



RITIRO GIOVANI SETTEMBRE 2022

A S H R A M
C A S A
D E L
D I V I N O





Venerdì, 2

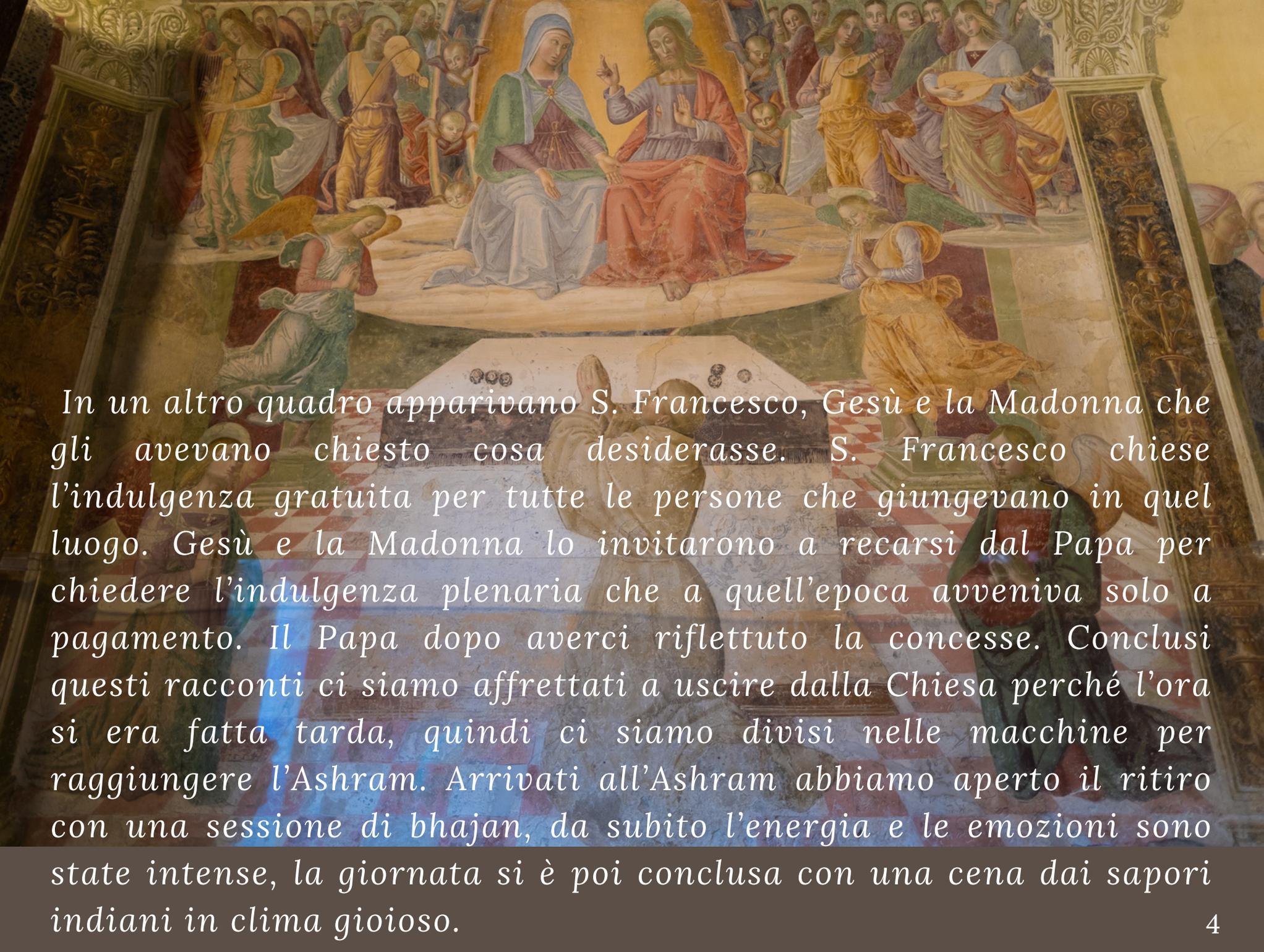
In questa visita a farci da guida c'è stato Antonello, un signore con accento tipico e una passione evidente. Raccolti in cerchio nel piazzale antistante la Basilica di Santa Chiara, Antonello ha da subito iniziato a raccontare con semplicità e coinvolgimento aneddoti della vita di S. Francesco, la sua conversione e il compito assegnatogli da Dio di ristrutturare la Chiesa, che venne poi chiamata la Cappella della Porziuncola, ora custodita all'interno della Chiesa di Santa Maria degli Angeli. Prima di entrare ci è stato ricordato che lo spirito di S. Francesco è presente all'interno della Chiesa e in merito ci è stato narrato un episodio che penso ci abbia fatto avere la predisposizione giusta: ci è stato raccontato di quando Madhusudan Sai visitò quella Chiesa.



Una volta all'interno si diresse con passo deciso verso un obiettivo preciso, lasciando stupite le persone che gli erano a fianco. Quando ritornò indietro, con espressione sorridente raccontò di aver incontrato S. Francesco, anche egli stupito che fosse venuta a fargli visita la "persona" che gli aveva dato la missione di ricostruire la Chiesa. Dopo i primi racconti ci siamo diretti alla Chiesa di Santa Maria degli Angeli, dove ognuno ha potuto sostare con i suoi tempi e modalità all'interno della Porziuncola; successivamente ci siamo diretti al corridoio che passa accanto al roseto per poi arrivare alla 2

Cappella delle Rose, dove ci siamo intrattenuti per un'altra spiegazione. Qua Antonello ci ha narrato le vicende illustrate in 4 affreschi; San Francesco in un momento di crisi si gettò nudo nei rovi confidando in Dio, Dio mutò le rose rendendole senza spine (ancora oggi il roseto presenta rose con questa caratteristica) e due angeli intervennero per farlo uscire dal roseto.





In un altro quadro apparivano S. Francesco, Gesù e la Madonna che gli avevano chiesto cosa desiderasse. S. Francesco chiese l'indulgenza gratuita per tutte le persone che giungevano in quel luogo. Gesù e la Madonna lo invitarono a recarsi dal Papa per chiedere l'indulgenza plenaria che a quell'epoca avveniva solo a pagamento. Il Papa dopo averci riflettuto la concesse. Conclusi questi racconti ci siamo affrettati a uscire dalla Chiesa perché l'ora si era fatta tarda, quindi ci siamo divisi nelle macchine per raggiungere l'Ashram. Arrivati all'Ashram abbiamo aperto il ritiro con una sessione di bhajan, da subito l'energia e le emozioni sono state intense, la giornata si è poi conclusa con una cena dai sapori indiani in clima gioioso.

Sabato, 3

La mattinata di sabato è iniziata con un momento di condivisione tutta al femminile, prima ancora di scendere per la colazione. Un piccolo cerchio di donne si era creato spontaneamente vicino alla finestra del dormitorio, uno scambio di frammenti di storie di Vita che emanava Amore, Accoglienza, Dolcezza, Purezza e Forza.

Dopo la colazione, i canti di lode a Dio hanno alleggerito il cuore e lasciato spazio alla gratitudine. La meditazione guidata ci ha successivamente accompagnati nello spazio dell'Ascolto e della Presenza. Siamo poi partiti per raggiungere, a piedi, un luogo molto speciale nel bosco. Abbiamo raggiunto un'incantevole cascata e intorno al piccolo bacino creato dall'acqua ognuno ha trovato il suo spazio per raccogliersi e accogliere le parole di Victory sulla relazione con il Maestro. Dando ascolto alla voce dell'Acqua essa parlava ai nostri cuori, invitandoci dolcemente a spostarci dalla mente, per espandere la percezione all'insieme e poter cogliere così la perfetta e delicata armonia del fluire, voluta e guidata da Lui. Ci rassicurava, ricordandoci che nell'affidarsi a Lui, non c'è paura di cadere.





Con questo ennesimo miracolo nel cuore abbiamo percorso la strada di ritorno alla Casa del Divino, pregando per poter imparare a vivere la vita come l'acqua di quella cascata, con più fiducia e meno paura, e la pioggerellina leggera ci rinfrescava il viso.

Una volta arrivati ci siamo riuniti in cucina in attesa del pranzo e Victory ha esposto, soprattutto per noi nuovi, alcuni momenti legati alla missione di Sri Sathya Sai Baba e di Sri Madhusudan Sai, condividendo anche la sua esperienza diretta che è arrivata al cuore di tutti noi.

Abbiamo gustato il pranzo squisito, amorevolmente preparato dai nostri super cuochi, in una dimensione di convivialità e di leggerezza nello stare insieme.



Salute & Spiritualità

Dopo una pausa pranzo tutti insieme, il pomeriggio è iniziato con un incontro di Victory sul tema della filosofia Advaita Vedanta legata anche alla salute. Ha iniziato esponendo gli insegnamenti del Vedanta, la filosofia più elevata. Ha seguito con una spiegazione di come è strutturata la psiche umana; un'esposizione dei quattro aspetti: Chitta, Buddhi, Manas e Ahankāra. Ha poi collegato gli aspetti sottili della psiche e ci ha accompagnato in un viaggio di scoperta spiegandoci come la psiche rappresenti la radice stessa della malattia. 8

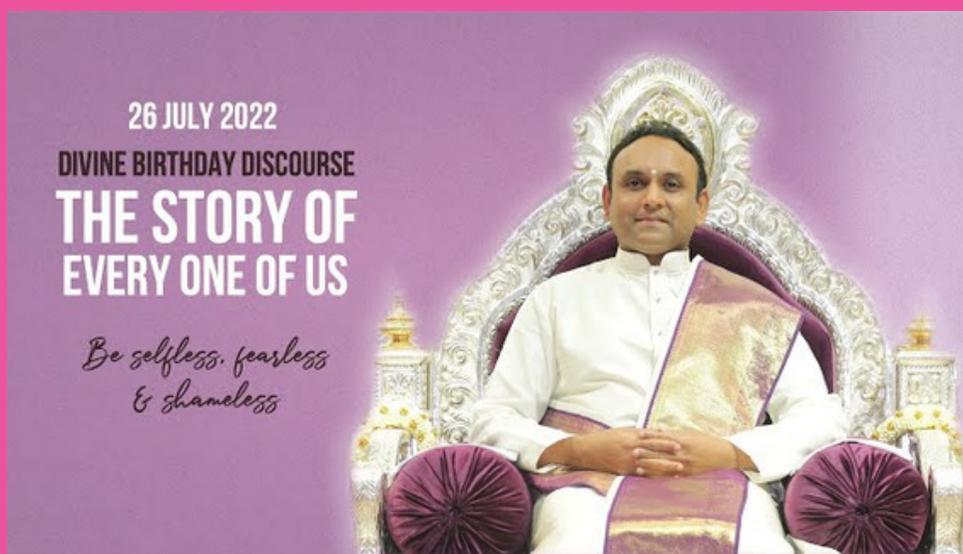


Al termine della prima parte della sessione, Silvia ha letto per noi la storia dei due uccellini raccontata da Sri Madhusudan Sai nella serie Master the Mind. L'uccellino sul ramo superiore è distaccato da tutto e internamente felice, invece quello sul ramo inferiore continua a mangiare i frutti amari e dolci alternativamente e alza lo sguardo all'altro uccellino per voler essere come lui solo quando mangia frutti amari. Questa è la condizione dell'uomo che è perso nel mondo.

Successivamente siamo passati alla seconda parte dell'intervento di Victory.



Ha continuato spiegando che l'uomo è così perfettamente creato a immagine e somiglianza di Dio e dove, quando e se si allontana dalle sue radici, dalla sua natura divina, è più facile che sperimenti la sofferenza e questo può portare alla malattia, poiché la mente e il corpo sono intimamente connessi e correlati. Abbiamo iniziato la sessione partendo dalle radici del complesso corpo-mente, la mente, per finire al corpo fisico. Un punto molto importante che è stato portato alla luce è il fatto che consumiamo energia, ci nutriamo non solo da una bocca, ma da cinque bocche: da tutti e cinque i sensi. Più siamo consapevoli di questo, meno finiamo per sovraccaricare il corpo con forme di "cibo" non necessarie. Solo quando diventiamo più consapevoli di ciò che accade dentro di noi ogni giorno, tutti e cinque gli elementi del corpo saranno in grado di lavorare meglio per ripulire il corpo da tutto ciò che non è necessario e non favorisce la salute, la felicità e il benessere.



Alla fine del programma abbiamo cantato tutti insieme dei bhajan, molto utili per calmare le nostre menti assetate di conoscenza ma anche troppo coinvolte. Dopo una breve pausa per cenare, ci siamo nuovamente riuniti e abbiamo ascoltato il discorso di Sri Madhusudan Sai in occasione del Suo ultimo compleanno, in cui Lui stesso raccontava la parabola dell'uccellino facendoci comprendere come Lui sia “diventato” per grazia di Swami l'uccellino che sta sul ramo superiore, scoprendo addirittura di non essere diverso da quello che sta sul ramo inferiore; vi era solo una illusoria separazione. Egli ha inoltre fatto una richiesta per il Suo compleanno: che tutti noi possiamo essere altruisti, senza paura e senza vergogna per quanto concerne il fare del bene. Con queste profonde parole nel cuore ci siamo salutati e siamo andati a dormire.



Domenica, 4

La mattinata di domenica è stata, come per il resto dei giorni, magica. La giornata è cominciata con la colazione comunitaria aspettando l'arrivo di tutti coloro che avevano dormito nel B&B. Era un momento di condivisione già dal primo "Buongiorno": condivisione della propria vita, delle proprie passioni, ma anche dei propri problemi, che sono stati accolti da ciascuno. Ma c'era anche e soprattutto la condivisione del silenzio, perché "il silenzio è preghiera". La parola d'ordine in questi giorni è stata Cuore. Ci siamo ritrovati nella sala meditazione dove abbiamo cominciato a cantare i bhajan durante i quali si alternavano momenti carichi di energia a momenti di maggiore introspezione, l'intento però era sempre quello di tornare al centro del proprio petto.



*Dopo una meditazione guidata e una breve pausa il tempo è stato dedicato al confronto, dove ciascuno ha raccontato quello che più ha colto del messaggio di Swami, visionato la sera prima. È stato un momento di massima apertura, ascolto sincero e profondo, di bellezza e di condivisione. Quello che è emerso, in modo più o meno inconsapevole da parte di tutti i partecipanti, è stata la risposta alla chiamata, forte e chiara: “Ci sono, Dio, ho scelto Te”. Swami ci vuole Coraggiosi, Audaci e Senza paura, e noi in quella mattinata abbiamo detto un forte SI’, «siamo pronti a seguirti, ad essere parte della tua schiera di anime luminose che porteranno cambiamento, che saranno il cambiamento».*¹³

Nonostante non tutti abbiano avuto la possibilità di condividere il proprio vissuto, abbiamo seguito il flusso degli eventi, che ha portato a fare la foto di gruppo. La foto raffigurava un bellissimo uccellino e il messaggio che attraverso questa si voleva far passare è dolcissimo: tutti fanno parte del Tutto. Quel "Tutto" che ognuno di noi deve realizzare di essere, l'uccellino superiore.

Al termine della foto c'è stato l'“Incontro con il Maestro”, nella Sua stanza, e per ognuno ovviamente è stato un momento unico e speciale.

Dopo uno squisito pranzo, abbiamo raccolto le nostre cose, salutato tutti e ci siamo diretti verso casa, con il Cuore straripante e grato per questa meravigliosa esperienza.





www.fondazioneecasadeldivino.org

info@casadeldivino.it