

OLTRE

gli orizzonti dello Spirito



*Foglio di informazione della fraternità
Nostra Signora del Sacro Cuore di Gesù - Oleggio -
Maggio 2009*

GIORNATA DI PENTECOSTE... e dintorni

Lodiamo il Signore per le Sue meraviglie e per quanto ci concede di vivere!

È Pentecoste, la Festa dello Spirito Santo, unico fondatore del Rinnovamento Carismatico Cattolico. Per il terzo anno consecutivo, con il patrocinio dell'Iniziativa di Comunione nel Rinnovamento Carismatico Cattolico, la Fraternità Nostra Signora del Sacro Cuore di Gesù organizza un'intera giornata di Evangelizzazione. Il luogo designato è il Palazzetto dello Sport "Dal Lago", situato a Novara in Viale Kennedy.

Dalle 9.00 del mattino cominceremo a lodare e benedire il Signore per le meraviglie che già abbiamo visto e per quelle ancora più grandi che siamo certi di sperimentare in futuro. A questo evento, aperto a tutti coloro che il Signore chiamerà, sono state invitate tutte le Comunità dell'Italia del nord aderenti all'Iniziativa di Comunione. Contemporaneamente convocazioni simili si terranno nel centro e nel sud Italia.

La prima parte della giornata sarà caratterizzata da Preghiera di Lode, saluto della Coordinatrice Nazionale, Rosalba Franchi, e mistagogia dell'unzione con preghiera per le persone presenti. Nel pomeriggio sarà la volta dell'Eucaristia di Evangelizzazione con intercessione per i sofferenti, celebrata da P. Giuseppe Galliano m.s.c e animata dai membri della Fraternità Nostra Signora del Sacro Cuore.

Già ringraziamo il Signore per l'opportunità che ci dà di celebrarlo in un luogo insolito, come può esserlo un palazzetto dello sport, occasione per dimostrare al mondo che Gesù attira le folle e le riempie di vita, più di quanto possano fare un evento sportivo o un concerto rock.

Giornata di grande festa nello Spirito Santo è stata anche domenica 29 marzo, momento in cui si è conclusa la XIV edizione del Seminario per l'Effusione, animata dalla Fraternità Nostra Signora del Sacro Cuore di Gesù. Il corso esperienziale, alla scoperta delle meraviglie concrete che lo Spirito Santo opera in chi abbassa le proprie difese e lascia fare a Lui con fiducia, si è svolto per sette sabati pomeriggio presso il Santuario della Beata Vergine Assunta di Loreto, frazione di Oleggio. Ha avuto il suo epilogo con una giornata di ritiro, tenutasi presso la Casa della Gioventù di Oleggio, durante la quale centotrentacinque persone hanno ricevuto la Preghiera di Effusione, da parte di fratelli e sorelle "anziani" nel cammino, attenti a risvegliare i carismi, doni di grazia dati in forma diversa a tutti, per l'utilità comune, e a "sollecitare" grazie particolari, che contribuiscono a rendere più bella la vita di ogni giorno.

Il Signore, che sempre è fedele alla Sua Parola, è stato presente e generoso con il suo popolo al quale ha elargito, con abbondanza, doni e benedizioni. In realtà, i frutti del Seminario non si esauriscono in una sola giornata, ma si sviluppano e si moltiplicano nei tempi successivi. L'Effusione non è certamente un punto di arrivo, al contrario, si tratta di una nuova partenza! Arricchiti della consapevolezza che il nostro Signore si fida di noi e ci responsabilizza, affinché collaboriamo alla diffusione del Suo Regno, e, nello stesso tempo, ci vuole liberi e felici, siamo portati a scegliere di metterlo "al centro" vivendo alla Sua presenza ogni impegno, ogni Amore, ogni decisione, ogni gioia, ogni dolore... In questo modo, tutto viene trasfigurato dalla potenza del Suo Spirito e *"concorre al bene di coloro che lo amano"*. Così facendo, la nostra vita non potrà che essere una festa in cui ogni evento sarà motivo di lode e di ringraziamento per suggellare una gioia o una grazia o per combattere contro gli spiriti dell'aria, che si incarnano in persone e situazioni, sui quali già abbiamo la vittoria, *"in virtù di Colui che ci ha salvati"*.



Il CD con i canti del coro della
Fraternità Nostra Signora del Sacro
Cuore di Gesù sono disponibili presso:

Anna 348-4143829

Durante l'Eucaristia conclusiva, presso la Chiesa di Loreto, ai presenti, è stato consegnato un paio di scarpine, tutte diverse per foggia e colore. Ciò a significare che tutti siamo in cammino, nessuno è arrivato! Tutti siamo compagni di viaggio e ci dirigiamo verso un'unica meta: diventare Figlio dell'Uomo, come Gesù, che, sempre, ha dato risposte d'Amore e ha proposto di imitarlo nel servizio disinteressato e gratuito ai fratelli. Ognuno è invitato, però, a seguire un cammino personale, a trovare un modo unico e originale per percorrere la via della Santità: non ci sono modelli umani da imitare, l'unico a cui guardare è Gesù!

Venerdì 1° maggio, dalle ore 19.30, presso l'Hotel S. Giovanni di Cressa, si è tenuta una serata mangereccia e danzante, per festeggiare la fine del corso. Anche questo è stato un modo per imitare Gesù, che amava stare a tavola con i propri amici e partecipare ai matrimoni che, ai suoi tempi, si svolgevano con tanto di *animatori della festa*, che contribuivano a tenere allegri gli invitati, anche facendoli danzare.

Terminata la XIV edizione, già si pensa al Seminario del prossimo anno, che avrà inizio nel gennaio del

2010. Lo Spirito Santo sta suggerendo di concedere la ri-Effusione a coloro che l'hanno ricevuta negli anni

'90 o agli inizi del nuovo secolo. Tutti siamo invitati a pregare perché questa intuizione spirituale diventi realtà e si possa organizzare in modo efficace, non tralasciando di accogliere nel corso anche gli eventuali nuovi fratelli che vorranno ricevere, per la prima volta, la preghiera di Effusione.

Per un'esperienza che costituisce una vera e propria full immersion nello Spirito Santo, inoltre, sono ancora aperte le iscrizioni per la settimana di ritiro, che si svolgerà tra il 23 e il 29 agosto prossimi, presso l'hotel Planibel di La Thuile (Aosta). Chi desideri parteciparvi, può iscriversi presso i responsabili dei diversi gruppi di appartenenza o telefonare ai numeri pubblicati su questo Foglio di informazione per ricevere ulteriori dettagli.

Lode al Signore per ogni cosa! Alleluia!

Francesca

IL GRANELLO DI SENAPA

Questa rubrica raccoglie piccoli contributi, brevi racconti, testimonianze di persone che raccontano ciò che il Signore ha operato nella loro vita, come è avvenuta la loro conversione, l'incontro con una persona "importante", la partecipazione a un evento particolare o altri episodi significativi della loro vita spirituale. Se desideri proclamare le meraviglie che il Signore ha operato in te, questo spazio è a tua disposizione.

Lodo e benedico il Signore per quanto ha operato per me nel corso della mia vita, in particolare in questi ultimi mesi.

Frequento le Eucaristie di Evangelizzazione con intercessione per i sofferenti che si celebrano a Roma presso il Santuario Nostra signora del Sacro Cuore di Gesù a Piazza Navona. Nel corso delle celebrazioni chiedevo al Signore che facesse in modo che il glaucoma all'occhio destro, a causa del quale soffro da trent'anni, non peggiorasse. In realtà, negli ultimi mesi, la mia malattia subì un brusco peggioramento. In un primo momento credetti che fosse inutile continuare a chiedere aiuto al Signore, poi mi ricordai che nel Vangelo si dice: "*Chiedete e riceverete, cercate e troverete, bussate e la porta vi sarà aperta*". Insistetti e feci bene!

L'intervento chirurgico per l'eliminazione della cataratta andò nel migliore dei modi, benché le condizioni del mio occhio comportassero difficoltà per il chirurgo e possibili complicazioni post operatorie. Ora vedo meglio, grazie al cristallino artificiale, e non ho più bisogno di mettere la lente a contatto con l'occhio miope.

C'è stata poi un'altra apparente delusione: invece di migliorare o addirittura guarire, come succede ad alcuni pazienti dopo la rimozione della cataratta, si è prospettato per me un secondo intervento mirato all'eliminazione del glaucoma.

Il chirurgo avrebbe potuto fare già un intervento doppio la prima volta e io ho pensato che avesse commesso un errore. In realtà mi sbagliavo perché il prossimo intervento sarà fatto a glaucoma stabilizzato, dunque in maniera più mirata.

Benché la mia storia non sia ancora conclusa, posso testimoniare di aver sperimentato alcune cose importanti. Ho fatto esperienza della forza che il Signore infonde a chi si affida a Lui per affrontare i momenti duri della vita, come quelli segnati dalla malattia. Egli, prima ancora di prendersi cura dei nostri corpi, si dedica alle nostre anime.

Ho compreso che, quando chiediamo aiuto al Signore, non dobbiamo avere la pretesa di suggerirgli che cosa deve fare: l'importante è il risultato, non il modo in cui arriviamo alla risoluzione del problema. Una guarigione può avvenire miracolosamente, sovvertendo le leggi della natura, ma anche cogliendo una serie di circostanze, che individuano un percorso di guarigione davvero "fortunato" (nel mio caso molte cose potevano andare male!). Anche i momenti di stasi e di difficoltà si rivelano, con il senno di poi, provvidenziali: può accadere che, prima di guarire, una malattia tenda a peggiorare. Lode a Gesù!

Claudio

Caro fratello, cara sorella,

questo che stai leggendo è il foglio di informazione della fraternità *Nostra Signora del Sacro Cuore di Gesù*. È stampato all'unico scopo di evangelizzazione, per questo non costa nulla. Prendi pure quante copie desideri per conoscenti o familiari. Se lo desideri puoi fare un abbonamento: per un anno ti sarà spedito a casa gratuitamente, anche in più copie. Se vuoi aiutarci a sostenere le spese postali puoi fare liberamente un'offerta sul ccp 84548627 intestato a Piantanida M.G. e Ferazza F.

Per informazioni chiedi al tavolino dei giornalini all'entrata della chiesa o a Vanna (0321-93601).

CHI SIAMO? DAL SEME... I FRUTTI!

Il gruppo di preghiera “**Nostra Signora del Sacro Cuore di Gesù**” di Oleggio è nato il 7 dicembre 1993 nella sala del Gruppo Missionario della parrocchia dei SS Pietro e Paolo, poco dopo il trasferimento a Oleggio, in qualità di assistente dell’oratorio, di padre Giuseppe Galliano msc, già animatore di cenacoli di preghiera di taglio Carismatico a Roma. Erano in dodici e, quella sera, decisero di cominciare a pregare in modo “alternativo”, facendo conoscenza dello Spirito Santo, personaggio enigmatico e affascinante.

Nel giro di poco, il nucleo originario divenne così numeroso da doversi trasferire, prima nel vicino oratorio di Santa Croce, poi presso l’adiacente Auditorium della Casa della Gioventù. In seguito, anche quest’ultimo si è rivelato insufficiente a contenere tutte le persone che vi confluivano; ora l’incontro di preghiera si svolge presso la Chiesa Parrocchiale dei SS. Pietro e Paolo tutti i martedì dalle 21 alle 22.30 e vi prendono parte alcune centinaia di persone.

Nell’agosto del 1995 il gruppo ricevette la graditissima visita di **padre Emiliano Tardif msc** che, essendo confratello di padre Giuseppe, accettò con gioia l’invito ad animare un pomeriggio di Evangelizzazione nella nostra parrocchia. Padre Tardif, in quell’occasione, prevede che il piccolo cenacolo di preghiera sarebbe diventato una grande Comunità, punto di riferimento per tante persone alla ricerca di Dio...

In effetti, nell’autunno dello stesso anno, a Oleggio presero avvio le **Eucaristie di Evangelizzazione con intercessione per i sofferenti**, una domenica pomeriggio al mese. Queste richiamano tante persone di Oleggio e del circondario, provenienti, soprattutto, dalla vicina Lombardia, ma anche da zone più lontane, alla ricerca di consolazione, guarigione, liberazione, di qualcosa di vero in cui credere... Oltre a questo, in tanti hanno cominciato a prodigarsi offrendo il loro servizio (canto, animazione, accoglienza dei malati, redazione del giornalino Oltre, organizzazione...) per la buona riuscita di queste celebrazioni.

Dal 2007, ogni mese, P. Giuseppe celebra un’ Eucaristia di Evangelizzazione con intercessione per i sofferenti presso il Santuario Nostra Signora del Sacro Cuore di Gesù, che si trova a Roma in Piazza Navona.

Nel 1995 ebbe inizio anche il **Seminario per l’Effusione dello Spirito Santo**, non tanto un corso per imparare qualcosa in più sullo Spirito Santo, ma un’occasione, per sperimentarne la forza e la bellezza, che si chiude con una preghiera per riattivare i “carismi”, doni di grazia dati ad ognuno per l’utilità comune. Il Seminario si tiene ogni anno, per otto settimane consecutive, e accoglie oltre 100 iscritti alla volta, oltre ai loro padrini e madrine, cioè quanti hanno già fatto questa esperienza e “accompagnano” gli effusionandi nel cammino, e agli uditori (chi partecipa ugualmente pur avendo già ricevuto la preghiera di Effusione). Nel 2009 il seminario si è svolto per la quattordicesima volta e si è concluso domenica 29 marzo.

All’inizio del 1996 il “gruppo” è diventato **Fraternità Nostra Signora del Sacro Cuore di Gesù** e si è proposto di vivere il cammino carismatico approfondendo, nello stesso tempo, la spiritualità propria dei Missionari del Sacro Cuore, i Padri che operano nella parrocchia di Oleggio. Tale spiritualità guarda alla misericordia e alle grazie che scaturiscono dal Cuore di Gesù e invita ad essere Amore e a portare agli altri lo stesso Amore che il Padre ha per i suoi figli.

“Come Gesù siamo mandati nel mondo per proclamare la Buona Novella di un Dio che è Padre, il quale rivela la sua sollecitudine per i poveri e i sofferenti; e comunicandoci il suo amore, dà un senso alla vita umana”. (Costituzioni m.s.c. n°20)

Nell’agosto dello stesso anno, la Fraternità ha dato inizio alle **Settimane di Evangelizzazione**, che si sono svolte, fino al 2007, annualmente, a **Lozio** (BS) presso la Casa della Sapienza e che, dal 2008, si tengono presso l’hotel Planibel di La Thuile (Aosta). Questa grande struttura può ospitare fino a mille persone e permette di soddisfare le tante richieste di partecipazione che giungono da ogni parte d’ Italia. La prossima estate, la Fraternità si recherà

Quest’estate vieni in vacanza con Gesù!

Iscriviti alla “**Settimana di Spiritualità**” organizzata dalla **Fraternità Nostra Signora del Sacro Cuore di Gesù** dal 23 al 29 Agosto 2009 a La Thuile (AO): puoi avere le notizie principali e la scheda di iscrizione presso il Responsabile del tuo gruppo.

Informazioni: Francesca (338-3139118), Vanna (0321-93601), Daniela (334-2542073), Giusy (338-2725511).

Thuile dal 23 al 29 agosto: tutti sono invitati a prendere parte a questo evento (informazioni dettagliate sul sito www.nostrasignoradelsacrocuore.it)

Gli esercizi sono predicati da padre Giuseppe, animati dai membri del Pastorale e dalla corale della Fraternità. Sono occasioni per vivere una “full immersion” di preghiera (di lode, di silenzio, di adorazione, del rosario...), di canto, di mistagogie, di condivisione...

La Fraternità aderisce all’*Iniziativa di Comunione nel Rinnovamento Carismatico Cattolico* e, in ottobre, partecipa al Convegno di Fiuggi. Rosalba Franchi, vice responsabile della Fraternità di Oleggio è stata eletta, per l’anno 2009, Coordinatrice Nazionale dell’ Iniziativa; a Daniela Giorla, della Fraternità di Novara, per il 2009 è stato affidato il Ministero di animazione della preghiera di guarigione e di liberazione. Il XIV Convegno dell’ Iniziativa di Comunione si terrà dal 23 al 25 ottobre 2009. La Fraternità partirà alla volta di Fiuggi nella mattinata di giovedì 22 ottobre.

Dal 2007, il giorno di Pentecoste, in cui si festeggia lo Spirito Santo, fondatore del Movimento Carismatico, le Comunità dell’ Italia Settentrionale aderenti all’ iniziativa di Comunione, si riuniscono presso un Palasport per vivere insieme una giornata di Evangelizzazione, organizzata dalla Fraternità. Nel 2007 e 2008 la giornata si è svolta presso il PalAmico di Castelletto Ticino (No), per il 2009 l’appuntamento è per domenica 31 maggio, a partire dalle ore 9.00, presso il Palazzetto dello Sport di Viale Kennedy a Novara .

Nell’ottobre del 1997 è stato stampato il primo numero del foglio d’informazione *Oltre -gli orizzonti dello Spirito-* che è arrivato all’ undicesimo anno di pubblicazione e ha una tiratura mensile di circa 2500 copie. È stampato in proprio e contiene sempre una catechesi, diversi articoli scritti da membri del Pastorale (e non), le testimonianze di ciò che Gesù ha compiuto durante le messe e i seminari, oltre ai numeri di telefono e a informazioni utili riguardanti la Fraternità. È inoltre possibile leggere tutto questo anche on-line sul nostro sito www.nostrasignoradelsacrocuore.it.

Nel corso degli anni la Fraternità si è allargata e sono sorti numerosi **gruppi di preghiera** che si riuniscono settimanalmente per lodare il Signore: oltre che a **Oleggio** il martedì e a **Novara** il mercoledì, ce ne sono altri a **Gallarate** (VA), **Marano Ticino** (NO), **Villata** (VC), **Barengo** (NO), **Cossato** (BI), **Sandigliano** (BI), **Saronno** (MI), **Bisuschio** (VA), **Biandronno** (VA), **Busto Arsizio** (VA), **Sesto Calende** (VA), **Legnano** (MI), **Somma Lombardo** (VA) **Turbigo** (MI), **Milano** e **Roma**. A questi si aggiungono vari cenacoli, nati all’interno delle diverse parrocchie, che si riuniscono in casa, al fine di intercedere per le tante intenzioni raccolte durante le Eucaristie di Evangelizzazione, segnalate via internet o ai vari numeri di telefono pubblicati su Oltre.

La Fraternità ha come assistente spirituale **padre Giuseppe Galliano** ed è guidata dal **Pastorale Congiunto**, che riunisce i membri dei Pastorali dei gruppi di **Oleggio**, **Novara** e **Gallarate**, oltre ai responsabili di quelli più piccoli. Il rinnovo dei Pastorali, che restano in carica per un triennio, è previsto per l’ottobre del 2009.

Noi ringraziamo il Signore per quanto ci permette di fare, lo lodiamo per averci chiamati a lavorare nella sua vigna e lo preghiamo, insieme a Iabez, personaggio del libro delle Cronache (I Cr. 4,10) in questo modo:

*“Benedicici, Signore, ti preghiamo,
concedici terreni sempre più vasti,
posa la Tua mano sul nostro capo
e allontana da noi disgrazie e dolori”*

E noi sappiamo che il Signore sempre concede quanto gli chiediamo, al di là di ogni nostra aspettativa!

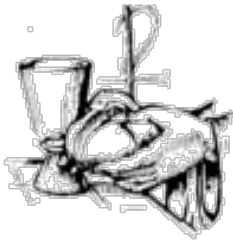
Francesca Ferazza
Responsabile Fraternità Nostra Signora del Sacro Cuore di Gesù - Oleggio

Padre Giuseppe Galliano confessa il martedì, dalle 9 alle 12, in chiesa parrocchiale. Per conferma è possibile telefonare al numero 339-3929439 o visitare il nostro sito internet www.nostrasignoradelsacrocuore.it. Si raccomanda di **NON telefonare in parrocchia. Lettere e testimonianze possono essere inviate a questo indirizzo:**

padre Giuseppe Galliano msc - piazza Bertotti, 1 - 28047 Oleggio (NO)

Oppure via posta elettronica:

Info@nostrasignoradelsacrocuore.it



EUCARISTIA DI INTERCESSIONE PER I SOFFERENTI

Novara – 3 Aprile 2009

Lecture: Rut 1, 1-22 - Salmo 18 (17)

Dal Vangelo secondo Matteo 13, 44-46

Il regno dei cieli è simile a un tesoro nascosto in un campo; un uomo lo trova e lo nasconde di nuovo, poi va, pieno di gioia, e vende tutti i suoi averi e compra quel campo. Il regno dei cieli è simile a un mercante che va in cerca di perle preziose; trovata una perla di grande valore, va, vende tutti i suoi averi e la compra.

IL TUO DIO SARÀ IL MIO DIO

Lode! Lode! Lode! Amen! Alleluia! Gloria al Signore, sempre! Ringraziamo il Signore per la scorsa domenica, giornata in cui circa 135 persone hanno ricevuto la Preghiera di Effusione.

Questa Omelia è proprio frutto della bella giornata di Effusione, durante la quale il Signore ha manifestato la sua potenza e il suo Amore a tutti i presenti. La sera pensavo che sarebbe stato bello pubblicizzare questo evento così importante anche fuori dall' "ambiente Fraternità". Dopo aver fatto la Preghiera del Cuore, il Signore mi ha dato una Parola, che mi ha fatto sobbalzare: Rut 1, 6: "Noemi sentì dire che il Signore aveva visitato il suo popolo, aveva portato pane a Betlemme". Noemi, quindi, ha pensato di ritornare alla Casa del Pane. Ho capito che tutte le persone, che domenica hanno mangiato il Pane della Parola e quello dello Spirito, ora dicono: - Guardate che nella Fraternità ci sono il Pane, lo Spirito, il Signore vivo.- Queste sono la vera evangelizzazione, pubblicità e gloria, che diamo al Signore, al di là di pubblicizzare un evento attraverso un giornale "mondano".

Un libro breve, ma sovversivo

Ho cominciato ad ascoltare e a leggere il libro di Rut, testo, che sembra innocente, in realtà, è molto difficile e sovversivo. È ambientato nel 587 a.C.: Gerusalemme viene distrutta e c'è il primo grande esilio, la prima *shoà* del popolo ebraico, che viene deportato a Babilonia: sono i 70 anni della "Cattività Babilonese". A Gerusalemme rimangono solo i bambini, i vecchi e le donne meno piacenti, che si disperdono in tutta la Giudea. Durante questi 70 anni in Babilonia, viene redatto il *Pentateuco*, i primi cinque libri della Legge: *Genesi, Esodo, Levitico, Numeri e Deuteronomio*. Gli Israeliti, per non perdere la loro identità, mettono per iscritto quello che era stato tramandato oralmente.

Quando Babilonia viene soppressa dall'Impero Persiano, il Re Ciro, molto lungimirante, con l'Editto del 538 a.C., permette agli Israeliti di tornare nelle proprie terre. Gli Ebrei cominciano, alla spicciolata, a tornare in Giudea e trovano una situazione molto diversa da quella che avevano lasciato. Le persone

rimaste avevano contratto *matrimoni misti*, sposandosi con persone delle popolazioni vicine.

Intorno al 458 a. C. si assiste al grande contro esodo da Babilonia. Guidati dai preti Esdra e Neemia, gli Ebrei tornano in Giudea e desiderano ricostituire l'identità del loro popolo. Nel libro di *Neemia*, al capitolo 8, leggiamo la prima grande Liturgia della Parola. In un giorno vengono letti i cinque libri della Torà e si scopre che in Deuteronomio 23, 4 c'è scritto: "L'Ammonita e il Moabita non entreranno nella comunità del Signore; nessuno dei loro discendenti, neppure alla decima generazione, entrerà nella comunità del Signore". Leggendo la Legge, quindi, gli Ebrei scoprono che i matrimoni misti non sono buoni e stabiliscono che chi ha moglie, marito o figli non ebrei deve rimandarli indietro.

Neemia fa una specie di confessione: "In quel periodo venni a sapere che alcuni avevano sposato donne di Asdod, Ammonite e Moabite; la metà dei loro figli parlava la lingua di Asdod, conosceva soltanto la lingua di questo o questo altro popolo, non sapeva parlare giudaico. Io li rimproverai, li maledissi, ne picchiai alcuni, strappai loro i capelli e li feci giurare nel nome di Dio che non avrebbero dato le loro figlie ai figli di costoro e che non avrebbero preso come mogli le figlie di quelli per i loro figli, né per se stessi. Uno dei figli di Ioiada figlio di Eliasib, il sommo sacerdote, era genero di Sanballat, il Coronata; io lo cacciai via da me". (*Neemia 13,23-25-28*)

Il figlio di Ioiada era un prete (a quel tempo i preti si sposavano), che non aveva voluto mandare via sua moglie moabita: per questo viene cacciato e va sul monte *Garizim*, dove continua a fare il prete e costruisce un tempio. Da qui ha origine lo *Scisma della Samaria*, ancora molto sentito al tempo di Gesù. La Samaritana, infatti, chiede a Gesù quale sia il monte sul quale si debba adorare Dio: "I nostri padri hanno adorato Dio sul monte Garizim e voi dite che è Gerusalemme il luogo in cui bisogna adorare". (*Giovanni 4, 20*). Questo ci fa capire che gli scismi avvengono quando vogliamo rispettare la legge totalmente.

Le persone venivano cacciate e i dissidenti facevano circolare due libretti: quello di **Giona** e quello di **Rut**, entrambi con finali “al vetriolo”.

* **Nel Libro di Giona** il Signore invita il profeta a predicare a Ninive, dove abitano i pagani. La salvezza, dunque, non è solo per il Popolo Eletto, ma è per tutti. Il Signore dice a Giona, che si preoccupa del suo orticello, di occuparsi di coloro che hanno bisogno della salvezza.

* **Nel Libro di Rut**, alla fine, leggiamo: “*Questa è la discendenza di Perez: Perez generò Chezron; Chezron generò Ram; Ram generò Amminadab; Amminadab generò Nacson; Nacson generò Salmon; Salmon generò Booz; Booz generò Obed; Obed generò Iesse e Iesse generò Davide*”. Rut 4, 17: “*È nato un figlio a Noemi!- Essa lo chiamò Obed: egli fu il padre di Iesse, padre di Davide*”.

Si diceva di mandare via le donne moabite e, nel Libro di Rut, si evidenzia che la nonna del Re Davide era moabita. La legge, da quando è stata scritta, è stata sempre trasgredita! I Moabiti non potevano far parte del popolo di Israele, mentre il Re Davide, che è l’emblema della Monarchia del Regno di Israele, il Regno di Dio, ha una nonna moabita.

Idee contrarie alla Legge cominciano a circolare attraverso i *due libretti* che venivano letti nelle famiglie e predicati durante gli incontri di preghiera. A poco a poco, si prende coscienza dell’universalità della salvezza e in Isaia 19, 25 si legge: “*Ti benedirà il Signore degli eserciti: benedetto sia l’Egiziano, mio popolo, l’Assiro, opera delle mie mani e Israele, mia eredità*”. Con Isaia si diffonde l’idea che la salvezza è per tutti: il Popolo Eletto non è *contro tutti*, ma è *guida per tutti*. Anche noi siamo stati chiamati dal

Domenica 14 Giugno, ore 17.00

EUCARISTIA DI EVANGELIZZAZIONE CON INTERCESSIONE PER I SOFFERENTI

celebrata da p. Giuseppe Galliano msc
a Gattico (NO)

presso la chiesa parrocchiale
“SS. Cosma e Damiano” - via don Balsari

Info: 333-7862986 - 333-2230513

Signore non contro gli altri, ma per il servizio agli altri.

La famiglia di Noemi

Elimelech, che significa “Dio è l’unico Re”, è marito di Noemi. Durante la carestia, da Betlemme, si dirige verso la campagna di Moab, portando con sé la moglie

Noemi, che significa “*mia dolcezza*”, “*graziata da Dio*”, e i due figli Maclon e Chilion. I nomi sono sempre significativi di un destino: *Maclon* significa “*malattia*” e *Chilion* “*dissoluzione*”. Alla morte del padre, che era una specie di fondamentalista, i figli sposano due donne moabite, Orpa “*colei che torna indietro*” e Rut “*l’amica*”.

Quando muoiono anche i figli, Noemi, immagine della persona che continua ad avere fiducia in Dio e non si incattivisce, nonostante le disgrazie, si trova sola in un paese straniero. Sente dire che a Betlemme è tornato il pane e pensa di tornare a casa “liberando” le due nuore. Secondo la legislazione, le nuore dovevano essere attaccate alla famiglia acquisita e sposare altri eventuali figli. Noemi dice: “*...se anche avessi un marito e questa notte partorissi figli, vorreste voi aspettare che diventino grandi e vi asterreste per questo dal maritarvi?*”

Per dodici volte si ripete il termine “*tornare*”: sei volte riferito a Betlemme, sei volte riferito a Moab. Ci sono dei momenti, nella nostra vita, nei quali dobbiamo operare delle scelte: o torniamo indietro, nella terra del peccato, o andiamo avanti verso Casa del Pane: Betlemme di *Efrata*, il quartiere dove è nato Gesù.

Noemi cerca di dissuadere le nuore dal seguirla perché a Betlemme sarebbero state straniere, senza identità. “*Orpa baciò la suocera e partì*”; Rut, invece, fa una grande dichiarazione d’Amore a Noemi: “*Non chiedermi più di abbandonarti, lasciami venire con te. Dove andrai tu, verrò anch’io. Dove abiterai tu, abiterò anch’io. Il tuo popolo sarà il mio popolo, il tuo Dio sarà il mio Dio; dove morirai tu, morirò anch’io e lì sarò sepolta. Il Signore dovrà punirmi, se io ti lascerò, finché morte non ci separi*”.

L’Amore fonda la fede

I commenti più datati parlano di una grande amicizia, di un Amore al femminile, che va oltre il matrimonio. Il matrimonio era necessario perché le donne non potevano stare sole e Rut, andando in Israele, troverà Booz, un marito anziano, che la ringrazierà, per “*non essere andata in cerca di uomini giovani*”.

La cosa bella è l’Amore, che fonda la fede, non il contrario! Rut, per Amore di Noemi, dice: “**Il tuo Dio sarà il mio Dio**”. Nell’amicizia c’è bisogno di un ideale comune: Rut, per Amore di Noemi, si converte, non perché abbia capito chi sia il Dio di Israele.

Il matrimonio ha cominciato a esistere dal secondo millennio. Fino all’anno mille non si celebrava, perché era l’Amore, che fondava l’unione delle persone, non c’era bisogno di firme o di un Sacramento. Si parla tanto di matrimoni misti ma, in alcuni casi, non sono matrimoni misti anche i nostri? Due persone si sposano, perché sono cristiane battezzate, poi una va in Chiesa, l’altra no: è come se avessero fedi diverse!

In una poesia di *Dietrich Bonhoeffer* leggevo:

“*L’Amore è come il campo di grano, che dà frumento, pane, vita. L’Amicizia è come il fiordaliso nel campo di grano: non serve a niente, ma un campo di grano senza fiordaliso non è bello. Così la vita, come l’Amore, senza l’Amicizia*”.

Nella Bibbia sono presenti i tre tipi di Amore: *erào*: l'Amore erotico, *filéo*: l'Amore di amicizia; *agapào*: l'Amore gratuito: non si può partire dalla fine, è necessario andare per gradi.

Margherita di Trento e Fra Dolcino

Preparando questa Omelia, mi sono venuti in mente Margherita di Trento e Fra Dolcino, sorpresi dal vescovo Raniero degli Avogadro di Vercelli e condannati.

Margherita aveva conosciuto Fra Dolcino nel convento di Santa Caterina e lo aveva sempre seguito. Per farlo, doveva indossare abiti da uomo, perché spesso c'erano combattimenti. Deuteronomio 22, 5: *"La donna non si metterà un indumento da uomo"*. Margherita era scomunicata, ma era anche molto bella. Molti nobili le avevano chiesto di rinnegare la sua fede, per sposarla e dunque salvarla. Margherita di Trento ha risposto che amava tutto quello che amava Dolcino, quindi anche il suo Dio. Margherita di Trento è stata bruciata davanti a Fra Dolcino, al quale hanno strappato la pelle, a poco a poco. L'Amore fonda la fede, anche se non sempre è quella giusta!

Solo se si ama, si fa esperienza di Dio

L'Amore fra le persone è il fondamento e la misura della fede in Dio. Dio è un'esperienza che si può fare, solo se si ama in maniera incondizionata, come hanno fatto Rut e Margherita. Ciò che muove tutto il Libro di Rut è l'Amore fra lei e Noemi, che è posto al di sopra di ogni cosa.

Rut è anche l'immagine di Abramo: egli fa il suo esodo dalla terra pagana a quella di Israele. Abramo lo fa grazie alla rivelazione divina, Rut non ha alcuna rivelazione, se non quella dell'Amore che le parla e la guida, come la voce di Dio.

Dopo che Rut ha fatto la sua dichiarazione a Noemi, questa rimane senza parole: le due partono e rimangono in silenzio. Quando si pronuncia la Parola, non servono più parole e chiacchiere.

Ritorno a Betlemme. Chiamatemi Mara

Quando Rut e Noemi, donne bellissime, arrivano a Betlemme, Noemi dice: *"Non chiamatemi Noemi, chiamatemi Mara (tristezza), perché l'Onnipotente mi ha tanto amareggiata. Io ero partita piena e sono tornata vuota"*. In realtà, Noemi era partita vuota, perché c'era la carestia, ma piena di speranza e di aspettative e lontana dal Signore. Egli l'ha spogliata

Venerdì 19 Giugno, ore 20.30

EUCARISTIA DI EVANGELIZZAZIONE CON INTERCESSIONE PER I SOFFERENTI

celebrata da p. Giuseppe Galliano msc

a Bisuschio (VA)

chiesa di San Giorgio - via Repubblica, 22

Info: Vincenzo 329-6152832

della pienezza umana e l'ha fatta tornare vuota. Il Signore, a volte, ci spoglia, ci svuota, per riempirci di Lui. Quando ci riempiamo di quello che non è del Signore, non ci godiamo niente. Per Noemi, tornata a Betlemme, inizia una nuova vita, nel momento in cui *"era appena cominciata la raccolta dell'orzo"*.

Un richiamo alla parabola del tesoro

Dunque è l'Amore che abbiamo incontrato all'interno della Comunità, che fonda la nostra fede. Se siamo qui, questa sera, abbiamo venduto quello che potevamo fare e acquistato con il nostro tempo questa serata. Bisogna vedere, nella scala delle priorità, dove abbiamo messo il Signore. Se veramente Lo abbiamo incontrato o ne siamo attratti grazie a una sorella o un fratello, che ci ha parlato di Lui, non possiamo fare a meno di andargli incontro. Quello che ci cambia non è la nostra fede in Dio, ma il nostro Amore per i fratelli! Nell'Antico Testamento, la Legge comandava di amare Dio, di metterlo al primo posto. Gesù, invece, dice: *"Amatevi così come io ho amato voi"*. I fratelli conosceranno Dio, perché ameranno noi: ecco perché dobbiamo diventare amabili, amici... Con il nostro Amore noi facciamo conoscere Dio e Gli diamo gloria.

Si va da Gesù, perché si ha un bisogno, come ha fatto la Cananea, alla quale Gesù ha detto: *"Grande è la tua fede!"* In seguito ci si innamora del fratello, della sorella, dei canti... Diventando amabili, noi facciamo e facciamo fare esperienza di Dio ai fratelli. Ci mettiamo in piedi e cantiamo *"Dai la mano a tuo fratello"* perché questa possa diventare una Comunità di amici, di amanti, dove ci si ama l'un l'altro, si manifesta la grazia di Dio e di Lui si fa esperienza. Grazie, Signore Gesù!

P. Giuseppe Galliano msc

Seminario per l'effusione dello Spirito Santo
V incontro – 7 marzo 2009
Catechesi tenuta da padre Giuseppe Galliano msc
“LA PREGHIERA DEL CUORE”

Comunità esperienziale

La *Preghiera del cuore* è un controsenso rispetto al Movimento Carismatico, ma questa è una Comunità esperienziale e io vi posso raccontare ciò di cui ho fatto esperienza, per esempio, la preghiera del cuore. Nella Chiesa ci sono vari Movimenti: il Movimento Carismatico, che mette in risalto il canto, la lode e i carismi, il Movimento Biblico, che si dedica allo studio razionale, esistenziale, esperienziale della Parola e Comunità che vivono il silenzio, praticando la Preghiera del cuore.

La bellezza di questa Fraternità è aver inventato una nuova spiritualità che integra questi diversi elementi: carismatico, biblico, legato al silenzio.

Ho conosciuto la Preghiera del Cuore nel 1988, incontrando una persona straordinaria, un prete fantastico, che mi ha introdotto nelle sue dinamiche.

Nel 1988 ero seminarista e vivevo un momento di confusione: questo prete, con cui ho parlato dei miei dubbi e problemi, mi ha aperto le vie della vita. Mi ha portato in cappella e mi ha invitato a fare quello che faceva lui: mi ha fatto allentare la cintura, perché per una respirazione completa, addominale e toracica, la pancia non deve essere costretta, ho cominciato a respirare in modo circolare e a recitare la giaculatoria o mantra. In venti minuti, sono cadute tutte le resistenze e dubbi che avevo. Sono tornato il giorno successivo e, da quel momento, non ho più lasciato la Preghiera del Cuore.

La Preghiera del Cuore, il Movimento Carismatico, il Movimento Biblico sono tre elementi cardine, che fanno volare la mia vita. Sono come un aereo: il corpo è la Parola di Dio, un'ala è la Preghiera di lode, l'altra è la Preghiera del cuore.

Gesù e la Preghiera del cuore

Gesù pregava da solo e sappiamo che ha praticato la Preghiera del Cuore da una testimonianza diretta: quando era sulla barca, con il mare in tempesta, dormiva sul cuscino, simbolo di questa preghiera le cui onde sono quelle del sonno leggero, simili a quelle del Riposo nello Spirito. Al termine della Preghiera del cuore, Gesù ha la forza di dire al vento: - *Taci!* – Prima di agire, come avrebbero voluto gli apostoli, agitati per il mare in tempesta, potremmo fare questa Preghiera e, al termine, diremo al nostro problema: - *Calmati, gettati nel mare!* -

Per cantare, per suonare bisogna studiare esercitarsi, fare le prove: c'è bisogno di acquisire una tecnica. Anche per la Preghiera del cuore c'è una tecnica precisa. Non bisogna spaventarsi della parola “tecnica”.

L'universo interiore

La Preghiera del Cuore, comune a tutte le religioni, aiuta a modellare i pensieri e le idee dell'inconscio. C'è un universo interiore che non conosciamo: il nostro inconscio, dove dimorano pensieri positivi e negativi, che sono dentro di noi e ci influenzano. A volte, ci sentiamo aggrediti da una fitta malinconia e non sappiamo da dove venga. Quando diciamo una stessa frase a due persone, capita che una sorrida e l'altra si infuri, perché le nostre parole toccano una ferita nell'inconscio.

Il periodo di gestazione, vissuto nel grembo della mamma, il momento del parto e i primi tre anni di vita costituiscono la mappa della nostra vita in cui ci sono la parte conscia, con pensieri positivi e negativi e la parte inconscia con lo stesso tipo di pensieri. Dei nove mesi vissuti nel grembo materno abbiamo una memoria cellulare: tutte le emozioni della mamma, in bene e in male, sono state registrate dentro di noi. A volte, ci sembra di aver già vissuto certe situazioni che sono state registrate nel periodo di gestazione.

Il momento determinante della nostra esistenza è quello del parto. Al nono mese, il posto dove stavamo è diventato troppo stretto: siamo usciti abbandonando la temperatura di 38° e il mondo ovattato in cui vivevamo. Abbiamo sperimentato rabbia e senso di colpa, a causa della sofferenza della mamma, che è stata causata da noi. Uscendo, abbiamo sentito freddo, siamo stati afferrati da due mani e, dopo essere stati lavati, siamo stati messi da parte, perché le attenzioni sono state rivolte alla mamma. Noi non ci ricordiamo come abbiamo vissuto il trauma della separazione dalla mamma ma, da questo, dipende la nostra accoglienza o non accoglienza nei confronti delle situazioni della vita.

La *Preghiera del Cuore* ci porta verso questo mistero: noi cominciamo a ricordare e possiamo rivivere anche l'esperienza del parto o quella dei nove mesi nel grembo materno perché, attraverso il respiro, entriamo nelle profondità della nostra vita.

Il pensiero causativo

Il pensiero causativo ci dice che intorno a noi c'è un campo magnetico di un metro e mezzo, attraverso il quale mandiamo segnali alle persone. Il pensiero causativo ci comunica tre attività: * attirare * interpretare * causare.

Noi attiriamo le persone, che si relazionano con noi, siamo completamente responsabili delle nostre azioni e, se siamo spiritualmente forti, avvertiamo l'energia che scaturisce dall'altro, per esempio tensioni e gioie. Per confermare il pensiero che chi ci ama ci tradisce, attiriamo un partner che tenderà a farlo. Se lasciamo il

primo marito e ne scegliamo un altro, accadrà la stessa cosa. Se non è stato superato il pensiero del tradimento, troveremo sempre l'amico, il collega, il vicino di casa.... Che ci tradirà. Il pensiero causativo dice che siamo noi ad attirare le persone. Interpretiamo la realtà, perché dobbiamo convincerci di alcune situazioni presenti nella mappa della nostra vita e causiamo, cioè mettiamo in atto, atteggiamenti perché l'altro ci tradisca, ci tratti male. Dobbiamo confermare alcuni eventi.

Per superare questa mappa della vita, che abbiamo registrato durante la gestazione e i primi tre anni di vita, dobbiamo agire attraverso la Preghiera del cuore, durante la quale disattiviamo la mente, che mente, ma dalla quale dipendiamo totalmente. Durante la Preghiera del Cuore, la mente, come dice santa Teresa d'Avila, diventa come un cavallo imbrovato, o, come dicono gli Orientali, una scimmia, che salta da un ramo all'altro, per farci desistere dalla pratica.

“Conversione” significa *cambiamento di mentalità*: per attuarlo dobbiamo scendere nel profondo, non solo attraverso la Preghiera del Cuore, ma anche grazie al *Riposo nello Spirito* e alla *Preghiera in lingue*.

La Preghiera del Cuore è il momento per attivare tutto ciò che è nascosto e, per questo, pericoloso, perché può esplodere improvvisamente. È bene portare quanto è nascosto dall'inconscio al conscio, dandone un'interpretazione positiva e riequilibrandoci.

Una paura di chi inizia questa pratica è scoprire alcuni episodi della propria vita. In realtà, tutto arriva al momento opportuno: noi comprendiamo alcuni eventi della nostra vita quando siamo maturati interiormente e pronti per affrontare quel determinato evento a livello conscio.

Le nostre cellule hanno ricettori, si nutrono delle emozioni che trovano nel nostro corpo. Esse vivono da qualche ora fino a undici mesi: in un anno si rinnovano tutte.

Se ci siamo arrabbiati tanto durante l'anno, quando andremo in vacanza, dopo i primi giorni, in cui sembrerà che tutto vada bene, le cellule, che durante i mesi precedenti hanno mangiato rabbia, avranno fame di rabbia e noi cominceremo a litigare con il cameriere, il vicino d'ombrellone... :causeremo situazioni per arrabbiarci e nutrire le cellule. Siamo noi i responsabili di tutto quello che accade nella nostra vita, anche se tante cose, come il karma del nostro Albero Genealogico, non dipendono da noi. In questo caso potremo agire in modo da orientare in modo diverso la nostra esistenza. Nutrendo ogni giorno le nostre cellule con l'energia della Preghiera del Cuore, aumenterà la produzione di steroidi, antinfiammatori naturali, che innalzeranno la soglia del dolore e le endorfine, che provocano senso di benessere. Se le nostre cellule cominceranno a nutrirsi di benessere, durante il giorno si sentirà il bisogno di fermarsi, per dedicarsi alla Preghiera del Cuore.

Questo tipo di Preghiera fa bene, anche se, all'inizio, pare non dia niente. Come ci suggerisce il Vangelo: “Dai frutti li riconoscerete”. Dedicandoci a questa, vedremo quali frutti porterà in noi a lungo termine, al di là della fruizione momentanea.

Dove confluisce l'energia?

Noi abbiamo sette ruote, o chakra, nelle quali confluiscono le energie della terra e quelle dell'aria. Siamo come alberi: abbiamo radici e rami: in noi confluiscono energie, che vanno dall'attaccatura delle gambe, sede degli organi sessuali, alla sommità del capo dove, nelle immaginette dei santi, si nota l'aureola bianca, che rappresenta il chakra della corona, della santità, ovvero l'apertura alla dimensione dello Spirito.

Il chakra più basso è quello della sessualità: la respirazione circolare ci porta all'equilibrio delle passioni e alla bramacharya, la castità, alla quale tutti dobbiamo approdare per chiudere i chakra bassi e far confluire l'energia verso quelli alti, in modo da spiritualizzarci. La Preghiera del Cuore ci porta alla pace di tutti i sensi, anche quella alimentare. Molti, infatti, guariscono dall'anoressia e dalla bulimia. L'equilibrio dei vari chakra ci porta a pensare che esiste un Piano più grande da realizzare legato alla dimensione dello Spirito.

I cinque elementi

La tecnica si basa su *cinque elementi*.

1° La respirazione circolare

È una respirazione senza le pause in cui sono nascoste le nostre paure e i nostri disagi. Quando abbiamo paura, tratteniamo il respiro. Si dice che l'80% della popolazione mondiale non abbia una respirazione completa, respiri a metà: si tratta di un retaggio del parto. Anni fa, quando nasceva un bambino, veniva subito tagliato il cordone ombelicale e il piccolo doveva respirare aprendo con violenza e conseguente dolore i polmoni. Se il cordone ombelicale viene lasciato più a lungo, il bambino comincia a respirare a poco a poco e il primo respiro non è doloroso.

La respirazione deve essere *naso/naso* o *bocca/bocca*: se inspiriamo dal naso, espiriamo dal naso; se inspiriamo dalla bocca, espiriamo dalla bocca, senza fare rumore.

I ritmi respiratori, che possiamo utilizzare sono:

- * il respiro circolare profondo e lento;
- * il respiro profondo e rapido;
- * il respiro meno profondo e veloce (a cagnolino).

Quando i pensieri ci affliggono, bastano alcuni minuti di respirazione “a cagnolino” per dare un colpo alla mente e disattivarli.

L'inspirazione deve essere profonda e rilassata: dobbiamo immettere più aria possibile, respirando con tutto il tronco e ricordando che solo l'inspirazione deve essere forzata.

2° Il rilassamento del corpo

Il corpo deve essere rilassato, lasciando cadere tutte le tensioni. È consigliabile eseguire questa pratica distesi: la schiena deve essere dritta, ma non tesa, perché i nostri chakra passano attraverso la colonna vertebrale. Il busto, come la schiena, deve essere eretto, ma non in modo forzato.

3° Le variazioni sensibili del corpo

Mentre si fa questo tipo di Preghiera, si può avvertire *prurito*, sintomo di integrazione: si sta sciogliendo

qualche cosa e dobbiamo lasciare che accada. È necessario portare la consapevolezza, l'attenzione, dove c'è il prurito, restando immobili, come la montagna, che lascia crescere tutto. La sapienza della montagna è quella del praticante della Preghiera del Cuore, che sente che tutto è buono. Se avvertiamo un prurito nella gamba, immaginiamo di respirare attraverso quel prurito; l'energia non entra solo attraverso il naso, ma attraverso tutto il corpo.

Si deve, inoltre, inserire la giaculatoria o mantra: ciascuno ne può trovare una personale oppure adottare: “Gesù/Abbà”, i Nomi Sacri, che veicolano energia. “Gesù”, mentre si inspira, “Abbà”, mentre si espira. Non dobbiamo porre troppo l'accento sulla giaculatoria, per non correre il rischio di far diventare questa preghiera mentale. Il mantra serve, per legare la mente.

4° L'integrazione gioiosa

Attraverso questa preghiera, digeriamo gli eventi: può darsi che si tolga un velo e si apra un evento della nostra vita: lo digeriamo nella gioia.

5° La soluzione vittoriosa del problema e dell'esperienza

Possiamo chiederci se abbiamo eseguito bene la pratica. L'importante è cominciare, perché ci si perfeziona con il tempo. C'è un'intenzione di bene che noi realizziamo.

Il meditante, inoltre, dorme meno, perché *20 minuti* di questa preghiera equivalgono a *2 ore di sonno*. Il meditante acquista anche molta energia.

Al termine, la Parola del Signore

Questa Preghiera durerà un'ora. Al termine, aprite la Bibbia: la Parola, che vi verrà data è proprio per voi.

Un segno: una fragolina

Il segno di oggi è una Fragolina il cui racconto è mutuato dalla Preghiera del cuore.

“Un uomo che cammina per un campo si imbatte in una tigre. Si mette a correre, inseguito dalla tigre. Giunto a un precipizio, si afferra alla radice di una vite selvatica e si lascia penzolare oltre l'orlo. La tigre lo fiuta dall'alto. Tremando l'uomo guarda giù, dove, in fondo, un'altra tigre lo aspetta per divorarlo. Soltanto la vite lo regge. Due topi, cominciano a rosicchiare pian piano la vite. L'uomo scorge accanto a sé una fragolina. Afferrandosi alla vite con una mano sola, con l'altra coglie la fragolina.. Come è dolce!”

Ciò significa che, nella nostra vita, pur nelle difficoltà e nei problemi, c'è sempre una fragolina da mangiare. Nel luogo, dove Gesù è stato crocifisso, c'era un giardino: nel luogo della morte c'era il giardino della risurrezione. In tutte le situazioni, che noi viviamo, c'è sempre un momento bello, un giardino di risurrezione, una fragolina da mangiare. Noi siamo circuiti dalla nostra mente e ci accorgiamo solo dei guai: la Preghiera del Cuore ci aiuta a trovare una fragolina da mangiare e, nel luogo del nostro problema, dove ci sembra di morire, un giardino, dove possiamo rifugiarci e ricominciare a vivere. Per fare questo, dobbiamo aprire gli occhi del cuore che corrispondono al sesto chakra o ruota.

Ora andiamo nell'abitazione interiore, alla scoperta del Divino dentro noi stessi.

LA RESPIRAZIONE “CIRCOLARE”

La Tecnica

Chiamiamo “**respirazione circolare o continua**” la respirazione con le seguenti caratteristiche:

1. ***l'inspirazione è profonda e rilassata***, priva di forzature, coinvolge tutto il tronco, dagli apici dei polmoni all'addome, contemporaneamente;
2. inspirazione ed espirazione sono ***unite***, continue, senza pause o apnee;
3. ***l'espirazione è completamente rilassata***, libera da qualsiasi controllo e forzatura (non “spingere fuori” l'aria, non “centellinarla”);
4. se si inspira dal ***naso***, si espira dal ***naso***; se si inspira dalla ***bocca***, si espira dalla ***bocca***.

Oltre alla “circolarità”, la continuità del respiro, nella pratica è importante imparare ad utilizzare anche profondità o ampiezza della respirazione e ritmi respiratori diversi, come:

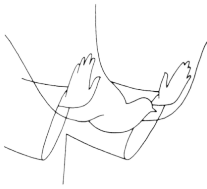
* il **respiro circolare profondo e lento** va benissimo per iniziare una seduta e nei momenti in cui si desideri ottenere maggiore consapevolezza e maggiore benessere; tende a indurre al rilassamento;

* il **respiro profondo e rapido** è perfetto nei momenti di sonnolenza e quando ci siano delle perdite di consapevolezza (per esempio, fantasticare); ottimo anche per uscire dalle sensazioni “stagnanti”; tende ad infondere vitalità;

* il **respiro superficiale molto veloce** da usare in caso di necessità: ha effetti analgesici.

Non si utilizza il **respiro lento e superficiale**.

p. Giuseppe



Testimonianze

Allora venne a lui un lebbroso: lo supplicava in ginocchio e gli diceva: "Se vuoi, puoi guarirmi!". Mosso a compassione, stese la mano, lo toccò e gli disse: "Lo voglio, guarisci!". Subito la lebbra scomparve ed egli guarì. (Mc. 1, 40-42)

Mi chiamo Vilma, ho quarant'anni e una bella famiglia composta da tre figli, ormai grandi, e un compagno splendido. La mia vita, però, non è stata sempre così...

Mi sposai, per amore, a 20 anni, a 27 avevo già tre figli e vissuto sia la separazione che la vedovanza. Tralasciando le implicazioni emotive causate dalla situazione, mi soffermerò a evidenziare i problemi pratici, che mi sono trovata ad affrontare. I miei figli erano piccoli e insieme abitavamo in un appartamento, che avrei dovuto lasciare urgentemente per uno sfratto esecutivo che gravava sulle nostre teste. Eravamo al secondo piano e ciò mi costringeva a portare i bambini in braccio per le scale: tutto andava fatto velocemente, perché ero da sola, e, depositati i primi bambini in appartamento, correvo a prendere chi era rimasto ad aspettarmi nell'atrio. La mia situazione economica era terribile: ero disoccupata e, in realtà, sarebbe stata davvero un'impresa riuscire a lavorare, poiché dovevo pensare ai bambini. Durante la breve separazione, mio marito mi passava importi veramente esigui per le nostre necessità: i pasti diventarono monotematici e io diventai bravissima nel cucinare patate in ogni modo.

L'utilizzo dell'auto era un lusso: la 126, che possedevo, in più circostanze, mi aveva lasciata a piedi o perché senza benzina o perché priva di assicurazione. Dovevo spostarmi a piedi, con mio figlio maggiore al mio fianco, il secondogenito sul passeggino e l'ultima nata nel marsupio: a loro si aggiungeva, a volte, anche la spesa appena fatta da trasportare... Vivere in questa situazione di degrado, produsse in me imbarazzo e mi chiusi in un isolamento sociale. Mi sentivo sola e, allo stesso tempo, volevo rimanere sola a gestire la mia famiglia mutilata. Ad un tratto, però, mi accorsi che non era così: al mio fianco c'era Dio, che avevo accantonato in qualche angolo della mia vicenda, ma che, ora, riaffiorava nei miei pensieri, nella mia vita, nei miei momenti di silenzio... Mi sentivo come quel figlio prodigo, che ritorna alla casa paterna per fame di amore, consolazione, conforto. Non era una presenza provocata dalla disperazione, era qualcosa di concreto: nella solitudine e nell'abbandono riconobbi il Suo abbraccio. Dopo anni di lontananza, mi ritrovavo a piangere copiosamente, a raccontargli i miei problemi, riconoscendo che avevo bisogno di Lui che, senza il Suo aiuto, avevo fallito e la mia esistenza era scivolata alla deriva. Pian piano Lui si prese cura di me e del mio cuore sofferente: con il tempo, le lacrime lasciarono il posto alla pace e il rapporto con Dio si fece quotidiano. Attraverso la preghiera ricostruii i rapporti con miei i famigliari e, dalla preghiera isolata, approdai, prima alla Messa domenicale, in seguito, alle Eucaristie di Evangelizzazione, che si celebravano nella zona in cui abitavo. Tra le richieste al Signore, c'erano quelle relative alle mie incapacità e debolezze: avevo bisogno di essere più forte per me stessa e per i miei figli. A queste si aggiunsero la richiesta di una casa e di un lavoro. I risultati non si fecero attendere: mi accorsi che riuscivo a gestire meglio la mia situazione e, di lì a poco, in modo apparentemente casuale, qualcuno mi parlò di un bando di concorso per l'assegnazione di un alloggio popolare. Qualche mese più tardi ero nella casa nuova con i miei figli: ricordo che mi sembrava una reggia e non finivo di dire quanto fosse bello. Rispondeva a tutte le mie necessità: si trovava in un caseggiato di recente costruzione, al primo piano, con l'ascensore proprio sopra i garage. Nel giro di poco, arrivò anche il lavoro: un signore mi citofonò alla porta per offrirmi un'occupazione, che aveva orari consoni con quelli dell'asilo, che i bambini avevano iniziato a frequentare. Lavorai, prima in un centro per anziani, poi a domicilio, come assistente. Da allora, grazie al mio stipendio, riuscii a provvedere alle



IL TELEFONO, LA TUA ...

Se senti la necessità di parlare con qualcuno, tutti i giorni, dalle 21 alle 23, al numero:

339-3929439 (tranne il martedì sera)

troverai una voce amica a tua disposizione, per ascoltarti e per pregare con te

esigenze della mia famiglia. Vivevo in uno stato di grazia, che mi manteneva serena, quasi gioiosa: il Signore mi amava molto e manifestava la Sua presenza attraverso interventi concreti. Mi apparve in sogno, invitandomi a seguirlo, e mi parlò in momenti di preghiera profonda: tante volte mi disse: "Non temere, io sono con te", "La pietra scartata dai costruttori è diventata testata d'angolo".

Una sera partecipai a un'Eucaristia di Evangelizzazione con intercessione per i sofferenti, presso la Basilica di San Gaudenzio, a Novara. Mi sentivo sola perché avevo sperato di trovare un compagno. Le persone, che avevo conosciuto, però, erano interessate a me, non ai miei figli. Mi ero convinta che non avrei trovato nessuno e, con questo dispiacere nel cuore, partecipavo alla messa. Il Santissimo passò poco distante e mi sembrò che non si fosse accorto di me e della mia solitudine.

Quella sera, però, venne pronunciata una parola di conoscenza che diceva: "C'è nell'assemblea una

persona che crede di dover stare da sola. Il Signore le dice che è destinata a vivere con un compagno". Pensai che la parola fosse per me e, infatti, dopo poco tempo, scoprii l'amore in un ragazzo eccezionale, Andrea, che accolse, non solo me, ma tutta la mia famiglia.

Oggi la mia vita è proprio cambiata: abito in una casa di proprietà, grazie al sostegno del mio compagno, ho completato gli studi abbandonati in gioventù e mi sono laureata.

Quanto ho raccontato è rimasto un ricordo del passato, sempre presente e vivo nel mio cuore. Parlando con i miei figli, alle volte, ricordo quanto abbiamo passato, quanto il Signore ci sia stato accanto e che niente è impossibile a Dio...

Benedirò il Signore in ogni tempo, nella mia bocca sempre la sua lode...

Vilma

Mi chiamo Alessandro e frequento la Fraternità Nostra Signora del sacro Cuore di Gesù da circa tre anni. Il motivo per cui mi sono avvicinato fu una traversia legale nella quale sono incappato, con alcuni miei colleghi di lavoro. Firmammo con leggerezza alcuni documenti e, nel giro di pochi mesi, fummo indagati. Mi sentivo triste, deluso e amareggiato e il senso di disperazione per quanto era capitato mi aveva prolungato effetti da stress prolungato, tra cui angoscia e insonnia. Il pensiero di finire sotto processo e di essere condannato, per un fatto al quale mi ritenevo estraneo, mi faceva star male. Una mia carissima amica di Oleggio mi parlò della Fraternità, invitandomi a partecipare a un'Eucaristia di Evangelizzazione con intercessione per i sofferenti. Da subito mi sentii attratto verso questo tipo di spiritualità e, durante il segno della pace, una sorella mi disse di non preoccuparmi perché tutto si sarebbe sistemato nel migliore dei modi. Da allora cominciai a frequentare in modo assiduo le Eucaristie e le gli incontri di preghiera del martedì e del mercoledì, traendone sempre più gioia e giovamento. La scorsa estate sembrava che la questione dovesse chiudersi, ma non fu così: il giudice chiese un supplemento di indagine, rimandando ogni decisione ai primi mesi del 2009. Anche se razionalmente pensavo che le cose si sarebbero volte al peggio, continuavo a ripetere a Gesù che confidavo in Lui ed ero confortato dalle frequenti parole di conoscenza, che promettevano un esito positivo della vicenda. A gennaio ci fu un nuovo rinvio di due mesi e, finalmente, poche settimane fa, ci fu l'udienza finale in cui il giudice decise per l'assoluzione, senza dar luogo a procedere. Tutto accadeva nella settimana conclusiva del Seminario per l'Effusione dello Spirito Santo a cui avevo partecipato. Gesù, ti lodo e ti benedico: non esiste un altro Dio all'infuori di Te. È vero quello che hai detto: se la nostra fede è pari a un granellino di senapa, si compiono prodigi nel tuo nome! Ancora grazie!

Alessandro

Mi chiamo Rosaria e, con estrema gioia, gioia, desidero rendere testimonianza di ciò che Il Signore ha operato per me nel corso della Convocazione Nazionale delle Comunità aderenti al Rinnovamento Carismatico Cattolico, svoltasi a Fiuggi nell'ottobre del 2005. Durante l'Eucaristia di Evangelizzazione con intercessione per i sofferenti animata dalla Fraternità Nostra Signora del Sacro Cuore di Gesù, fu pronunciata una Parola di Conoscenza che toccò profondamente il mio cuore. Questa incoraggiava fortemente una persona al perdono verso chi le aveva fatto del male, sottolineando che si trattava di un atto di volontà e che dalla ferita profonda presente nel cuore sarebbe filtrata la luce del Suo Spirito e avrebbe portato benedizioni. Accolsi quella parola e, con un atto di volontà, perdonai mio zio che, per anni, quando ero bambina, mi aveva molestata e altre persone, amici di famiglia, che mi avevano usato violenza. Gesù Eucaristia, in quel momento, passava tra la folla e la Sua luce mi invase, toccando la ferita del mio cuore. Piansi copiosamente e da me uscì tutta la sofferenza che avevo accumulato negli anni della mia infanzia:

Gli incontri mensili di preghiera del cuore continuano, con il seguente calendario:

12 Giugno

17 Luglio

21 Agosto

Ore 20,30 accoglienza

Ore 20,45 indicazioni sulla pratica

Ore 21,00 - 22,00 pratica silenziosa

Si conclude con la settimana a La Thuile per riprendere, se vorremo, a settembre.

Lode al Signore!

questo ritorno al passato spezzò la catena che mi teneva legata a quei ricordi traumatizzanti e che non mi faceva vivere bene il mio matrimonio. Uscii dalla celebrazione con leggerezza: il Signore aveva preso il mio fardello!

Lo scorso novembre, durante la convocazione di Fiuggi, Gesù mi ha dato la forza per affrontare direttamente mio zio: è stato un momento meraviglioso, che ricorderò per sempre! L'ho messo di fronte alle sue responsabilità usando però parole cariche dell'Amore di Gesù. Mi ha chiesto scusa e io gli ho parlato del Signore che, nella Sua misericordia, tutti accoglie, guarisce e libera.

Lode a Te, Gesù, per il Tuo Amore!

Rosaria

Ringrazio e benedico il Signore per essere intervenuto nella mia vita, specialmente negli ultimi tre anni.

Nel corso dell'Eucaristia di Evangelizzazione con intercessione per i sofferenti, celebrata a Oleggio il 9 giugno del 2006, venne pronunciata una parola di conoscenza, che annunciava la guarigione di un uomo alla gamba. Io ero entrato zoppicante in chiesa e, pur non avendo chiesto la guarigione per me, mi resi conto, alla fine della celebrazione, che la mia gamba non era più dolorante. Durante quella messa avevo pregato affinché mia figlia, che se ne era allontanata, tornasse a casa. Il Signore, che sempre ci ascolta e mai lascia le cose a metà, ha esaudito la mia richiesta e mia figlia è tornata da noi.

Ultimamente ho cominciato a frequentare più assiduamente la Fraternità Nostra Signora del Sacro Cuore di Gesù di Oleggio e ho partecipato all'ultimo Seminario per l'Effusione dello Spirito Santo. È stato un cammino stupendo, che ho potuto fare insieme a mia moglie, con la quale, prossimamente, festeggerò i trent'anni di matrimonio. Nei nostri cuori ora ci sono tanta gioia, serenità e gratitudine dati dalla presenza di Gesù vivo in noi! Lode, lode, lode!

Francesco

Desidero rendere testimonianza delle cose meravigliose che il Signore ha compiuto nella mia vita per lodarlo e benedirlo. Frequento da qualche anno le Eucaristie di Evangelizzazione con intercessione per i sofferenti, ricevendone tantissimo. Nel 2008 decisi di prendere parte al seminario per l'Effusione dello Spirito Santo: faticai a portarlo a termine, perché mi sentivo sola e abbandonata. Il giorno dell'Effusione, il 9 marzo, resterà per sempre impresso nella mia mente e nel mio cuore. Oltre ai passi della Scrittura che mi furono dati, una sorella mi diede una parola di conoscenza che diceva che il Signore mi avrebbe guarita da tutti i miei dolori.

Da oltre 16 anni, soffrivo a causa di una discopatia nella parte bassa della schiena: ero costretta a dormire in posizione fetale, con le gambe rannicchiate. Se le stendevo, avvertivo forti crampi per cui dovevo alzarmi più volte ogni notte: il risultato era che non riuscivo a riposare. Non mi era mai venuto in mente di chiedere a Gesù questa guarigione, ma Lui è grande e, dalla notte seguente la preghiera di effusione, il dolore alla schiena è passato: ora posso dormire tranquillamente e i crampi sono solo un ricordo.

Dopo qualche mese, nel corso di un'Eucaristia di Evangelizzazione con intercessione per i sofferenti, venne data un'altra parola di conoscenza che annunciava la guarigione di una donna da dolori alla cervicale: dopo un paio di giorni anche il mio collo si muoveva libero e senza dolore.

Il Padre sta mantenendo la Sua promessa e, poco a poco, sta sistemando la mia colonna vertebrale compromessa dall'aver svolto, fin da quando avevo quindici anni, un lavoro pesante in tessitura.

Lo scorso anno, inoltre, entrambe le mie figlie sono uscite illese da due brutti incidenti automobilistici, io stessa sarei finita sotto un'auto se una forte spinta all'indietro del mio angelo custode, simile a una folata d'aria, non mi avesse tolta dalla sua traiettoria.

Le parole da sole non bastano a esprimere ciò che sento nel cuore. Lodo, benedico e ringrazio il Signore per la Sua presenza, per quella di Maria e per quella degli angeli presenti accanto a me e alla mia famiglia.

Cristina

Sono una donna di circa 40 anni, da diverso tempo ero disperata per un avvenimento che risale alla mia infanzia. Oppressa dal dolore, dall'angoscia e da pensieri di morte, sono arrivata ad essere ricoverata in ospedale. Malgrado più volte salissero alla mia mente frasi della Scrittura, che mi davano temporanea consolazione, ho tentato il suicidio e sono sicura che sia stata la mano di Maria a fermarmi. Non vedevo per me alcun futuro e, dentro di me, sentivo solo pensieri di morte.

Ora voglio benedire il Signore che non mi ha lasciata nemmeno per un momento e ha operato in me una potente liberazione.

Ho partecipato all'Eucaristia di Evangelizzazione con intercessione per i sofferenti celebrata a Novara, nella chiesa di S. Antonio, lo scorso 3 ottobre. Durante la celebrazione venne pronunciata una parola di conoscenza che annunciava la liberazione di una donna presente in assemblea con pensieri suicidi. I particolari di quel messaggio coincidevano proprio con tratti della mia vicenda personale. Ero incredula e mi chiedevo se fosse presente qualcun altro con una storia simile alla mia... Una sorella, poco dopo, si rivolse a me e mi esortò a prendere per me quella parola.

Ora il mio cuore si è finalmente aperto, sto bene e non ho più alcun pensiero suicida.

Lodo e benedico il Signore per quanto ha operato in me! Grazie, Gesù!

(lettera firmata)



Lode! Lode! Lode!!!

È nato il gruppo "Nostra Signora del Sacro Cuore di Gesù" di Busto Arsizio!

Si riunisce il Sabato alle 15.45 presso il Centro Missionari del PIME in via Lega Lombarda, 20

Informazioni: Milva 328-9281522 - Elisabetta 349-8338058

Dal settembre 2008, a causa di un inconveniente sul lavoro, ero stato distolto dalle mie normali mansioni e temporaneamente utilizzato come aiutante in ufficio. Ciò per me era molto alienante. Il tempo passava, non veniva fissata la data degli esami e mi si diceva di avere pazienza in quanto ero entrato nell'iter burocratico dell'ente che, da poco, seguiva simili problematiche. Da tempo frequentavo la Fraternità Nostra Signora del Sacro Cuore di Gesù di Oleggio e, da poco, quella costituita a Domodossola presso il Santuario Madonna di Re: in ogni occasione mettevo nelle mani di Gesù la mia situazione lavorativa ingarbugliata. Non dovendo fare i turni, sono riuscito a frequentare, come uditore, l'ultima edizione del Seminario per l'Effusione dello Spirito Santo a Oleggio. Un sabato pomeriggio, durante la preghiera individuale, fatta dai fratelli del Pastorale, presentati a Gesù nuovamente la mia situazione. Chi stava intercedendo per me, mi disse di stare tranquillo e di pormi con fiducia nelle mani di Gesù, che stava operando in mio favore. Quindici giorni più tardi ricevetti la comunicazione che fissava gli esami per il 31 marzo e il 1° aprile. Gli esami si sono conclusi positivamente!

Lode e benedico il Signore Gesù Misericordioso che, con i suoi tempi, ha operato per me e in me, permettendomi di vivere serenamente una nuova diversa lavorativa e aiutandomi a crescere nell'umiltà e nella preghiera. Lode, Lode, Lode!

Nazzareno

Da qualche giorno avvertivo un fastidio sotto la lingua: non riuscivo a più a posizionarla in modo naturale. Guardandomi allo specchio, mi sono accorta della presenza di carne crescente: quella era la causa del mio disturbo.

Ho partecipato all'incontro di preghiera carismatica del gruppo "Dio è con noi" di Domodossola, fiduciosa che la mia preghiera venisse ascoltata. Desidero ringraziare il Signore per la guarigione che ha operato in me: mi sono sentita bene subito dopo l'invocazione dello Spirito. Lode al Signore!

Lucia Maria Ribaldo

Una sera, nel giro di poche ore, l'alluce del mio piede destro si gonfiò tantissimo, si arrossò e cominciò a farmi molto male: non sopportavo nemmeno il contatto con il lenzuolo. La guardia medica, chiamata a mezzanotte, affermò che si trattava di un attacco acuto di gotta, disturbo del quale non ho mai sofferto, e mi consigliò di effettuare, il giorno seguente, un prelievo del sangue.

Nel frattempo una mia vicina di casa, capendo che c'era qualcuno che non stava bene, venne a trovarmi e portò con sé olio benedetto e un batuffolo di cotone con cui unse il mio dito malato. Il giorno seguente il dolore diminuì progressivamente, il dito si sgonfiò e le analisi rivelarono che non risultava alcuna anomalia.

Lode a Gesù!

(lettera firmata)

~ IL NOSTRO CALENDARIO ~

EUCARISTIE DI EVANGELIZZAZIONE CON INTERCESSIONE PER I SOFFERENTI

ROMA SANTUARIO NS. SIGNORA DEL SACRO CUORE DI GESÙ Piazza Navona	NOVARA CHIESA DI S. ANTONIO Corso Risorgimento, 98	OLEGGIO CHIESA SS. PIETRO E PAOLO Piazza Bertotti
	Venerdì 5 Giugno 2009	
Martedì 16 Giugno 2009		Domenica 21 Giugno 2009
		Sabato 25 Luglio 2009 (*)
Ore 20.00 preghiera di lode Ore 20.30 celebrazione Eucaristia	Ore 20.00 recita del S. Rosario Ore 20.30 celebrazione Eucaristia	Ore 13.45 recita del S. Rosario Ore 14.15 celebrazione Eucaristia

(*) Ore 20.30