tollera più lo stato di separazione: il senso di irrilevanza personale, di impotenza, di solitudine, di tristezza profonda, di angoscia, le paure, sono proprio le emozioni della scissione.

**E' necessario un salto iniziatico, passare ad altro livello di coscienza** : tutta l'umanità oggi è chiamata a farlo, altrimenti lo stato di alienazione condurrà verso forme sempre più auto-distruttive, con il pericolo, a livello politico, in questo stato di paura generalizzata, dell'emergere di poteri forti che cercano di corrispondere alle ansie e alle paure delle persone.

Questo stato crescente di sofferenza fa crescere nelle persone un desiderio di liberazione e con esso, **cresce la domanda di spiritualità e le offerte sul mercato sono molteplici** , tutti offrono corsi veloci di liberazione, fai da te, tanti tipi di yoga e di religione.

A questo punto dobbiamo chiederci : ma noi, dove stiamo dentro tutto questo ? Il percorso che stiamo facendo è la via giusta ? Alla fine del nostro terzo anno a che punto siamo ? Stiamo diventando veramente un Io in Cristo ?

**SECONDA PARTE**

**CHIARA**

**Darsi Pace è un cammino organico, pensato, pensato per la nostra realizzazione** .

A questo punto del cammino noi cominciamo a chiederci: a che punto sono ? Provo qualche piccolo segno di liberazione ? Oppure sento ancora urgente in me sofferente questo bisogno di libertà ? Siamo al punto in cui dobbiamo ***sviluppare una capacità di discernimento*** per quello che sta avvenendo in noi, nelle nostre vite. Dovrebbe a questo punto essere ovvio che **la trasformazione procede di pari passo con la vita spirituale.**

Mentre preparavo questo incontro, cercavo un segno ortografico per esprimere questo fatto, e ho immaginato ***due mani tra loro abbracciate****,* come la vita spirituale e la trasformazione interiore che possono procedere solo se tra loro, sono fortemente unite**.**

**Insomma, questa gabbia costruita dall'ego allarga un po' le sue maglie ?** Troviamo in noi delle piccole uscite , dei piccoli buchi per fuori-uscire da questa gabbia ?

Ecco, sono questi buchi, questi piccoli spiragli, che ci indicano il nostro Io in relazione , il nostro Io in Cristo che comincia ad emergere. E' quest'anima che finalmente dis-piegata comincia a respirare e ad apparire. E allora qui ci chiediamo, come possiamo capire se stiamo entrando in relazione e nell'Io in Cristo? Per capirlo, torniamo a Gesù, il Cristo per comprendere quali sono i caratteri fondamentali dell' Io in Cristo.

**I caratteri fondamentali dell'Io Cristo**

1. **INCARNAZIONE**: è il primo carattere fondamentale . Le energie del Cristo tendono ad incarnarsi in un realismo, in una capacità che tende a coniugarsi con la terra e la vita, rispetto a tutto ciò che invece ci separa, ci isola , a tutto ciò che ricade nelle nostre coazioni a ripetere.

**Dal manuale di Darsi Pace** *:*

*Il carattere profondamente incarnato e realistico della persona che si va cristificando. La vita personale cristiana, non si allontana mai dalla nostra vita concreta, non si realizza in forme di separazione, non cerca cioè aree spirituali al di fuori dal tempo e dalla storia , ma al contrario, più ci divinizziamo in Cristo, più diveniamo capaci e desiderosi di penetrare nel tempo, di condividere la fatica umilissima dei giorni più ordinari, di trasfigurare tutte le cellule della vita e le forme della vita terrena. L'Io Cristo ama la terra e il corpo , perciò si è incarnato.*

**L'Io Cristo ama la materia, come lo scultore ama il suo marmo**, *la materia della sua arte che va ad estrarre, con amore, dalla sua cava.* Così è l'amore del Cristo, che viene a salvarci non dal tempo e dal corpo, ma qui, in questa nostra realtà. L'esempio della scultura mi pare renda bene l'evento della incarnazione dell'arte dello scultore nella sua opera. Una incarnazione che passa proprio attraverso una materia così pesante, (*come l'ego ! -ndr*) una materia che, pensando alle opere scultoree dei grandi artisti, è pesantissima come il blocco di marmo, ma che lavorata dalla mano dell'artista, diventa così fortemente leggera e capace di evocare in noi emozioni profondissime. Però, quando noi entriamo nella materia, abbiamo un rischio : come il marmo ha le sue venuzze dove si può spaccare e rovinare l'opera, così nella dimensione dell'Io in relazione e dell'Io in Cristo, c'è sempre **il rischio delle contro-figurazioni**, dell'anti-Cristo sempre presente nella storia.

Basti pensare alla storia del XX secolo scorso, ai due grandi totalitarismi. **Il comun-ismo ,** che porta l'*ismo* della parola *comunione*èla storia di questo proletariato che aveva molti caratteri cristici, questa *dittatura del proletariato* intesa come la capacità salvifica, di un *popolo eletto* , portatore di una *parola messianica* del suo ( dio) leader pensatore, sulla quale ri-fondare una società che poi... sarebbe stata perfetta !

Oppure pensiamo a cosa è stato il **fascismo che sorge dentro le dinamiche del Battesimo di sangue della prima guerra mondiale....**con questa grande morte, col suo leader maximo**.** Ultimamente ho visto il film di Ettore Scola *" Una giornata particolare* " dove la casalinga interpretata da Sophia Loren è innamorata di Mussolini, tanto da conservare con cura tutte le fotografie dei suoi bambini che vanno all'adunata mostrando tutto il loro amore per il loro leader ..ma è un amore che ci mostra bene il rischio delle contro-figurazioni che sappiamo bene a cosa ci hanno poi portato, con i grandi totalitarismi.

**Le nostre contro-figurazioni interiori**

Ma direi di più, arrivati a questo punto di Darsi Pace, è importante che noi cerchiamo di condividere anche le nostre contro-figurazioni interiori, cioè **qualcosa che mi sembra che mi salvi , ma che però in realtà poi ti ammazza !**

Personalmente, io sono stata per molti anni una accanita fumatrice e fumando una sigaretta dicevo: " Aaah..come mi rilassa ! " Era una controfigurazione, mi sembrava mi rilassasse, come il giovane fascista andava all'adunata pensando che Mussolini avrebbe salvato l'Italia, la sua vita e tutto il mondo ...invece mi portava alla morte. E' stato un lavoro spirituale , liberarsi dalla *contro-figurazione satanica* della dipendenza dal fumo ! Un lavoro che è stato poi un dono, perché nella fede, nel lavoro spirituale, avvengono i miracoli, riceviamo dallo Spirito, nel continuo discernimento dei doni infiniti....io , per esempio, ho ricevuto **il dono** di aver smesso di fumare, senza aver fatto nessuna fatica ! Non con la mia volontà, ma per una grazia che **è opera del discernimento.**

Nel nostro agire, non abbiamo solo da porre attenzione alle coazioni a ripetere ma anche alle nostre **interne contro-figurazioni sataniche** . Pensate che balla quando credevo che il fumo mi rilassava ...e in effetti fino a quando ero in quella dimensione mi rilassava....come allo stesso modo credevano i fascisti che andavano alle adunate del duce, o i milioni di proletari ...e notate quanto successo avevano queste contro-figurazioni ...anche se non erano la verità !

**Quando riusciamo a liberarci da queste contro-figurazioni, la liberazione avviene senza che ci costi fatica.** Come nella meditazione, all'inizio costa fatica lo sforzo volontario di sederci, di respirare...ma poi acquisiamo una quantità di doni in uscita che è involontario, non da noi voluto, ma semplicemente ricevuto .

1. **TERAPEUTICITA’ La natura terapeutica e di annuncio dell'IO- Cristo** è l'altro suo carattere fondamentale . ( Vedi il Manuale di DP da pag. 187/189)

Gesù lo ha detto: *andate e guarite* ! Gesù guarisce sempre, fa tantissimi miracoli, guarisce anche senza gli sia richiesto ! Basta toccargli il mantello, Gesù consola e salva sempre , non solo, *l'annuncio avviene insieme alla guarigione* ! E' quanto avviene anche nel piccolo delle nostre esperienze, quando facciamo ad esempio, l'esercizio a nove punti e alla nostra povera e piccola parte abbandonata, annunciandogli un pezzetto di luce di Cristo, noi la guariamo ! **Luce e Guarigione** **vanno sempre insieme**, è una cosa molto importante. Noi non sappiamo a cosa stiamo partecipando con la nostra vita, quali effetti stiamo producendo nella vita degli altri, è il bello della vita, ciò che facciamo non lo facciamo solo per noi , ha anche un effetto missionario...non lo sappiamo ...magari stiamo aiutando qualcuno che non conosciamo ( un bambino dall'altro capo del mondo ? Un gruppo di donne a prendere coscienza ? ) .

E questo carattere di portare luce e guarigione non solo per noi, introduce qui il terzo carattere dell'Io in Cristo , quello che a me piace di più.

1. **NATURA RIVOLUZIONARIA dell'IO-CRISTO .**

Questo terzo carattere è quello più consono al mio carattere battagliero.

Perché è **l'unica vera rivoluzione che non viene tradita** ...ricordate gli slogan giovanili sulla rivoluzione tradita ? L'unica rivoluzione che non viene tradita è **quella dell'IO in Cristo, nei confronti dei poteri egoici !** Questa rivoluzione non sarà mai tradita che rimane permanente dentro di noi, ogni giorno, anch'io prima di venire qui , ho dovuto fare un movimento rivoluzionario ...venire qui...mettersi a parlare devo fare la mia rivoluzione.

1. **MISSIONARIETA’ carattere missionario dell'Io in Cristo**

Oltre al carattere rivoluzionario l'Io in Cristo manifesta anche il suo carattere missionario infinito.

Ogni albero in fiore mostra il carattere missionario dell'Io-Cristo. La missione è un fiorire e il nostro fiorire è un dare ! Non c'è mai forzatura, anche senza un intento volitivo .

**Dobbiamo approfondire tutte queste qualità, poco alla volta, per comprendere quali siano le nostre qualità cristiche**. Sono qualità bellissime, perché è bellissimo incarnarsi, bella è la materia, bello il nostro corpo e il mondo, perché è bello annunciare e guarire e... anche se saremo perseguitati....cosa che diamo per scontato....è bello fare questa rivoluzione : ci dà forza, vita, ci fa crescere, ci dà quella linfa vitale che ci rende uomini e fratelli.

**Sulla piccolezza dell'Ego**

A questo proposito, tutti noi abbiamo una forma mentis che tende sempre alla piccolezza, l'ego si vuole sempre impadronire della bellezza dello spirito e sminuirla, perché lui non ci arriva, povero egouccio mio, la vorrebbe controllare e dominare e a questo scopo ci contrasta con la sua diffidenza e la sua svalorizzazione : *ma cosa lo fai a fare! ...stai a casetta tua!.. basta un preghierina svelta svelta prima di dormire....* NO ! Cristo ci vuole PROFETI e RE , regali, ci vuole Forti, ci vuole Bellissimi !

A questo proposito leggiamo una poesia di...

Marianne Williamson scrittrice statunitense. Ha pubblicato dieci libri, tra cui quattro riconosciuti come New York Times # 1 best seller.[Wikipedia](http://it.wikipedia.org/wiki/Marianne_Williamson)

[**Data di nascita**](https://www.google.it/search?biw=1323&bih=565&q=marianne+williamson+data+di+nascita&stick=H4sIAAAAAAAAAOPgE-LUz9U3MDEqy0rSEstOttIvSM0vyEkFUkXF-XlWSflFeQDx5fpqJQAAAA&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwjb-Yze19bLAhVKaRQKHTQcAegQ6BMInAEoADAU)**:**8 luglio 1952 (età 63), [Houston, Texas, Stati Uniti](https://www.google.it/search?biw=1323&bih=565&q=Houston&stick=H4sIAAAAAAAAAOPgE-LUz9U3MDEqy0pS4gAxjXOM8rTEspOt9AtS8wtyUoFUUXF-nlVSflEeAFlkTzcvAAAA&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwjb-Yze19bLAhVKaRQKHTQcAegQmxMInQEoATAU) -[**Libri**](https://www.google.it/search?biw=1323&bih=565&q=marianne+williamson+libri&stick=H4sIAAAAAAAAAOPgE-LUz9U3MDEqy0rSkspOttJPys_P1k8sLcnIL7ICsYsV8vNyKgFjsd1MKQAAAA&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwjb-Yze19bLAhVKaRQKHTQcAegQ6BMIpAEoADAW)**:**[Illuminata](https://www.google.it/search?biw=1323&bih=565&q=Illuminata&stick=H4sIAAAAAAAAAOPgE-LUz9U3MDEqy0pS4gIzSwwNzA20pLKTrfST8vOz9RNLSzLyi6xA7GKF_LycSgBafTVaNQAAAA&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwjb-Yze19bLAhVKaRQKHTQcAegQmxMIpQEoATAW), [The shadow effect. Il potere del nostro lato oscuro](https://www.google.it/search?biw=1323&bih=565&q=The+shadow+effect.+Il+potere+del+nostro+lato+oscuro&stick=H4sIAAAAAAAAAOPgE-LUz9U3MDEqy0pS4tFP1zc0Ssq1KLEozNCSyk620k_Kz8_WTywtycgvsgKxixXy83IqAYM3c7o3AAAA&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwjb-Yze19bLAhVKaRQKHTQcAegQmxMIpgEoAjAW)

 **Meditazione**

*La nostra paura più profonda*

*Non è di essere inadeguati*

*La nostra paura più profonda*

*È di essere potenti*

*oltre ogni limite*

*E' la nostra luce non la nostra ombra*

*A spaventarci di più.*

*Ci domandiamo*

*chi sono io per essere brillante*

*pieno di talento, favoloso*

*In realtà chi sei tu per non esserlo?*

*Siamo figli di Dio*

*Il nostro giocare in piccolo*

*Non serve al mondo*

*Non c'è nulla di illuminato*

*Nello sminuire sé stessi*

*Cosicché gli altri non si sentano*

*Insicuri intorno a noi.*

*Siamo tutti nati per risplendere*

*Come fanno i bambini*

*Siamo nati per rendere manifesta*

*La gloria di Dio che è dentro di noi*

*Non solo in alcuni di noi*

*È in ognuno di noi !*

*E quando permettiamo*

*alla nostra luce di risplendere*

*inconsapevolmente diamo agli altri*

*la possibilità di fare lo stesso*

*e quando ci liberiamo*

*dalle nostre paure*

*la nostra presenza*

*automaticamente*

*libera gli altri .*

**Condivisione tra i partecipanti**

**Passiamo ora a condividere l'esercizio della lettera con qualche parola di consolazione, per scoprire le nostre qualità nell'Io in Cristo.**

L'attenzione è rivolta alla condivisione di Giulia , la quale riferisce che nell' incontro dove, ogni mercoledì, si reca a meditare sul Vangelo, ha avuto un battibecco con una compagna che nell'esprimere una sua impressione sul rischio che nel gruppo si finisca per “*parlarci sempre addosso* *e che non ci ascoltiamo”* si rivolge direttamente a Giulia dicendole : "*per esempio tu Giulia, tu ribatti sempre* ! "

Al che Giulia reagisce risentita dicendole, con dolore *" tu la devi piantare a sottolineare sempre i miei atteggiamenti* ...*anche l'altra volta mi hai fatto così ! "*

**Quale rabbia ? Quale paura sottostante ?**

Ripensando a questo episodio, Giulia si chiede ora, esercitando il suo Io in conversione : *non so perché ho avuto questa reazione !* *Perchè mi sono arrabbiata ? Quale la mia paura ?*

*La paura è che .....allora io non cammino ! Allora io ricado sempre ....voglio sempre prevalere...allora io sono sempre una di potere....è una grande desolazione...non ce la faccio !*

**Chiara si fa prossima a Giulia e l'aiuta a restare su quella sua parte impaurita** che pare non ce la fa *...Non ce la fa ? - chiede Chiara- ..cosa hai scritto, nella tua letterina alla tua parte impaurita?*

**La letterina di Giulia :**

Giulia **,** *non temere, tu stai cambiando, lo vuoi fortemente, certi automatismi ti ritornano sempre, accetta, non ti deprimere, l'altro ti vuole bene ! Conosce il tuo cuore e i tuoi limiti, forse desideravi che ti venisse detto in modo più dolce ...ti sei sentita ferita ..stai imparando che è importante imparare il modo di come parlare e questo lo stai facendo con i tuoi figli...sai anche tacere ....*

**Chiara invita Giulia a leggere e rileggere l'inizio della sua lettera..**

Giulia rilegge con emozione *: Non temere, tu stai cambiando, lo vuoi fortemente* ...

*Rileggitele...*le suggeris*c*eChiara

Giulia rilegge con più emozione e partecipazione

*Non temere... tu stai cambiando....lo vuoi fortemente...accettati non ti deprimere l'altro ti vuole bene! Conosce il tuo cuore.*

Chiara insiste perché rilegga quelle parole che –evidenzia - sono la sua parte divina e gli ha messo persino le virgole e i punti al posto giusto...

*Giulia, non temere, tu stai cambiando, lo vuoi fortemente*

Chiara accarezza Giulia e commenta *:*

*qui sembra che le qualità spirituali che emergono in te, sia una grande capacità di consolare, perché la tua lettera inizia subito con NON TEMERE che è la prima cosa da fare per bloccare quel pianto di paura che ci rende impermeabili a qualsiasi cosa, perché la paura ci blocca tutti i neuroni, quando siamo nel panico non riusciamo a fare niente e allora la prima cosa che la tua parte Cristo ti dice è : non temere, togliendoti da quel panico annebbiatorio totale e dal dolore rabbioso,*

*TU STAI CAMBIANDO , qui ti sa valutare , ti sa amare , ti sa accettare , e dici che l'altro ti conosce ..questo ALTRO è anche la tua parte più cresciuta, più grande, che si prende cura di te, come dice il Salmo lui ti conosce fin dal grembo materno , conosce il tuo cuore ....ecco Giulia se tu ci rileggi l'inizio della tua lettera, mi sembra un modo bellissimo per concludere questa condivisione.....*

Giulia, tu stai cambiando, lo vuoi fortemente, accettati, non temere, conosce il tuo cuore, le tue intenzioni, i tuoi limiti*.....*

**Chiara e Giovanna, a questo punto, propongono ai partecipanti di esprimersi con le parole di consolazione che ciascuno ha individuato nel proprio esercizio teso a cogliere e sviluppare le qualità spirituali del proprio Io Cristo .**

Ecco quanto emerge da ciascuno, come voce riconosciuta capace di consolare la propria parte dolorante, offesa, spaventata :

*Sono qui con te, conosco il tuo dolore*

*Accettati, non devi pensare di essere responsabile di tutto*

*Giulia, non temere*

*Non devi avere paura perché io ti proteggerò da chi non ti ama sinceramente*

*Nulla può distruggerti se non momentaneamente in forma umana di sacra debolezza*

**Giovanna :**  **quali qualità spirituali sono emerse nelle vostre lettere ?**

Ciascuno dei presente, elenca :

*SENSIBILITA' (del bambino) –COMPASSIONE (capacità di stare vicino a chi soffre )*

*UMILTA' - TENACIA - SPERANZA –GUARIGIONE - SACRALITA' (avere fede)*

**Chiara :**  per chiudere Chiara suggerisce l'ascolto della ***canzone di Battiato, dal titolo " LA CURA " ,*** esempio di consolanti parole per prendersi cura dell'amata come anche di ogni nostra parte bisognosa del nostro amore. Qui di seguito l'indirizzo: (*clik su indirizzo - tasto ds –clik su apri collegamento ipertestuale )* <https://www.youtube.com/watch?v=_dVKzraWT3Y> .

**Preghiera di affidamento**

GIOVANNA

*Siamo nati per risplendere. Siamo nati per rendere manifesta la Gloria di Dio che è in noi.*

*Signore, concedici un grande abbandono a Te ...più ci abbandoniamo a Te Signore, più ci affidiamo a Te, più possiamo percepire la nostra grandezza...possiamo vedere già realizzate le qualità spirituali che tu ci hai donato Signore : la Speranza, la Fiducia, la Tenacia, il Coraggio, la capacità di Consolazione , la Compassione .*

*Signore guidaci verso la piena realizzazione in Te. Fa che non opponiamo resistenza alla tua opera in noi. Manda il tuo Spirito, Signore , a sanare le nostre ferite, a sciogliere i ghiacciai delle nostre difese... che l'acqua ricominci a scorrere e la nostra anima a fiorire.*

*Rendici Signore canali fluidi della tua Grazia, fa che possiamo donare Liberazione e Guarigione alle persone che incontreremo sul nostro cammino e rendici testimoni della tua Pace, Signore.*

*Fa risplendere su di noi il tuo volto, rendici testimoni di misericordia e la nostra gioia sarà piena.*

*Amen.*