

**16 dicembre 2011**

**Terzo incontro**



**Introduzione**



Ci introduciamo nella pratica di Preghiera del cuore, prendendo spunto dalle “Avventure di Pinocchio”.

Pinocchio, dopo cinque mesi di bagordi nella Città dei Balocchi con Lucignolo, un giorno si sveglia e si trova grandi orecchie da somaro.

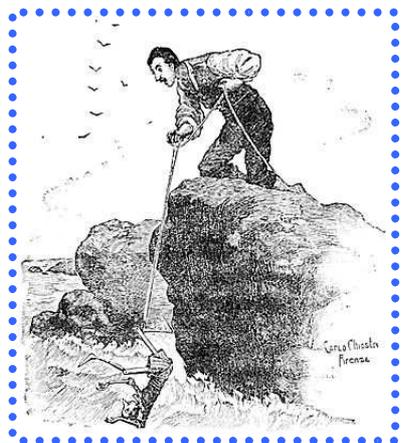
Come ciuchino viene venduto a un circo, dove ogni sera si esibisce con discreto successo.



Una sera, mentre gli spettatori applaudono e ridono, Pinocchio vede fra il pubblico la Fatina, inciampa, cade e rimane azzoppato. Quando il veterinario lo visita, dichiara che sarebbe rimasto zoppo per tutta la vita.

Il padrone del circo, allora, lo vende a uno scortichino, che con la pelle dell’asino vuole fare un tamburo per la banda musicale del paese.

Il compratore, appena pagati i 20 soldi, conduce il ciuchino sulla riva del mare, gli mette un sasso al collo e lo lega per una zampa con una corda, che tiene in mano. Gli dà uno spintone e lo getta nell’acqua, dove rimane per **50 minuti**. Dopo 50 minuti, il compratore comincia a tirare la fune e, invece di un ciuchino, vede apparire a fior d’acqua un burattino vivo.





Mentre il ciuchino era in acqua, i pesci gli hanno mangiato la pelle, la carne ed è rimasto solo burattino.

Il burattino fugge in acqua, viene inghiottito dal pescecane, nel quale incontra Geppetto.

Geppetto e Pinocchio riescono ad uscire dalla bocca del pescecane e a mettersi in salvo.

Dopo cinque mesi di buona condotta, con un atto di

generosità, il burattino diventa un ragazzo.

Questa è la Storia di Pinocchio, che è un libro ispirato e il più venduto nel mondo, dopo la Bibbia. Contiene il messaggio evangelico.

Anche noi, da burattini che siamo, dobbiamo diventare persone libere, uomini.



Il burattino ha un padre falegname.

Anche Gesù aveva un padre falegname.

Nella famiglia di Pinocchio, come in quella di Gesù, ci sono tante analogie, che vedremo un'altra volta.

Questa sera, per la Preghiera del cuore, a noi interessano questi **50 minuti**, durante i quali Pinocchio sta sott'acqua, mentre gli vengono tolte la pelle di somaro e la carne.

Il messaggio per noi: quei 50 minuti sono il tempo della Preghiera del cuore. La Preghiera del cuore, per dare frutto, si deve svolgere almeno in 50 minuti.

Il problema per noi anime, che viviamo in un corpo, è quello di disattivare tutti i messaggi che ci dà il corpo. Per andare oltre il corpo, dobbiamo vegliare, come ha detto Gesù, almeno un'ora.

Noi facciamo nella pratica 50 minuti effettivi, rimanendo in immersione, senza contare il tempo dell'inizio e della fine, che completa l'ora.

Noi rimaniamo in immersione nel grande Cuore di Dio. La Preghiera del cuore può essere praticata anche in acqua. Altre pratiche di respirazione sono nate proprio in acqua.



Leonard Orr, un americano depresso, ha cominciato a respirare in acqua calda, dieci anni dopo la laurea, e lì ha avuto un'esperienza oltre i sensi. Da lì ha cambiato la sua vita ed è diventato il fondatore del Rebirthing, l'arte del respiro consapevole.

Se respiriamo 50 minuti nell'acqua, si attivano quelle sensazioni, che noi abbiamo avuto nel grembo materno. Noi siamo stati nove mesi immersi nell'acqua nel grembo della mamma e abbiamo assorbito tutte le emozioni materne, quelle emozioni, che non sappiamo spiegare. Nella vita intrauterina, registriamo queste emozioni sulla nostra pelle, che non vengono registrate dalla nostra mente, perché ancora non è attiva. Ci sono stati d'animo, che non comprendiamo, specialmente le paure.

La Preghiera e questo cammino non è una volta per tutte. Il respiro viene fatto continuamente. Nel nostro vivere abbiamo tante foglie morte, tanti rami secchi che cadono e hanno bisogno di essere spazzati via dal respiro.



In questi 50 minuti, durante i quali ci immergiamo nel cuore di Dio, c'è questa pulitura.

Noi dobbiamo tornare all'essenziale, invece siamo dominati dalla mente.

Un esempio:

guardo oltre la siepe e vedo un bambino di due anni che gioca.

Dovrei fermarmi qui, ma la mente emette un giudizio.

\* Vedo quel bambino e dico: - Guarda che mamma sconsiderata, lascia solo il bambino, che può cadere, può essere rapito....-

Il mio atteggiamento verso questa mamma è di **rabbia**.

\*Vedo il bambino e dico: - Poverette, è solo, non ha compagni...-

Entro nella **tristezza**.

\* Vedo il bambino e dico: - Guarda che mamma fantastica, gli lascia autonomia, perché deve crescere. Sicuramente sta guardando da dietro la finestra. Che brava mamma!-

Entro nella **gioia**.

Noi emettiamo giudizi. Se apparteniamo al popolo della lode, emettiamo giudizi buoni, altrimenti giudizi negativi. Questo, perché viviamo nella mente. Noi dovremmo guardare e basta.

Questa pratica di Preghiera, di respiro, di silenzio ci aiuta a sospendere il giudizio e ad osservare l'evento, senza giudicare.



I problemi, che ci sono nelle famiglie, nei gruppi, nelle aggregazioni, sorgono perché ciascuno vede il problema e lo giudica, secondo il proprio vissuto.

Chi pratica la Preghiera del cuore, gradatamente, entra nel qui e ora. Per giungere a questa fase, dovremmo togliere la pelle di somaro, che ci impedisce di non giudicare.

Il **Conte di Montecristo**, per evadere si è finto morto; è stato messo in un sacco e buttato in mare. Si toglie il sacco ed esce. Questa è un'altra immagine.

Dovremmo tirarci fuori da questo corpo, da questa mente, che ci porta a un giudizio continuo.

**Gesù** nel Battesimo si è immerso nell'acqua ed è uscito, come uomo nuovo.

**Giona**, non volendo fare la volontà di Dio, viene inghiottito da un grosso pesce; lì sente la voce del Padre e viene ributtato fuori. Cambia e inizia la predicazione.





L'altro esempio è quello di **Giobbe**, un uomo buono, che invita i figli a pranzo, quei figli, che non hanno nome, perché Giobbe non permette loro di crescere. Giobbe viene colpito da una piaga maligna *dalla pianta dei piedi alla cima del capo* (**Giobbe 2, 7**) per togliere la pelle. **Giobbe 19, 26:** *Dopo che questa mia pelle sarà distrutta, senza la mia carne, vedrò Dio.*

Il cammino di Giobbe è un cammino doloroso: perde i figli e poi li ritrova, perde i suoi averi e poi ne ritrova il doppio; è un cammino doloroso di spogliamento, di togliersi la pelle.

Il cammino, che noi facciamo con la Preghiera del cuore, porta a galla quello che abbiamo represso. I dolori, che mettiamo da parte, vengono scontati. Se non sono consapevolizzati, se la rabbia non viene portata fuori, diventano malattia; l'unico modo, per portarli fuori è proprio la Preghiera del cuore, che porta a galla quello che c'è nel fondo. Tutti noi abbiamo dolori, messi da parte, che dobbiamo espettorare.

Per fare esperienza di Dio, dobbiamo togliere tutti i rami secchi, le foglie avvizzite, presenti nel condotto del nostro cuore.

Benedetto il Signore, perché abbiamo la possibilità di praticare la Preghiera del cuore.

Ci mettiamo alla Presenza del Signore, per vivere questa pratica di silenzio, scendendo nella stanza tonda

\* attraverso la discesa dei gradini colorati di rosso, arancione, giallo, verde, azzurro, viola e bianco;

\* percorriamo una strada, che ci porta a un pontile;

\* saliamo su un'imbarcazione, che ci porta in un'isola;

\* qui c'è una grotta con due rampe di scale, che salgono fino a una porta;

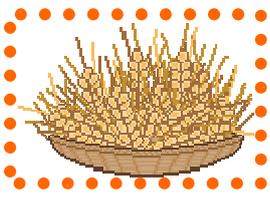
\* la apriamo e ci troviamo nella stanza tonda, dove dobbiamo collocarci al centro;

\* se vogliamo, possiamo chiamare qualcuno, premendo il pulsante dell'ascensore.

Se abbiamo chiamato qualcuno, al termine della pratica lo congediamo e lo salutiamo.



## PAROLA DEL SIGNORE



**Giovanni 8, 9.11:** *Rimase soltanto Gesù e la donna che era là in mezzo. Gesù si alzò e le disse: - Dove sono andati? Nessuno ti ha condannata?- La donna rispose: - Nessuno, Signore!- Gesù disse: - Neppure io ti condanno. Vai e d'ora in poi non peccherai più.-*



Ti ringraziamo, Signore Gesù, perché abbiamo parlato di giudizio. Ci inviti, non soltanto a non giudicare situazioni e persone, ma ci inviti anche a non giudicare noi stessi. Avendo incontrato te, Signore, noi non pecchiamo più, perché il peccato è direzione sbagliata di vita. Se incontriamo te, Gesù, non pecchiamo più, perché seguiamo te. Potremo commettere mancanze, sbagli, infrazioni a una legge, ma non peccare. Ti ringraziamo, Signore, perché non ci condanni e ci inviti a non condannare noi stessi, a non crederci somari o burattini, ma persone libere, figli del Re.  
Grazie, Signore Gesù!

