



Riflessioni sulla vita dello Spirito

Istituto Ruhi



Libro 1

Riflessioni sulla vita dello spirito

Istituto Ruhi

Libri della serie:

I titoli riportati qui di seguito fanno parte dell'attuale serie di libri sviluppata dall'Istituto Ruhi. Nel costante impegno di migliorare le capacità di giovani e adulti di servire le proprie comunità, questi libri sono concepiti per essere utilizzati come parte di una sequenza principale di corsi. Inoltre, l'Istituto Ruhi sta sviluppando diversi corsi sussidiari, sia al terzo libro con la serie per la preparazione degli insegnanti delle Classi bahá'í per bambini, sia al quinto libro per la formazione degli animatori dei gruppi di giovanissimi. Queste informazioni sono riportate anche nell'elenco sottostante. Va detto che esso subirà modifiche a mano a mano che l'esperienza sul campo progredirà e, poco alla volta, sarà arricchito da nuovi titoli, quando un numero crescente di elementi curriculari in fase di sviluppo raggiungerà la forma adatta a una più ampia distribuzione.

- Libro 1: *Riflessioni sulla vita dello spirito*
- Libro 2: *Levarsi a servire*
- Libro 3: *Insegnare nelle classi per bambini Primo grado*
Insegnare nelle classi per bambini Secondo grado (corso sussidiario)
Insegnare nelle classi per bambini Terzo grado (corso sussidiario)
Insegnare nelle classi per bambini Quarto grado (corso sussidiario)
- Libro 4: *Le Manifestazioni gemelle*
- Libro 5: *Sprigionare le capacità dei giovanissimi*
L'impulso iniziale: Il primo corso sussidiario al Libro 5
Il cerchio si allarga: Il secondo corso sussidiario al Libro 5
- Libro 6: *Insegnare la Causa*
- Libro 7: *Percorrere assieme la via del servizio*
- Libro 8: *Il Patto di Bahá'u'lláh*
- Libro 9: *Acquisire una prospettiva storica*
- Libro 10: *Costruire comunità vibranti*
- Libro 11: *I mezzi materiali*
- Libro 12: (in corso di stampa)
- Libro 13: *Impegnarsi nell'azione sociale*
- Libro 14: (in corso di stampa)

Copyright © 2020 della Fondazione Ruhi, Colombia
Tutti i diritti riservati. Edizione 4.1.3.PE, 15 giugno 2020.
Stampato in Italia.
ISBN 978-88-7214-134-2

Titolo originale: *Reflexiones sobre la vida del espíritu*
Copyright © 1987, 1995, 2008, 2020 della Fondazione Ruhi, Colombia
ISBN 978-958-59880-3-3

Edizione limitata in lingua italiana a cura della Casa Editrice Bahá'í con il consenso dell'Istituto Ruhi.

Ruhi Institute
Apartado Postal: 402032
Cali, Colombia
tel: 57 2 828-2599
e-mail: instituto@ruhi.org
website: www.ruhi.org

Casa Editrice Bahá'í
via Filippo Turati, 9 Ariccia
tel. 06 9334334
e-mail: ceb@bahai.it
website: www.editricebahai.com

Indice

Considerazioni per i facilitatori	v
Comprendere gli Scritti bahá'í	1
La preghiera	15
La vita e la morte	31

Considerazioni per i facilitatori

Da molti anni le località del mondo in cui si studia *Riflessioni sulla vita dello spirito*, il primo libro della sequenza principale dei corsi offerti dall'Istituto Ruhi, sono sempre più numerose. Nella stragrande maggioranza dei casi, il materiale viene letto e discusso da gruppi di amici, che a volte formano un circolo di studio che si riunisce regolarmente, a volte si riuniscono durante una campagna organizzata per uno studio intensivo, altre volte si incontrano in un campeggio durante le vacanze scolastiche. Qualunque sia l'occasione, un membro del gruppo svolge le funzioni del facilitatore. Il suo rapporto con gli altri partecipanti non è quello tra un insegnante e i suoi studenti. Tutti partecipano consapevolmente a un processo nel quale tutti cercano di imparare. Ma il facilitatore non è un distaccato e passivo moderatore delle discussioni. Dopo aver completato un numero sufficiente di corsi della sequenza e aver compiuto gli atti di servizio che essi incoraggiano, egli è in grado di aiutare i membri del gruppo a conseguire lo scopo del materiale oggetto di studio. Coloro che svolgono le funzioni del facilitatore del Libro 1 possono trovare utile rivedere di tanto in tanto le idee presentate in questa introduzione.

In tutto il mondo i partecipanti che entrano in questo primo corso dell'istituto provengono da diversi contesti. Alcuni sono già membri della comunità bahá'í che sperano di migliorare la propria capacità di servire la Causa cui hanno aderito. Altri vedono nel corso un inizio delle loro ricerche sulla Fede bahá'í in quanto religione. Altri ancora sono attratti dagli ideali bahá'í e desiderano conoscere gli obiettivi e le attività della comunità. In particolare, sono sempre più numerosi i giovani che, volendo sviluppare le proprie capacità di servire la società, spesso attraverso uno dei programmi promossi dalla comunità bahá'í, considerano il corso un primo passo in questa direzione.

Fin dall'inizio, tutti i partecipanti devono sapere con chiarezza che i corsi dell'Istituto Ruhi tratteggiano una strada di servizio all'umanità, che ciascuno percorre secondo un proprio ritmo, aiutando gli altri e facendosi aiutare dagli altri. Percorrere questa strada significa perseguire un duplice scopo morale: occuparsi della propria crescita spirituale e intellettuale e contribuire alla trasformazione della società. I progressi sul percorso comportano l'acquisizione di alcune capacità che richiedono comprensione e conoscenza, qualità spirituali e atteggiamenti lodevoli, nonché svariate capacità e competenze. Le fonti dalle quali i libri dell'Istituto attingono le conoscenze sono, da un lato, gli insegnamenti della Fede bahá'í e, dall'altro, l'esperienza accumulata dalla comunità mondiale bahá'í mentre promuove la civiltà materiale e spirituale. È la visione delle persone che possiamo diventare e della civiltà che possiamo costruire proposta da Bahá'u'lláh che ispira l'Istituto. Si dà per scontato che tutti i partecipanti, indipendentemente dalla provenienza, siano disposti ad accettare questa visione, che è esplicitamente presente in tutte le unità di tutti i libri.

In un mondo in cui le credenze e le ideologie tendono a ricorrere a qualunque mezzo pur di conquistare seguaci, chi non conosca la Fede può porre alcune sincere domande sulle intenzioni dell'Istituto Ruhi, in particolare: «Mi chiedete di cambiare religione?» oppure «Mi chiedete di aderire a una religione?». Queste domande danno al facilitatore la possibilità di spiegare lo

scopo della sequenza dei corsi che abbiamo descritto sopra. Anche se è naturale che i bahá'í siano ansiosi di vedere i loro amici unirsi alla comunità, i loro insegnamenti proibiscono, un facilitatore potrebbe aggiungere, di fare proselitismo. Per percorrere la via del servizio aperta dai corsi dell'istituto occorre acquisire una comprensione sempre più profonda degli insegnamenti di Bahá'u'lláh, che i testi cercano di esporre senza dare adito a equivoci. Accettarli e aver fede in essi sono questioni che ciascuno può prendere in esame liberamente e senza pressioni.

Non sorprende, quindi, che il primo dei libri incominci dalla questione della comprensione, che è così importante per tutti i libri della sequenza. Leggere alcuni passi degli Scritti sacri non è come leggere le molte migliaia di pagine che una persona vede nel corso della vita. L'unità «Comprendere gli Scritti bahá'í» cerca di creare l'abitudine di leggere ogni giorno qualche passo dei Testi sacri e di meditare sul loro significato, un'abitudine che aiuterà notevolmente i partecipanti che entrano nella strada del servizio. Per guidarli nel loro studio, il facilitatore dovrà riflettere a lungo sul tema della comprensione.

Gli Scritti bahá'í contengono profonde verità spirituali e, per quanto ci si sforzi di avanzare nella comprensione dei loro infiniti significati, sappiamo che nessuno potrà mai arrivare a una conclusione definitiva. Generalmente la prima volta che si legge un passo, si ottiene una comprensione elementare del suo significato immediato e la prima sezione della prima unità prende questa comprensione come punto di partenza. Così, dopo aver letto la citazione, «Il miglioramento del mondo può ottenersi mediante azioni pure e sante e una condotta lodevole e decorosa», ai partecipanti viene semplicemente chiesto: «Come possiamo ottenere il miglioramento del mondo?». Di primo acchito, la maggior parte delle domande e degli esercizi di questo tipo sembrano troppo semplici. Ma molti anni di esperienza sembrano giustificare la decisione dell'Istituto di incominciare in questo modo. Dobbiamo tutti ricordare che, pur impaziente di trovare i vari strati di verità contenuti in un passo, la mente non deve trascurarne il significato più ovvio. Prestare attenzione a questo primo livello di comprensione è di somma importanza anche per la consultazione del gruppo. Ne rafforza l'unità di pensiero, facilmente raggiungibile quando si consenta che le opinioni personali vengano illuminate dalla saggezza divina.

A questo punto è importante notare che la comprensione del significato immediato della maggior parte dei passi non trae beneficio da lunghe discussioni su singole parole fuori contesto. Detto questo, a volte potrebbe essere necessario che un gruppo cerchi una parola in un vocabolario. Ma se i partecipanti imparano a dedurre il significato delle parole dalle frasi e dai paragrafi, i vantaggi sono ben più grandi.

Per aiutare la comprensione a spingersi al di là dell'ambito del significato immediato, possono essere utili alcuni esempi che dimostrino in quale modo le idee trovino un'espressione concreta. Tutto ciò che occorre a questo proposito sono alcuni semplici esercizi. Nella seconda sezione, ad esempio, si chiede ai partecipanti di stabilire, alla luce di un passo che hanno appena letto, se alcune caratteristiche siano lodevoli. In un esercizio analogo della quarta sezione, essi sono incoraggiati a elencare cinque virtù e poi a decidere se è possibile acquisire una di esse in assenza della sincerità, che gli Scritti definiscono «la base di tutte le virtù umane».

Per raggiungere il suo scopo, l'unità richiede un ulteriore passo avanti nella comprensione sollecitando i partecipanti a pensare ad alcuni dei significati meno apparenti dei passi presentati. Nella seconda sezione, li invita a stabilire se la frase «Nel mondo le brave persone sono così poche che le loro azioni non hanno alcun effetto» è vera. Questa domanda non chiede di esprimere una semplice opinione. Il facilitatore deve fermarsi e chiedere ai vari partecipanti per quale motivo hanno dato quella risposta. Che la frase sia necessariamente falsa perché contraddice la prima citazione della sezione precedente è la conclusione alla quale il gruppo deve arrivare. La domanda se i bahá'í possano confessare ad altri i propri peccati è un altro esempio di questo tipo di esercizio. Si riferisce al fatto che gli insegnamenti proibiscono la confessione come mezzo per dare l'assoluzione dei peccati, una proibizione che, pur non essendo espressamente menzionata nei passi studiati, può essere dedotta esaminando il significato del versetto «Fa' ogni giorno un esame di coscienza prima che tu sia chiamato a render conto di te stesso».

Gli esercizi di questa unità non si propongono affatto di esaurire tutti i significati dei passi esaminati. Un tema sul quale ogni facilitatore deve riflettere è quanto tempo debba lasciare alla discussione di ciascun esercizio. Qui è importante tenere a mente che il prolungamento delle consultazioni, introducendo molti concetti correlati ma periferici, tende a diminuire l'efficacia del materiale. Ogni gruppo deve stabilire un proprio ragionevole ritmo di progresso. I partecipanti devono avere la chiara percezione di un costante avanzamento commisurato alle proprie possibilità. Il facilitatore, tuttavia, deve fare in modo che le sezioni non vengano superate troppo rapidamente e superficialmente senza una ponderata analisi degli esercizi. I gruppi che hanno agito in questo modo, limitandosi a scrivere le risposte, non hanno mai ottenuto risultati duraturi.

Un ultimo punto merita la nostra attenzione. Il facilitatore è tenuto a garantire che ogni membro del gruppo continui a dedicarsi al processo di apprendimento promosso dal materiale. Spesso la sfida è come riuscire a favorire la partecipazione senza costringere nessuno a parlare. Fin dall'inizio egli dovrà capire che raramente un facilitatore riesce a vincere questa sfida ponendo domande come: «Secondo te, che cosa significa questo?». Le domande di questo tipo tendono a lasciar intendere che il sapere e la verità siano semplici opinioni. Diventa poi difficile creare un'atmosfera in cui la consultazione tra i membri del gruppo possa effettivamente comportare una maggiore comprensione.

La seconda unità del libro si occupa, come la prima, di un'abitudine essenziale per la vita spirituale: pregare regolarmente. Essa esplicita nella prima sezione il concetto di "strada del servizio", suggerendo che, per percorrere questa strada, dobbiamo voler perseguire un duplice scopo. I partecipanti esaminano una prima serie di citazioni che offrono una visione della natura di questo scopo, un tema che verrà elaborato nei corsi futuri.

Alla luce di questo tema l'unità incomincia a esaminare il significato della preghiera. Adotta un metodo simile a quello descritto nei paragrafi precedenti. Le domande e gli esercizi sono formulati in modo da favorire la comprensione del significato dei passi degli Scritti in esame. Man mano che il gruppo va avanti nell'unità, il facilitatore può trovarsi nella necessità di chiarire alcuni dubbi analizzando alcune radicate nozioni tipiche delle interpretazioni e delle

pratiche del passato. In alcune tradizioni, il rituale e la forma hanno gradualmente soverchiato l'importanza dello stato interiore e per questo molte persone ignorano la necessità della preghiera che, per l'anima umana, è altrettanto importante quanto il cibo necessario per nutrire il corpo.

Pertanto, l'unità si propone soprattutto di risvegliare nei partecipanti il desiderio di «conversare con Dio» e di avvicinarsi a Lui. Tra le idee esaminate vi sono temi come che cosa significa assumere un atteggiamento di preghiera, l'atteggiamento del cuore e della mente quando preghiamo e le condizioni da creare nell'ambiente, sia quando siamo soli sia quando partecipiamo a un incontro. Infatti, dopo aver riflettuto sulle forze generate dalla preghiera collettiva, i partecipanti sono invitati a prendere in considerazione l'idea di organizzare incontri di preghiera e devozione.

Lo studio della terza unità del libro, «La vita e la morte», rafforza, auspicabilmente, l'impegno di percorrere la strada del servizio e di arricchirla con un significato più profondo. È più facile capire il servizio in questo mondo nel più ampio contesto della vita, che prosegue al di là dell'esistenza terrena e continua per sempre mentre la nostra anima progredisce nei mondi di Dio. In un processo educativo, al contrario di quanto accade in una formazione tecnica, i partecipanti devono diventare sempre più consapevoli del significato e del valore di ciò che stanno facendo. L'esperienza insegna che solo se questa consapevolezza cresce, essi arriveranno a pensare di essere gli attivi e responsabili “titolari” del proprio apprendimento.

Ogni sezione dell'unità ha inizio con una, due o tre citazioni dagli Scritti bahá'í, seguite da alcuni esercizi. Il linguaggio dei passi citati in questa unità è più impegnativo rispetto alle due precedenti. Naturalmente, non c'è alcun bisogno che il gruppo si dilunghi sulle parole difficili. Il facilitatore vorrà fare in modo che tutti afferrino l'idea centrale della quale ogni sezione si occupa, che è esattamente ciò che gli esercizi cercano di ottenere.

Data la natura dell'argomento, gli esercizi che richiedono esempi concreti sono pochi e rari. La maggior parte di essi tende a fermarsi al livello concettuale. Si noti tuttavia che ad alcune delle domande poste dagli esercizi è impossibile dare una risposta rapida o precisa. Essi sono utilizzati per sensibilizzare i partecipanti all'argomento. È sufficiente che i partecipanti si limitino a riflettere sulle domande e l'obiettivo dell'apprendimento sarà stato raggiunto.

Le prime sezioni si occupano del rapporto tra l'anima e il corpo, che, insieme, compongono l'essere umano in questo piano dell'esistenza. L'idea fondamentale presentata in queste sezioni è che l'anima non è un'entità fisica. La sua associazione con il corpo può essere paragonata alla luce che appare in uno specchio. Se lo specchio si ricopre di polvere oppure si rompe, lo splendore della luce non ne viene influenzato. La morte è solo il cambiamento di stato che si ha quando l'associazione tra il corpo e l'anima si interrompe. In seguito, l'anima progredisce verso il suo Creatore per tutta l'eternità.

L'unità passa poi al tema dello scopo della vita: conoscere Dio e giungere alla Sua presenza. Qui la discussione verte su due temi generali: il primo è lo scopo della vita in questo

mondo, il secondo è il viaggio dell'anima dopo la morte. L'anima è un segno di Dio e può rispecchiare tutti i Suoi nomi e i Suoi attributi. Ma le potenzialità interiori dell'essere umano sono latenti. Si possono sviluppare solo con l'aiuto delle Manifestazioni di Dio, quegli Esseri santificati che vengono di tanto in tanto sulla terra per guidare l'umanità. Grazie all'educazione spirituale che Essi forniscono, i tesori nascosti in noi possono venire alla luce.

Quanto al viaggio dell'anima dopo la morte, l'unità espone una serie di idee sulle quali i partecipanti devono meditare. Coloro che sono fedeli a Dio conseguiranno la vera felicità. Nessuno di noi potrà mai conoscere la propria fine e, quindi, dobbiamo perdonarci reciprocamente e non dobbiamo sentirci superiori agli altri. Nel mondo a venire, come in questo, l'anima continuerà a progredire e le facoltà spirituali che abbiamo sviluppato in questo mondo ci soccorreranno e aiuteranno in quello. Nei regni dell'al di là riconosceremo i nostri cari, ricorderemo la vita di questo mondo e godremo della compagnia di anime sane e santificate.

L'unità si conclude con un passo tratto dagli Scritti di Bahá'u'lláh che ci rassicura sui benefici del mondo a venire e ci raccomanda di non permettere che i casi e le vicende di questa vita ci addolorino. I partecipanti sono quindi invitati a riflettere sul senso di ciò che hanno studiato nei confronti della propria vita.



Comprendere gli Scritti bahá'í

Scopo

Rafforzare l'abitudine di leggere ogni giorno
qualche passo degli Scritti sacri e
di meditare sul loro significato.

SEZIONE 1

Lo scopo di questa unità è di aiutarvi a sviluppare e rafforzare l'abitudine di leggere ogni giorno qualche passo degli Scritti sacri e di meditare sul loro significato. Il primo esercizio è semplice: vi chiede di leggere una frase tratta dagli Scritti e di rispondere a una domanda, la cui risposta è la frase stessa. Sebbene di facile esecuzione, l'esercizio vi aiuterà a riflettere sul significato delle frasi citate e a impararle a memoria.

Il miglioramento del mondo può ottenersi mediante azioni pure e sante e una condotta lodevole e decorosa.¹

1. Come possiamo ottenere il miglioramento del mondo? _____

Badate, o genti di Bahá, a non seguire le orme di coloro le cui parole differiscono dalle loro azioni.²

2. Quali orme non dobbiamo seguire? _____

O Figlio dell'Essere! Fa' ogni giorno un esame di coscienza prima che tu sia chiamato a render conto di te stesso...³

3. Che cosa dobbiamo fare prima di esser chiamati a render conto di noi stessi? _____

Dite, fratelli! Opere e non parole siano il vostro ornamento.⁴

4. Quale deve essere il nostro vero ornamento? _____

Le sante parole e le azioni pure e pie ascendono al paradiso della gloria celestiale.⁵

5. Che cosa fanno le sante parole e le azioni pure e pie? _____

SEZIONE 2

I seguenti esercizi sono correlati alle citazioni che avete appena letto e vi aiuteranno a riflettere ulteriormente sul loro significato. Non bisogna svolgerli in modo meccanico, ma allo stesso tempo non occorre discutere a lungo su ogni singolo esercizio. In ogni caso, quando uno è più impegnativo il facilitatore vi aiuterà a esaminarlo con cura.

1. «Lodevole» significa qualcosa che merita una lode. Tra le cose che seguono, che cos'è lodevole?

_____ Essere un buon lavoratore

_____ Rispettare gli altri

_____ Essere studioso

_____ Essere bugiardo

_____ Essere pigro

_____ Servire gli altri

2. Cosa significa «prima che tu sia chiamato a render conto di te stesso»? _____

3. Quali delle seguenti affermazioni sono vere?

_____ Nel mondo le brave persone sono così poche che le loro azioni non hanno alcun effetto

_____ Una cosa è giusta se è in accordo con l'opinione degli altri.

_____ Una cosa è giusta se è in accordo con gli insegnamenti di Dio.

4. Quali delle seguenti sono azioni pure e sante?

_____ Prendersi cura dei bambini e educarli

_____ Rubare

_____ Pregare per il progresso degli altri

_____ Dire una piccola bugia per togliersi dagli impicci

_____ Aiutare gli altri e attendersi una ricompensa

5. In quali delle seguenti situazioni le parole di una persona non sono in accordo con le sue azioni?

_____ Qualcuno continua a ripetere che dovremmo essere tutti uniti, ma il suo comportamento è causa di conflitti

_____ Qualcuno elogia il valore di una vita casta, ma ha rapporti sessuali al di fuori del matrimonio.

_____ Qualcuno consuma alcol occasionalmente, ma si professa seguace di una fede religiosa che lo proibisce.

_____ Qualcuno difende la parità tra uomo e donna, ma come datore di lavoro paga meno le donne rispetto agli uomini per svolgere la stessa mansione.

6. È permesso che un bahá'í si confessi? _____

7. Che cosa deve fare invece di confessarsi? _____

8. Che cosa significa «paradiso della gloria celestiale»? _____

9. Che effetto hanno le cattive azioni sul mondo? _____

10. Che effetto hanno le cattive azioni su coloro che le commettono? _____

SEZIONE 3

Leggete e riflettete sulle seguenti citazioni dagli Scritti e poi provate a impararle a memoria.

La sincerità è la base di tutte le virtù umane.⁶

1. Qual è la base di tutte le virtù umane? _____

Senza sincerità è impossibile alcun progresso o successo nei mondi di Dio.⁷

2. Che cos'è impossibile senza la sincerità? _____

Abbellite le vostre lingue con la sincerità, o uomini, e adornate le vostre anime con la gemma dell'onestà.⁸

3. Con che cosa dobbiamo abbellire la nostra lingua? _____

4. Con che cosa dobbiamo adornare la nostra anima? _____

Sia casto il vostro occhio, fedele la mano, verace la lingua e illuminato il cuore.⁹

5. Come dev'essere il nostro occhio? _____ La nostra mano? _____

La nostra lingua? _____ Il nostro cuore? _____

Coloro che dimorano nel tabernacolo di Dio e si sono assisi sui seggi della gloria eterna, anche se muoiono di fame, si rifiutano di allungar la mano per impadronirsi illecitamente dei beni del prossimo, per quanto vile e insignificante egli sia.¹⁰

6. Cosa dobbiamo rifiutarci di fare anche se stiamo morendo di fame? _____

SEZIONE 4

Come forse avrete notato mentre svolgevate la sezione 2, alcuni esercizi di quest'unità richiedono una risposta precisa. In questi casi, se siete in dubbio sulla risposta, il facilitatore potrà aiutarvi a raggiungere l'unità di pensiero. Per altri esercizi, invece, ciò che importa è la discussione e non occorre una risposta specifica. Fra quelli a seguire il terzo è del primo tipo, mentre il sesto rientra nella seconda categoria.

1. La sincerità è la base di tutte le virtù umane. Elenca cinque virtù: _____

2. È possibile acquisire queste virtù senza sincerità? _____

3. Quali delle seguenti affermazioni sono vere?

- _____ Si può essere giusti, anche se si mente.
- _____ Chi ruba ha la mano fedele.
- _____ La mano fedele non tocca mai ciò che non le appartiene.
- _____ Utilizzare materiale pornografico va contro il consiglio di Bahá'u'lláh di avere un occhio casto.
- _____ Sincerità significa non mentire.
- _____ L'onestà è un ornamento dell'anima.
- _____ Chi non è sincero può progredire spiritualmente.
- _____ È lecito dire una bugia ogni tanto.
- _____ Dio accetta che si rubi per fame.
- _____ Prendere una cosa senza il permesso del proprietario, ma con l'intenzione di restituirla, non significa rubare
- _____ Quando agiamo onestamente e siamo corretti e sinceri il nostro cuore si illumina.
- _____ È impossibile avere successo negli affari senza imbrogliare ogni tanto.

4. È possibile mentire a se stessi? _____
5. Che cosa perdiamo quando diciamo una bugia? _____
6. A che cosa assomiglierebbe il mondo se fossimo tutti onesti e sinceri? _____

SEZIONE 5

Leggete le seguenti citazioni e provate a impararle a memoria. Per qualcuno può essere difficile, ma imparare a memoria le citazioni dagli Scritti è di grande giovamento, perciò fate tutto il possibile per riuscirci. Impegnarsi a far questo ci aiuta a fissare i concetti nel cuore e nella mente e a esprimerli con parole simili a quelle del testo originale.

Una lingua benevola è una calamita per i cuori degli uomini e pane per lo spirito, riveste di significato le parole ed è sorgente della luce della saggezza e della comprensione...¹¹

1. Come si può descrivere una lingua benevola? _____

2. Quale effetto ha una lingua benevola sulle parole? _____

O amati del Signore! In questa sacra Dispensazione i conflitti e le contese non sono in alcun modo permessi. Ogni aggressore si priva della grazia di Dio.¹²

3. In base alla citazione che cosa non è permesso in questa Dispensazione? _____

4. Di che cosa si priva l'aggressore? _____

Assolutamente nulla può, in questo Giorno, infliggere un danno maggiore a questa Causa, della discordia e della lotta, delle contese, dell'estraniamento e dell'apatia fra gli amati di Dio.¹³

5. Quali condizioni infliggono il danno più grave alla Causa di Dio? _____

Non vi accontentate di mostrare amicizia solamente a parole. Fate che il vostro cuore arda di amorevole gentilezza per tutti quelli che incontrate sul vostro cammino.¹⁴

6. Di che tipo di amicizia non ci dobbiamo accontentare? _____

7. Di che cosa deve ardere il nostro cuore? _____

Quando viene un pensiero di guerra, opponetegli un più forte pensiero di pace. Un pensiero d'odio deve essere distrutto da un più potente pensiero d'amore.¹⁵

8. Che cosa si deve opporre a un pensiero di guerra? _____

9. Con che cosa si deve distruggere un pensiero d'odio? _____

SEZIONE 6

Tenendo a mente le citazioni precedenti, svolgete i seguenti esercizi:

1. «Calamita» è un altro termine che sta per magnete. In che modo una lingua benevola agisce come una calamita? _____

2. Quali delle seguenti affermazioni proviene da una lingua benevola?

_____ «Lasciami in pace!»

_____ «Ma perché non lo capisci?»

_____ «Potresti aspettare, per favore?»

_____ «Che bambini terribili!»

_____ «Grazie, sei molto gentile.»

_____ «In questo momento non ho tempo, ho da fare.»

3. In quali delle seguenti situazioni sono presenti conflitti e contese?

_____ Durante una consultazione due persone esprimono opinioni diverse.

_____ Durante una consultazione due persone si arrabbiano e discutono tra loro.

_____ Due persone non partecipano più all'incontro devozionale settimanale perché non si rivolgono la parola.

_____ I membri di un gruppo che sta collaborando a un progetto continuano a lamentarsi, ciascuno accusando l'altro di non fare abbastanza.

4. Quali delle seguenti situazioni mostra segni di estraniamento?

_____ Due amici si incontrano casualmente per strada e si ignorano.

_____ Una persona arriva a un incontro devozionale e tutti la salutano cordialmente.

_____ Due membri di un gruppo, pur essendo vicendevolmente gentili, sono restii a partecipare a un progetto assieme.

5. Decidete se le seguenti affermazioni sono vere:

_____ Si deve dire esattamente ciò che si pensa degli altri, anche a costo di ferirli nel cuore.

_____ È giusto mentire per evitare conflitti.

- _____ È possibile superare i conflitti con l'amore e la gentilezza.
- _____ Le parole dette con amore hanno più effetto.
- _____ È giusto litigare con qualcuno se ha cominciato lui.
- _____ Chi è ammalato o triste ha il diritto di essere sgarbato con gli altri.
- _____ Non è gentile deridere chi commette uno sbaglio.
- _____ Quando fra amici i rapporti sono tesi, ognuno deve fare uno sforzo speciale per avvicinarsi all'altro.
- _____ Quando fra amici i rapporti sono tesi, ognuno deve aspettare che l'altro faccia il primo passo.

SEZIONE 7

Leggete le seguenti citazioni e imparatele a memoria.

... la maldicenza... spegne la luce del cuore e distrugge la vita dell'anima.¹⁶

Non palesare i peccati altrui perché anche tu sei un peccatore.¹⁷

Non dire il male, affinché tu possa non udire il male che ti vien detto, e non esagerare le colpe degli altri, affinché le tue possano non apparire grandi...¹⁸

O Figlio dell'Essere! Come hai potuto dimenticare i tuoi falli e occuparti dei falli altrui? Chiunque fa ciò è da Me maledetto.¹⁹

1. Che effetto ha la maldicenza su chi la fa? _____

2. Che cosa dobbiamo ricordare prima di pensare ai peccati altrui? _____

3. Che cosa ci capita se esageriamo le colpe degli altri? _____

4. Che cosa dobbiamo ricordare quando pensiamo alle colpe degli altri? _____

SEZIONE 8

Tenendo a mente le citazioni precedenti, svolgete i seguenti esercizi:

1. Che cosa accade al progresso dell'anima di chi pensa alle colpe degli altri? _____

2. Che effetto ha la maldicenza su una comunità? _____

3. Che cosa fate quando un amico incomincia a parlarvi delle colpe di un altro? _____

4. Decidete se le seguenti affermazioni sono vere:

_____ Non facciamo maldicenza quando parliamo delle vere colpe degli altri.

_____ Non facciamo maldicenza quando parliamo sia delle qualità che dei difetti di una persona.

_____ Nella nostra società, la maldicenza è diventata un'abitudine e noi dobbiamo sviluppare la disciplina necessaria per liberarcene.

_____ Se chi ci ascolta promette di non riferire a nessuno quel che diciamo, non c'è nulla di male nella maldicenza.

_____ La maldicenza è uno dei più grandi nemici dell'unità.

_____ Se prendiamo l'abitudine di parlare sempre degli altri corriamo il rischio di cadere nella maldicenza.

_____ Quando durante una seduta dell'Assemblea Spirituale Locale si esaminano le capacità di varie persone per nominare un comitato si fa maldicenza.

_____ Quando sentiamo il bisogno di fare maldicenza dobbiamo ricordarci delle nostre colpe.

_____ Quando sappiamo che una persona fa cose che danneggiano la Fede dobbiamo discuterne con i membri della comunità.

_____ Quando sappiamo che una persona fa cose che danneggiano la Fede dobbiamo limitarci a informare l'Assemblea Spirituale Locale.

_____ Non è sbagliato che una coppia di coniugi parli delle colpe degli altri in quanto i coniugi non devono avere segreti l'uno per l'altra.

SEZIONE 9

Come abbiamo detto all'inizio, lo scopo di quest'unità è di aiutare i partecipanti a sviluppare e rafforzare l'abitudine di leggere ogni giorno qualche passo degli Scritti sacri e di meditare sul loro significato. Leggere i versetti di Dio ogni mattina e ogni sera è un insegnamento di Bahá'u'lláh che favorisce il nostro sviluppo spirituale. La seguente citazione ci ricorda dei doni che riceviamo adempiendo a questo dovere. Siete incoraggiati a studiarla a memoria:

Immergetevi nell'oceano delle Mie parole per districarne i segreti e scoprire le perle di saggezza celate nelle sue profondità.²⁰

Ora che avete completato quest'unità è probabile che vi sia venuta la voglia di procurarvi un libro di Scritti di Bahá'u'lláh e di leggerne ogni giorno qualche frase. *Le Parole Celate* sono una buona scelta per incominciare.

RIFERIMENTI

- ¹ Bahá'u'lláh, citato in Shoghi Effendi, *L'Avvento della Giustizia Divina*, 2ª ed. riv. (Casa Editrice Bahá'í, Roma, 1987), p. 19.
- ² Bahá'u'lláh, *Spigolature dagli Scritti di Bahá'u'lláh*, 1ª ristampa (Casa Editrice Bahá'í, Ariccia, 2010), CXXXIX, 8, p. 290.
- ³ Bahá'u'lláh, *Le Parole Celate* (Casa Editrice Bahá'í, Ariccia, 2016), dall'arabo, n. 31, p. 12.
- ⁴ Ivi, dal persiano, n. 5, p. 29.
- ⁵ Ivi, dal persiano, n. 69, p. 55.
- ⁶ 'Abdu'l-Bahá, citato in Shoghi Effendi, *Avvento*, p. 20
- ⁷ Ibidem
- ⁸ Bahá'u'lláh, *Spigolature*, CXXXVI, 6, p. 282.
- ⁹ Bahá'u'lláh, *Tavole di Bahá'u'lláh rivelate dopo il Kitáb-i-Aqdas* (Casa Editrice Bahá'í, Roma, 1981), p. 126.
- ¹⁰ Bahá'u'lláh, *Spigolature*, CXXXVII, par. 3, p. 284.
- ¹¹ Ivi, sez. CXXXII, par. 5, p. 275.
- ¹² 'Abdu'l-Bahá, *Ultime Volontà e Testamento di 'Abdu'l-Bahá*, in *Testi per lo studio del Patto* (Casa Editrice Bahá'í, Ariccia, 2020), par. 23, p.28.
- ¹³ Bahá'u'lláh, *Spigolature*, V, par.5, p. 9.
- ¹⁴ 'Abdu'l-Bahá, *La saggezza di 'Abdu'l-Bahá. Discorsi pronunciati da 'Abdu'l-Bahá nel 1911* (Casa Editrice Bahá'í, Roma, Ariccia, 2018), I, par. 7, p. 7.
- ¹⁵ Ivi, VI, par. 7, p. 22.
- ¹⁶ Bahá'u'lláh, *Spigolature*, CXXV, 3, p. 253.
- ¹⁷ Bahá'u'lláh, *Parole Celate*, dall'arabo, n. 27, p. 11.
- ¹⁸ Ivi, dal persiano, n. 44, p. 45.
- ¹⁹ Ivi, dall'arabo, n. 26, p.10.
- ²⁰ Bahá'u'lláh, *Spigolature*, LXX, 2, p. 131.



La preghiera

Scopo

Meditare sul significato della preghiera e consolidare l'abitudine di pregare regolarmente

SEZIONE 1

I corsi dell'Istituto Ruhi intendono aiutare i partecipanti a percorrere la strada del servizio. Percorriamo questa strada spinti da un duplice senso di scopo: crescere spiritualmente e intellettualmente e contribuire alla trasformazione della società. Questi due aspetti sono inseparabili. Nel seguente passo Bahá'u'lláh ci esorta:

Non affaccendatevi con le cose vostre, ma fissate i vostri pensieri su quel che può riabilitare le sorti dell'umanità e santificare i cuori e le anime degli uomini.¹

In un altro passo Egli afferma chiaramente:

... lo scopo per cui gli uomini mortali sono entrati nel regno dell'essere dall'assoluta inesistenza è che potessero lavorare per il miglioramento del mondo e vivere insieme in concordia e armonia.²

A proposito della nostra condizione interiore Egli dichiara:

Fratello Mio! Un cuore puro è come uno specchio. Lucidalo col brunitoio dell'amore e del distacco da tutto tranne Dio, acciocché il vero sole possa brillarvi dentro e possa sorgervi l'eterno mattino.³

E 'Abdu'l-Bahá ci dice:

I vostri cuori devono essere puri e le vostre intenzioni sincere, affinché possiate ricevere i doni divini.⁴

1. Su cosa dobbiamo concentrare i nostri pensieri e le nostre occupazioni? _____

2. Per quale scopo siamo entrati nel regno dell'essere dall'assoluta inesistenza? _____

3. Con che cosa dobbiamo lucidare lo specchio del cuore? _____

4. Quali sono i requisiti per ricevere i doni divini? _____

5. Qualcuna delle seguenti affermazioni è vera?

- Prima devi pensare a te stesso e poi agli altri.
- Se continui ad aiutare gli altri perderai di vista i tuoi obiettivi.
- Il tuo migliore amico sei tu.
- La cosa più importante è scoprire ciò che ti rende felice.
- Segui i tuoi sogni e troverai la felicità.
- Finché non fai male a nessuno non importa cosa fai .
- Se le tue intenzioni sono egoistiche va bene, basta che tu faccia qualcosa di buono.

SEZIONE 2

Un'idea fondamentale sulla quale il nostro duplice scopo si basa è che ogni uomo è stato creato nobile.

Bahá'u'lláh dice:

O Figlio dello Spirito! Ti ho creato ricco, perché ti riduci in povertà? Ti ho creato nobile, perché ti degradi? Dall'essenza del sapere ti diedi la vita, perché cerchi lume da altri che Me? Ti plasmai con la creta dell'amore, perché ti dai da fare con altri? Rivolgi lo sguardo in te stesso così che tu Mi possa trovare dentro di te, forte, possente e sufficiente a tutto.⁵

Riempire i seguenti spazi lasciati in bianco vi aiuterà a meditare su questo passo.

O Figlio dello Spirito! Ti ho creato _____, perché ti _____ in _____?
Ti ho _____, perché ti _____? Dall' _____ del
_____ ti diedi la vita, perché _____ da altri che _____?
Ti _____ con la creta dell' _____, perché ti _____ con _____?
Rivolgi il tuo _____ in _____ così che tu _____ possa trovare dentro di te,
_____, _____ e _____.

Per essere fedeli alla nobiltà dell'anima dobbiamo rivolgerci alla Sorgente del nostro essere e cercare lume presso di Lui. Uno dei metodi più validi per riuscirci è grazie alla preghiera. Shoghi Effendi, il Custode della Fede, ci dice che il suo principale intendimento è «lo sviluppo dell'individuo e della società, mediante l'acquisizione di virtù e forze spirituali. È l'anima dell'uomo che deve, per prima, essere nutrita e a questo nutrimento spirituale è la preghiera che può meglio provvedere».⁶

SEZIONE 3

Dio è l'Onnisciente, il Sapientissimo. Egli ci ha creati e conosce i nostri cuori e ciò che è meglio per noi. Non ha bisogno delle nostre preghiere. Allora perché preghiamo?

‘Abdu’l-Bahá afferma:

Nella preghiera più elevata, l'uomo prega soltanto per amore di Dio e non perché tema di Lui o dell'inferno o spera in favori o nel paradiso... Quando un uomo s'innamora di un essere umano è impossibile che si astenga dal nominare l'amato. Quanto più difficile è l'astenersi dal ricordare il Nome di Dio quando si sia imparato ad amarLo... L'uomo spirituale non trova diletto se non nel ricordare Iddio.⁷

E in risposta a una domanda Egli spiega:

L'amico che nutre amore per un altro desidera esprimerlo; sebbene sappia che l'amico conosce il suo amore, desidera ripeterlo ancora... Dio conosce i desideri di tutti i cuori, ma l'impulso di pregare è naturale, sgorgando dall'amore dell'uomo per Dio...⁸

1. Completate le seguenti frasi:

- a. Nella preghiera più _____, _____ soltanto per _____ di Dio e non perché temiamo di Lui o dell' _____, o speriamo in _____ o nel _____.
- b. Quando ci _____ di un essere umano è _____ astenerci dal _____ l'_____. Quanto più difficile è l' _____ dal _____ il Nome di _____ quando si sia imparato ad _____.
- c. Una persona spirituale non _____ se non nel _____ Iddio.

2. Perché preghiamo? _____

3. Cosa significa «rimembrare Iddio»? _____

4. Qual è il più fervido desiderio di una persona che ne ama un'altra? _____

5. Da dove sgorga l'impulso di pregare? _____

SEZIONE 4

In una preghiera rivelata da Bahá'u'lláh leggiamo:

Ti supplico... di far della mia preghiera un fuoco che bruci i veli che mi nascondono la Tua bellezza e una luce che mi guidi all'oceano della Tua Presenza.⁹

In quella stessa preghiera chiediamo a Dio:

Fa' della mia preghiera, o mio Signore, una fontana d'acqua vivificatrice per cui io possa vivere tanto quanto duri la Tua sovranità e possa parlare di Te in ogni mondo dei Tuoi mondi.¹⁰

1. Cosa significa che la preghiera può diventare un fuoco? Cosa brucia? _____

2. Indicate qualche velo che ci separa da Dio: _____

3. La preghiera può essere come una luce? Verso cosa ci guida? _____

4. La preghiera può essere una fontana di acqua vivificatrice? Cosa riversa sull'anima?

SEZIONE 5

Leggete e riflettete sulle seguenti parole di ‘Abdu’l-Bahá:

Nel mondo dell’esistenza nulla è più dolce della preghiera. Si deve vivere in stato di preghiera. Lo stato della preghiera e della supplica è la condizione più benedetta. La preghiera è una conversazione con Dio. La conversazione con Dio è la massima conquista, lo stato più dolce. Essa genera spiritualità, consapevolezza e sentimenti celestiali, crea nuove attrazioni del Regno e suscita i sentimenti dell’intelligenza superiore.¹¹

1. Qual è lo stato più dolce nel mondo dell’esistenza? _____

2. Cosa significa «stato di preghiera»? _____

3. Indicate alcune delle qualità che la preghiera genera: _____

4. Rileggete le citazioni che avete studiato in queste prime sezioni e scrivete cinque frasi sulla natura della preghiera.
 - La preghiera è _____
 - La preghiera è _____
 - La preghiera è _____
 - La preghiera è _____
 - La preghiera è _____

SEZIONE 6

Leggete e meditate sulle seguenti parole di Bahá’u’lláh:

O Mio servo, intona versetti di Dio che hai ricevuto, come li intonano coloro che si sono avvicinati a Lui, ché la dolcezza della tua melodia accenda la tua stessa

anima e attiri i cuori di tutti gli uomini. Quando qualcuno recita i versetti rivelati da Dio nell'intimità della propria camera, gli angeli dell'Onnipotente sparsi ovunque spandono nell'universo la fragranza delle parole pronunziate dalla sua bocca, facendo palpitare il cuore di ogni giusto. Per quanto, in un primo momento, possa non avvertirne l'effetto, pure, prima o poi, la virtù della grazia concessagli eserciterà la sua influenza sulla sua anima. In tal guisa sono stati decretati i misteri della Rivelazione di Dio per virtù della volontà di Colui Che è la Sorgente del potere e della saggezza.¹²

1. Che cosa significa «intonare»? _____

2. Come dobbiamo intonare i versetti di Dio? _____

3. Che cosa significa «recitare»? _____

4. Che cosa significa «spandere»? _____

5. Quale effetto avrà sulla nostra anima la dolcezza della nostra melodia? _____

6. Quale effetto avrà sul cuore altrui la dolcezza della nostra melodia? _____

SEZIONE 7

Vi farà piacere imparare a memoria i due seguenti passi tratti da una preghiera rivelata da Bahá'u'lláh:

O Dio, mio Dio! Non guardare alle mie speranze e alle mie azioni, ma guarda piuttosto alla Tua volontà che ha abbracciato i cieli e la terra. Pel Tuo Più Grande Nome, o Tu Signore di tutte le nazioni! Ho desiderato soltanto ciò che Tu desiderasti ed amo soltanto ciò che Tu ami.¹³

Troppo in alto sei Tu perché la lode di coloro che Ti sono accanto possa ascendere al cielo della Tua vicinanza, o perché gli uccelli dei cuori di coloro che Ti sono devoti possano giungere alla soglia della Tua porta. Attesto che sei stato santificato al di sopra di tutti gli attributi e consacrato al di sopra di tutti i nomi. Non v'è altro Dio che Te, l'Eccelso. Il Gloriosissimo.¹⁴

SEZIONE 8

‘Abdu’l-Bahá afferma:

Fa d'uopo che il servo preghi Iddio, Ne cerchi l'aiuto e Ne supplichi e Ne implori l'assistenza. Questo s'addice al rango del servaggio e il Signore decreterà qualunque cosa voglia, conforme alla Sua perfetta saggezza.¹⁵

E spiega:

Lo spirito ha influenza, la preghiera ha un effetto spirituale. Quindi noi preghiamo: «O Dio! Guarisci questo malato!». Forse Dio risponderà. Ha importanza chi prega? Dio risponde alla preghiera di ogni servo, se quella preghiera è urgente. La Sua misericordia è vasta, illimitata. Egli risponde alle preghiere di tutti i Suoi servi. Risponde alla preghiera di questa pianta. La pianta potenzialmente prega: «O Dio! Mandami la pioggia!». Dio risponde alla preghiera e la pianta cresce. Dio risponde a tutti.¹⁶

Quando preghiamo è naturale chiedere a Dio di concederci ciò di cui abbiamo bisogno. Preghiamo per la nostra salute e per quella dei nostri cari, preghiamo per il progresso spirituale e materiale della nostra famiglia e preghiamo per ricevere aiuto. Chiediamo forza, fede e conferme sulla strada del servizio. Naturalmente, quando preghiamo Dio dobbiamo ricordare che lo scopo della nostra vita è quello di conformare la nostra volontà alla Sua. Perciò dobbiamo pregare affinché sia fatta la Sua volontà ed esser pronti a sottometterci ad essa. Imparare a memoria le seguenti parole di ‘Abdu’l-Bahá sarà per voi una costante fonte di gioia e fiducia.

O tu che hai il viso rivolto verso Dio! Chiudi gli occhi ad ogni altra cosa e aprili al reame del Gloriosissimo. Da Lui solo implora tutto quel che desideri; a Lui solo chiedi ciò di cui vai in cerca. Con uno sguardo Egli esaudisce centomila speranze, in un'occhiata sana miriadi di insanabili mali, con un rapido sguardo concede balsamo a ogni ferita; con un sol cenno libera i cuori dalle catene del dolore. Egli fa quel che fa, e quali risorse abbiamo noi? Egli porta a compimento il Suo Volere e ordina quel che Gli aggrada. È dunque meglio per te piegare il capo sottomesso e porre la tua fiducia nel Misericordioso Signore.¹⁷

SEZIONE 9

Da quanto studiato finora, è chiaro che un requisito essenziale di una vita spirituale è quello di rivolgersi a Dio in preghiera. La preghiera a Dio al mattino appena svegli e alla sera prima di andare a dormire ha una dolcezza particolare. Il tempo che ogni giorno dedichiamo alla preghiera e il numero delle preghiere che recitiamo dipende dalle necessità e dalla sete spirituale. In qualunque occasione possiamo scegliere tra le diverse preghiere rivelate da Bahá'u'lláh, dal Báb e da 'Abdu'l-Bahá. Tuttavia, Bahá'u'lláh ha rivelato tre preghiere obbligatorie quotidiane. Shoghi Effendi dice:

Le preghiere obbligatorie quotidiane sono tre. La più corta consiste di un solo versetto che deve essere recitato una volta ogni ventiquattro ore, a mezzogiorno. Quella media, che ha inizio con le parole: «il Signore attesta che non v'è altro Dio che Lui», deve essere recitata tre volte al giorno, mattina, mezzogiorno e sera. Essa è accompagnata da alcuni atti e gesti del corpo. La preghiera lunga, che è la più elaborata delle tre, deve essere recitata solo una volta ogni ventiquattro ore, in qualsiasi momento ci si senta inclini a farlo.

Ogni credente è completamente libero di scegliere una delle tre, ma ha l'obbligo di recitarne una e di farlo seguendo le precise istruzioni che le accompagnano.¹⁸

E prosegue:

Queste Preghiere Obbligatorie giornaliere, assieme ad alcune preghiere speciali, come la Preghiera per la Guarigione e la Tavola di Aḥmad, sono state investite da Bahá'u'lláh di una potenza e di un significato speciali; perciò è bene che i credenti le accettino come tali e le recitino con illimitata fiducia e con la certezza che, per loro mezzo, possono entrare in più intima comunione con Dio e identificarsi più pienamente con le Sue leggi e i Suoi precetti.¹⁹

Le tre preghiere obbligatorie rivelate da Bahá'u'lláh si recitano quando si è da soli. Nella Fede bahá'í non c'è alcuna preghiera congregazionale obbligatoria, cioè una preghiera quotidiana recitata in gruppo secondo un certo rito. La Preghiera per i defunti è l'unica preghiera congregazionale prescritta dalla legge bahá'í. Deve essere recitata prima della tumulazione da uno dei presenti, mentre il resto del gruppo ascolta in piedi in silenzio.

1. Che cosa significa la parola «obbligatorio»? _____

2. Quante preghiere obbligatorie quotidiane ha rivelato Bahá'u'lláh? _____

3. Dobbiamo recitarle ogni giorno tutte e tre? _____
4. Se decidiamo di dire la Preghiera obbligatoria lunga, quante volte al giorno dobbiamo recitarla? _____
5. Se scegliamo la Preghiera obbligatoria media, quante volte al giorno dobbiamo recitarla? _____
6. Quante volte dobbiamo recitarla, se scegliamo la Preghiera obbligatoria breve? _____
7. Indicate qualche preghiera dotata di una potenza speciale: _____

8. Se non lo avete già fatto, imparate a memoria la Preghiera obbligatoria breve:

Io faccio testimonianza, o mio Dio, che Tu mi hai creato per conoscerTi e adorarTi. Attesto in questo momento la mia debolezza e la Tua potenza, la mia povertà e la Tua ricchezza.

Non v'è altro Dio all'infuori di Te, l'Aiuto nel pericolo, Colui Che esiste da Sé.²⁰

9. Di cosa facciamo testimonianza in questa preghiera? _____

SEZIONE 10

È importante ricordare che, oltre ai doni che riceviamo quando obbediamo alla legge della preghiera obbligatoria e al cibo spirituale che otteniamo quando preghiamo da soli, quando ascoltiamo le preghiere recitate dagli altri durante gli incontri, piccoli o grandi che siano, la nostra anima si eleva. Bahá'u'lláh ci dice:

Radunatevi nella massima gioia e fratellanza a recitare i versetti rivelati dal Signore misericordioso. Ciò facendo, si spalancheranno innanzi al vostro intimo essere le porte della vera conoscenza e sentirete le vostre anime dotarsi di fermezza e i vostri cuori colmarsi di sfolgorante gioia.²¹

Proviamo tutti una grande gioia nel sapere che in tutto il mondo le riunioni devozionali in cui gli amici e i vicini si riuniscono per entrare in comunione con Dio si moltiplicano a migliaia. La Casa Universale di Giustizia scrive:

Gli incontri devozionali sono occasioni nelle quali qualsiasi anima può entrare, respirare le fragranze del cielo, percepire la dolcezza della preghiera, meditare sulla Parola creativa, lasciarsi trasportare sulle ali dello spirito ed entrare in comunione con l'Amato. Vi si generano sentimenti di amicizia e di causa comune, soprattutto nelle conversazioni spiritualmente elevate che sorgono spontaneamente in quelle occasioni e attraverso le quali la «città del cuore umano» può essere aperta.²²

Quando abbiamo il desiderio di pregare stiamo un attimo in silenzio per svuotare la mente dalle cose di questo mondo. Mentre preghiamo, rimaniamo concentrati su Dio. Quando abbiamo finito di dire le preghiere restiamo in silenzio per un po' e non passiamo bruscamente ad altre attività. La stessa cosa vale quando ascoltiamo le preghiere recitate dagli altri agli incontri. In queste occasioni, rimaniamo raccolti in preghiera e seguiamo con attenzione le parole come se le stessimo recitando noi.

1. Con quale spirito dobbiamo radunarci a recitare i versetti di Dio? _____

2. Cosa avviene quando ci raduniamo a recitare i versetti di Dio ? _____

3. Gli incontri devozionali sono occasioni nelle quali l'anima può:

— _____,

— _____,

— _____,

— _____,

— _____ e

— _____.

4. Quali sentimenti si generano negli incontri devozionali? _____

5. Cosa avviene nelle conversazioni spiritualmente elevate che sorgono spontaneamente durante gli incontri devozionali? _____

6. Descrivete brevemente l'atteggiamento rispettoso che dobbiamo tenere quando preghiamo, sia da soli che con agli altri.

SEZIONE 11

Nella prima unità di questo libro vi siete concentrati sull'abitudine di leggere ogni giorno qualche passo degli Scritti sacri e di meditare sul loro significato. Qui avete riflettuto sull'importanza della preghiera e perciò avete rafforzato l'abitudine di pregare ogni giorno. Nella sezione precedente avete preso in esame il valore della preghiera comunitaria. Tutto questo vi ha preparati a compiere, se lo desiderate, un primo atto sulla strada del servizio: aprire un incontro devozionale.

Per prima cosa potete imparare a memoria delle preghiere e recitarle assieme a qualche amico. Nel frattempo, potete partecipare ad almeno un incontro devozionale della comunità ed unirvi ai suoi entusiasti sostenitori. Poi potreste anche decidere di aprire un vostro incontro devozionale invitando amici, familiari e vicini di casa a incontrarsi regolarmente per pregare e fare amicizia. Capita spesso che due o tre partecipanti a questi corsi decidano di aprire insieme un incontro devozionale di questo tipo.

Come potete immaginare, non esistono formule per organizzare un incontro devozionale. Ciò che è chiaro è che si tratta di un incontro di amici in cui si recitano preghiere, si leggono passi degli Scritti e hanno luogo conversazioni elevate, il tutto in un'atmosfera di grande spiritualità. Potete commentare brevemente ciascuna delle seguenti idee in relazione all'apertura di un incontro devozionale?

Invitare con affettuosa cordialità: _____

Creare un ambiente accogliente: _____

Mantenere un'atmosfera di riverenza: _____

Promuovere gioiosi legami di amicizia: _____

Incoraggiare conversazioni spiritualmente elevate: _____

RIFERIMENTI

- ¹ Bahá'u'lláh, *Spigolature dagli Scritti di Bahá'u'lláh*, 1ª ristampa (Casa Editrice Bahá'í, Ariccia, 2010), XLIII, 4, pp. 89-90.
- ² Bahá'u'lláh, citato in *La fideità: Compilazione della Casa Universale di Giustizia* (Casa Editrice Bahá'í, Roma, 1987), n. 20, p. 14-15.
- ³ Bahá'u'lláh, *L'appello del divino Amato: Opere mistiche di Bahá'u'lláh* (Casa Editrice Bahá'í, Ariccia, 2019), II, 43, p. 33.
- ⁴ 'Abdu'l-Bahá, *La promulgazione della pace universale. Discorsi pronunciati da 'Abdu'l-Bahá durante la Sua visita negli Stati Uniti e nel Canada nel 1912. Compilati da Howard MacNutt* (Casa Editrice Bahá'í, Ariccia, 2017), 5 maggio 1912, par. 3, p. 102.
- ⁵ Bahá'u'lláh, *Le Parole Celate*, (Casa Editrice Bahá'í, Ariccia, 2016), dall'arabo, n. 13, p. 7.
- ⁶ Shoghi Effendi (a nome di), 8 dicembre 1935, a un credente, in *Preghiera e vita devozionale: Compilazione della Casa Universale di Giustizia* (Casa Editrice Bahá'í, Ariccia, 2019), n. 71, p. 26.
- ⁷ 'Abdu'l-Bahá, in *Preghiera e vita devozionale*, n. 28, p. 9.
- ⁸ 'Abdu'l-Bahá, citato da J. E. Esslemont, *Bahá'u'lláh e la nuova Era: Un'introduzione alla Fede bahá'í* (Casa Editrice Bahá'í, Roma, 1998), VI, p. 152.
- ⁹ Bahá'u'lláh, in *Preghiera e vita devozionale*, n. 1, p. 1.
- ¹⁰ Ivi, n. 19, p. 6.
- ¹¹ 'Abdu'l-Bahá, citato in *Star of the West*, 17 maggio 1917, vol. 8, n. 4, , p. 41, [traduzione inedita].
- ¹² Bahá'u'lláh, *Spigolature*, CXXXVI, n. 2, p. 281.
- ¹³ Bahá'u'lláh, in *Preghiere bahá'í. Selezione di preghiere rivelate da Bahá'u'lláh, il Báb, 'Abdu'l-Bahá* (Casa Editrice Bahá'í, Ariccia, 2011), p. 132.
- ¹⁴ Ivi, p. 136.
- ¹⁵ 'Abdu'l-Bahá, in *Preghiera e vita devozionale*, n. 24, pp. 7-8.
- ¹⁶ Ivi, n.79, p.30.
- ¹⁷ 'Abdu'l-Bahá, *Antologia* (Casa Editrice Bahá'í, Roma, 1987), n. 22, p. 56.
- ¹⁸ Shoghi Effendi (a nome di), 10 gennaio 1936, all'Assemblea Spirituale Nazionale degli Stati Uniti e del Canada, in *Preghiera e vita devozionale*, n. 61, p. 21.
- ¹⁹ Shoghi Effendi (a nome di), 10 gennaio 1936, all'Assemblea Spirituale Nazionale degli Stati Uniti e del Canada, in *Preghiere bahá'í*, p. 225.
- ²⁰ Bahá'u'lláh, in *Preghiere bahá'í*, p. 127.
- ²¹ Bahá'u'lláh, in *Preghiera e vita devozionale*, n. 68, p. 24.
- ²² La Casa Universale di Giustizia, 29 dicembre 2015, al Convegno dei Corpi continentali dei Consiglieri, in *Preghiera e vita devozionale*, n. 76, pp. 28-29.



La vita e la morte

Scopo

Essere consapevoli che la vita non è costituita dai casi e dalle vicende di questo mondo e che il suo vero significato consiste nello sviluppo dell'anima.

SEZIONE 1

L'anima dell'uomo è esaltata al di sopra della materia e del mondo fisico. In uno dei Suoi discorsi 'Abdu'l-Bahá spiega:

I corpi sono composti di atomi. Quando questi atomi incominciano a separarsi, ha inizio la decomposizione e poi sopravviene ciò che chiamiamo morte...

Per l'anima è diverso. L'anima non è una combinazione di elementi, non è composta di tanti atomi. Essa è di una sostanza indivisibile e perciò è eterna. L'anima è completamente fuori dell'ordine della creazione fisica, è immortale.¹

1. Cosa significa «composto di»? _____
2. L'anima dell'uomo è composta di diversi elementi come i corpi materiali? _____
3. L'anima dell'uomo è un'entità fisica? _____

SEZIONE 2

In una lettera scritta a suo nome il Custode afferma che «l'anima dell'uomo viene all'esistenza al concepimento».² Rispondendo a una domanda sul significato di «concepimento» la Casa Universale di Giustizia rileva che:

Negli Scritti bahá'í non si è trovato nulla che indichi con precisione il momento e la natura biologica dell'evento definito "concepimento". Anche nell'ambiente medico l'uso del termine appare impreciso. In effetti, un modo di vedere è che esso coincida con la fecondazione, un altro è che avvenga dopo la fecondazione e l'impianto, cioè all'inizio della gravidanza. Pertanto potrebbe essere impossibile sapere quando abbia luogo l'associazione dell'anima con la forma materiale e questi punti, rientrando fra i misteri del mondo spirituale e dell'anima umana, potrebbero essere irrisolvibili per il pensiero umano e per la ricerca.³

1. Quando viene all'esistenza l'anima dell'uomo? _____
2. Il termine «concepimento» si riferisce a un preciso momento biologico? _____

SEZIONE 3

Il legame tra l'anima e il corpo non è di tipo materiale. L'anima non entra né esce dal corpo e non occupa uno spazio fisico. Il suo rapporto con il corpo è simile a quello della luce con lo

specchio che la riflette. La luce che appare sullo specchio non si trova al suo interno. Analogamente, l'anima non si trova all'interno del corpo. 'Abdu'l-Bahá spiega:

... l'anima razionale, vale a dire lo spirito umano, non esiste grazie a questo corpo per inerenza, vale a dire non vi penetra, in quanto l'inerenza e l'ingresso sono proprietà dei corpi e l'anima razionale ne è libera. Essa non ha avuto inizio penetrando in questo corpo e perciò nel lasciarlo non ha bisogno di un'altra dimora. No, il rapporto fra lo spirito e il corpo è come il rapporto fra questa lampada e uno specchio. Se lo specchio è levigato e perfetto, la luce della lampada vi appare e se lo specchio si rompe o si copre di polvere, la luce resta nascosta.⁴

1. Riempite gli spazi lasciati in bianco.
 - a. L'anima razionale, vale a dire _____, non esiste grazie a questo corpo per inerenza, vale a dire non _____.
 - b. L' _____, vale a dire lo spirito umano, non penetra nel corpo, in quanto l'inerenza e l'ingresso sono _____ e l'anima razionale ne è _____.
 - c. L'anima non ha avuto inizio _____ e perciò nel lasciarlo non ha bisogno _____.
 - d. Il rapporto fra lo spirito e il corpo è come il rapporto fra _____
_____.
 - e. Se lo specchio è levigato e perfetto _____
vi appare.
 - f. Se lo specchio si rompe o si copre di polvere _____
_____.
2. Sulla base di quanto studiato finora, indicate quali delle seguenti affermazioni sono vere:

_____ L'anima non appartiene al mondo materiale.

_____ L'anima si trova all'interno del corpo.

_____ Il corpo possiede l'anima.

_____ L'anima è immortale.

_____ L'individuo ha inizio quando l'anima si associa con l'embrione.

_____ La vita dell'individuo ha inizio quando egli nasce in questo mondo.

_____ L'esistenza materiale prosegue dopo la morte.

_____ La vita è costituita dalle cose che ci accadono ogni giorno.

3. Servitevi dell'immagine della luce e dello specchio per descrivere il rapporto che intercorre tra l'anima e il corpo: _____

SEZIONE 4

Tra l'anima e il corpo intercorre una relazione molto speciale. Essi, insieme, formano l'essere umano. Questa relazione dura soltanto finché dura la vita mortale. Quando il loro legame finisce, ciascuno ritorna alla propria origine: il corpo al mondo della polvere e l'anima ai mondi spirituali di Dio, dove continua a progredire. 'Abdu'l-Bahá afferma:

Lo spirito umano ha un inizio, ma non ha fine, permane in eterno.⁵

In uno dei Suoi discorsi Egli chiarisce:

Lo spirito non ha necessità di avere un corpo, ma il corpo o ha lo spirito o non può vivere. L'anima può vivere senza corpo, ma il corpo senz'anima muore.⁶

E il Custode spiega:

Riguardo all'anima dell'uomo: secondo gli Insegnamenti bahá'í l'anima inizia a esistere dalla formazione dell'embrione umano e dopo la sua separazione dal corpo continua a svilupparsi e passare attraverso infiniti stadi di esistenza. Il suo progresso è quindi infinito.⁷

1. Rispondete alle seguenti domande tenendo conto delle citazioni precedenti:

a. Il corpo ha bisogno dell'anima? _____

b. L'anima ha bisogno del corpo? _____

- c. Cosa avviene al rapporto tra il corpo e l'anima quando moriamo? _____

- d. Cosa avviene all'anima dopo la morte? _____

- e. Quanto dura il progresso dell'anima? _____

- f. Quando finisce la vita? _____

2. Indicate quali delle seguenti affermazioni sono in accordo con quello che avete studiato in queste sezioni:

- _____ La morte è una punizione.
- _____ Il rapporto tra il corpo e l'anima dura soltanto finché dura la vita mortale.
- _____ Il corpo è in grado di progredire in eterno.
- _____ L'anima progredirà per sempre.
- _____ La morte è la fine della vita.
- _____ Nel giorno del giudizio i nostri corpi risorgeranno.
- _____ Dopo la morte l'anima gode di maggiore libertà rispetto a prima.
- _____ La vita finisce con la morte.
- _____ Dobbiamo temere la morte.
- _____ Il cibo, i vestiti, il riposo e lo svago sono necessari per l'anima.
- _____ L'anima si stanca quando il corpo consuma energie.
- _____ L'anima è immune alle malattie e alle debolezze del corpo.
- _____ Dopo la morte l'essere umano avrà ancora qualche necessità fisica.

SEZIONE 5

Abbiamo visto che l'anima, a differenza delle entità materiali, non occupa uno spazio fisico né opera secondo le leggi della natura. Essa influenza il mondo agendo tramite il corpo. Questo, tuttavia, non è l'unico strumento mediante il quale l'anima esercita il proprio potere. Bahá'u'lláh dichiara:

In verità, Io dico che l'anima umana è al di sopra di ogni egresso e regresso. È immobile eppure si libra; si muove eppure è ferma.⁸

E 'Abdu'l-Bahá ci dice:

Sappiate che l'influenza e la percezione dello spirito umano sono di due specie, cioè, lo spirito agisce e percepisce in due modi diversi. Un modo è mediante strumenti e organi. Perciò lo spirito vede con gli occhi, ode con le orecchie, parla con la bocca... L'altro modo dell'influenza e dell'azione dello spirito avviene senza strumenti e organi corporei.⁹

1. Riempite gli spazi lasciati in bianco:
 - a. L'anima umana è al di sopra di ogni _____ e _____ .
 - b. È _____ eppure si _____ .
 - c. Si _____ eppure è _____ .

2. Descrivete i due modi mediante i quali l'anima percepisce e influenza questo mondo:

3. Potete fornire qualche esempio dell'influenza e dell'azione dello spirito che avviene senza strumenti corporei? _____

SEZIONE 6

Leggete il seguente passo degli Scritti di Bahá'u'lláh alla luce delle discussioni sulle precedenti sezioni:

Sappi che l'anima umana è al disopra e indipendente da tutte le infermità del corpo o della mente. Il fatto che una persona malata mostri segni di debolezza è da ricercarsi negli ostacoli che s'interpongono fra l'anima e il corpo, poiché l'anima, di per sé, resta immune da qualsiasi infermità del corpo. Considera la luce di una lampada. Benché un oggetto esterno possa interferire con la sua

luminosità, la luce continua a splendere con potere inalterato. Similmente ogni malattia che affligge il corpo dell'uomo è un impedimento che impedisce all'anima di manifestare la sua forza e il suo potere intrinseci. Ma quando lascia il corpo, essa mostra tale ascendenza e rivela tale potenza che nessuna forza terrena può eguagliare. Ogni anima pura, gentile e santificata è dotata d'immensa forza e gode di una gioia immensa.¹⁰

1. Spiegate con le vostre parole in che modo l'anima rimane immune alle infermità del corpo o della mente e cosa diverrà manifesto dopo la sua separazione dal corpo.

2. Avremo ancora un'individualità dopo la morte del corpo fisico? _____

SEZIONE 7

Bahá'u'lláh ci dice:

E ora riguardo la tua domanda a proposito dell'anima dell'uomo e della sua sopravvivenza dopo la morte. Sappi, in verità, che dopo la separazione dal corpo l'anima continuerà a progredire fino a giungere alla presenza di Dio in uno stato e in una condizione tali che neanche la rivoluzione dei tempi e dei secoli o le vicende e i casi di questo mondo potranno mutare. Essa durerà quanto dureranno il regno di Dio, la Sua sovranità, il Suo dominio e la Sua potenza e manifesterà i simboli e gli attributi di Dio, rivelandoNe la gentilezza amorosa e la magnanimità.¹¹

1. Per quanto tempo l'anima continuerà a progredire dopo la separazione dal corpo? ____

2. In quale stato l'anima continuerà il suo eterno viaggio verso la presenza di Dio? ____

3. Quali sono i simboli e gli attributi che l'anima manifesterà in quello stato? _____

4. Sulla base di quello che avete studiato finora indicate quali delle seguenti affermazioni sono vere:

_____ Il Regno di Dio dura in eterno.

_____ L'anima ha la capacità di manifestare gli attributi di Dio.

_____ Le preghiere che diciamo per i defunti non hanno effetto sul progresso delle loro anime.

_____ L'anima non cesserà mai di esistere.

SEZIONE 8

Bahá'u'lláh dichiara:

Sappi che ogni orecchio che ode, se tenuto puro e immacolato, deve sempre e da ogni parte ascoltare la voce che pronunzia queste sante parole: «In verità, veniamo da Dio e a Lui ritorneremo». I misteri della morte e del ritorno dell'uomo non sono stati divulgati e rimangono ancora sconosciuti...

La morte offre a ogni fiducioso credente la coppa che è vera vita. Dona gioia ed è apportatrice di contentezza. Conferisce il dono della vita eterna.

Quanto a coloro che hanno gustato il frutto dell'esistenza terrena dell'uomo che è il riconoscimento dell'unico vero Dio – esaltata sia la Sua gloria – la loro vita ulteriore sarà tale che non possiamo descriverla. Ne ha conoscenza solo Dio, il Signore di tutti i mondi.¹²

O Figlio dell'Essere Supremo! Ho fatto della morte un messaggero di gioia per te. Perché ti duoli? Creai la luce perché diffondesse su te il suo splendore. Perché te ne schermisci?¹³

1. Quali delle seguenti affermazioni sono vere?

_____ L'anima dell'essere umano viene da Dio e a Lui ritornerà.

- _____ Solo Dio è a conoscenza della vita dopo la morte.
- _____ Per il credente fiducioso la morte è vita.
- _____ La morte è apportatrice di contentezza.
- _____ I misteri della morte sono noti a tutti.
- _____ Dobbiamo fare tesoro dei doni della vita senza temere la morte, perché essa è un messaggero di gioia.
- _____ Non è importante avere cognizione della vita dopo la morte.

2. Tenendo in considerazione quello che avete studiato in queste sezioni scrivete un breve paragrafo a proposito della vita, della morte, del corpo e dell'anima.

SEZIONE 9

‘Abdu’l-Bahá spiega:

All’inizio della sua vita umana l’uomo era un embrione nel mondo del grembo materno. Qui ha ricevuto capacità e doti per la realtà dell’esistenza umana. Le forze e i poteri necessari per questo mondo gli sono stati conferiti in quella condizione limitata. In questo mondo gli occorrevano gli occhi: li ha ricevuti potenzialmente nell’altro. Gli occorrevano le orecchie: le ha ottenute colà in attesa e previsione della sua nuova esistenza. I poteri richiesti in questo mondo gli sono stati conferiti nel mondo del grembo materno, così quando è entrato in questo regno dell’esistenza reale non solo possedeva tutte le funzioni e i poteri necessari, ma ha trovato ad attenderlo l’occorrente per il suo sostentamento materiale.

Perciò, in questo mondo egli deve prepararsi alla vita aldilà. Ciò che gli occorre nel mondo del Regno, deve ottenerlo qua. Come nel mondo del grembo materno si è preparato acquistando le forze necessarie in questa sfera dell’esistenza, così in questo mondo deve conseguire potenzialmente le forze indispensabili per l’esistenza divina.¹⁴

1. Indicate quali delle seguenti affermazioni sono vere:

_____ Nel mondo del grembo materno si acquisiscono tutti i poteri necessari per questo mondo.

_____ Non occorre prepararsi per la vita nel mondo a venire.

_____ Ciò che ci occorre nel mondo del Regno dobbiamo procurarcelo lì.

_____ Lo scopo di questa vita è quello di acquisire i poteri necessari per la vita nel mondo a venire.

_____ La vera vita incomincia quando si muore e si va nel Regno divino.

_____ La vera vita incomincia in questo mondo e prosegue dopo la morte fisica.

2. Quali sono le capacità che l’essere umano riceve nel mondo del grembo materno?

3. Quali doti è necessario acquisire qui per la vita dopo la morte? _____

SEZIONE 10

Bahá'u'lláh proclama:

L'intero dovere dell'uomo in questo Giorno è di ottenere quella parte della fiumana di grazia che Dio riversa per lui. Nessuno perciò consideri la grandezza o piccolezza del recipiente. La porzione, per alcuni, può esser contenuta nel cavo d'una mano, per altri può riempire una coppa e, per altri ancora, persino un tino.¹⁵

1. Alla luce di questa citazione rispondete alle seguenti domande:

a. Qual è il dovere di ogni individuo in questo Giorno? _____

b. Quali sono le benedizioni che riceviamo da Dio? _____

c. A cosa si riferisce la parola «recipiente» nella citazione di prima? _____

d. Perché non dobbiamo tener conto della «grandezza o piccolezza» delle capacità di cui siamo stati dotati? _____

e. Quali sono le cose che ci impediscono di ricevere la nostra parte della grazia di Dio?

2. Quali tra le seguenti affermazioni sono vere?

_____ La «grandezza o la piccolezza» delle nostre capacità si riferisce alla nostra intelligenza.

_____ Per servire Dio dobbiamo dimenticare le nostre debolezze e riporre la nostra fiducia interamente in Lui.

_____ Se in questo mondo non sviluppiamo le capacità che Dio ci ha elargito quando l'anima giungerà nel mondo a venire sarà debole.

SEZIONE 11

Bahá'u'lláh afferma:

Mi hai chiesto della natura dell'anima. Sappi, in verità, che l'anima è un segno di Dio, una gemma celeste la cui realtà il più dotto degli uomini non è riuscito a cogliere e il cui mistero nessuna mente, per quanto acuta, potrà mai sperare di svelare. È la prima fra tutte le cose create che dichiara l'eccellenza del suo Creatore, la prima a riconoscere la Sua gloria, a aderire alla Sua verità e a inchinarsi adorante innanzi a Lui.¹⁶

1. Riempite gli spazi lasciati in bianco.
 - a. L'anima è un _____ di Dio.
 - b. L'anima è una _____ la cui _____ il più dotto degli uomini non è riuscito a cogliere e il cui _____ nessuna mente, per quanto acuta, potrà mai sperare di _____ .
 - c. L'anima è la _____ a dichiarare l'_____.
 - d. L'anima è la prima a _____ la gloria di Dio.
 - e. L'anima è la prima ad _____ alla verità di Dio.
 - f. L'anima è la prima a _____ adorante innanzi a Dio.

2. Quali delle seguenti affermazioni sono vere?

_____ «Svelare» significa scoprire.

_____ Fra tutte le cose il cervello umano è la prima che riconosce Dio.

_____ «Acuta» significa perspicace.

_____ Una persona erudita comprende i misteri dell'anima.

_____ Solo i grandi filosofi possono dichiarare l'eccellenza di Dio.

_____ Non è necessario meditare sull'anima perché è impossibile comprenderla.

SEZIONE 12

Bahá'u'lláh dichiara:

Siete come l'uccello che si libra con tutta la forza delle sue possenti ali e con completa e gioiosa fiducia nell'immensità dei cieli, finché, spinto a soddisfare la fame, ritorna bramoso all'acqua e alla creta della terra sottostante e, impigliato nelle reti del desiderio, si trova incapace di riprendere il volo verso i regni dai quali era disceso. Incapace di scuotere il fardello che grava sulle sue ali imbrattate, quell'uccello, fino ad allora abitante dei cieli, è ora obbligato a cercare una dimora nella polvere. Perciò, o Miei servi, non imbrattatevi le ali con fango di malvagità e fatui desideri e non permettete che esse siano macchiate da polvere d'invidia e odio, perché non vi sia impedito di librarvi nei cieli della Mia divina sapienza.¹⁷

1. Completate le seguenti frasi.
 - a. L'uccello al quale Bahá'u'lláh fa riferimento in questa citazione è l'_____.
 - b. L'uccello è un abitante dei _____ .
 - c. Se le sue ali si imbrattano, l'uccello è obbligato a cercare la sua dimora nella _____.

2. Adesso rispondete alle seguenti domande:
 - a. Come si possono «imbrattare» le «ali» dell'anima? _____

 - b. Quali sono i fardelli che simili «all'acqua e alla creta della terra» gravano sulle ali dell'anima? _____

 - c. Quali sono le cose che ci impediscono di librarci nei cieli della sapienza divina? _____

d. Come mai l'anima, a volte, preferisce la polvere alla sua dimora celeste? _____

3. Indicate quali delle seguenti affermazioni sono vere:

_____ Gli attaccamenti mondani ostacolano il nostro progresso spirituale.

_____ Le malvagità e i vani desideri ci impediscono di volare nei cieli della sapienza divina.

_____ L'invidia e l'odio sono tratti naturali dell'essere umano e non gravano sull'anima.

_____ Ci possiamo liberare dai pesi che ci impediscono di librarci nell'immensità dei cieli distaccandoci dalle cose di questo mondo.

_____ La dimora dell'anima è questo mondo.

SEZIONE 13

Bahá'u'lláh dice:

Dopo aver creato il mondo e tutto ciò che in esso vive e si muove, Egli, per opera del Suo Volere sovrano e illimitato, scelse di conferire all'uomo l'esclusivo privilegio e la facoltà di conoscerLo e amarLo – una facoltà che deve essere considerata l'impulso generatore e lo scopo principale che contrassegna l'intera creazione... Sull'intima realtà di ogni cosa creata Egli ha riversato la luce di uno dei Suoi nomi facendone il ricettacolo della gloria di uno dei Suoi attributi. Ma nella realtà dell'uomo ha accentrato la radiosità di tutti i Suoi nomi e i Suoi attributi facendone lo specchio di Se Stesso. Fra tutte le cose create solo l'uomo è stato scelto per godere di un sì grande favore, di tale eterna munificenza.¹⁸

1. Riempite gli spazi lasciati in bianco.

a. Dio ha scelto di conferire all'essere umano l'esclusivo privilegio e la facoltà di _____.

b. Sull'intima realtà di _____ creata Dio ha riversato la luce di _____ facendone il ricettacolo della gloria di _____.

c. Nella realtà dell'essere umano Egli ha accentrato la radiosità _____
_____ facendone lo specchio di _____.

2. Ora rispondete alle seguenti domande:

a. Sapreste indicare qualche attributo di Dio? _____

b. Quali sono alcuni attributi di Dio che l'anima dell'uomo riflette? _____

c. Come possono manifestarsi questi attributi? _____

d. Per godere di quale speciale favore è stato scelto l'essere umano? _____

3. Quali delle seguenti affermazioni sono vere?

_____ L'essere umano non è distinto dal resto della creazione.

_____ La capacità di conoscere Dio e amarLo è l'impulso generatore e lo scopo principale che contrassegna l'intera creazione.

_____ La realtà di ogni cosa creata è il ricettacolo di uno degli attributi di Dio.

_____ L'anima dell'uomo può riflettere tutti gli attributi di Dio.

SEZIONE 14

Bahá'u'lláh ci dice:

Però queste energie con le quali l'Astro della divina munificenza, la Sorgente della guida celeste, ha arricchito la realtà dell'uomo sono latenti in lui, come la fiamma è celata nella candela e i raggi della luce sono potenzialmente presenti nella lampada. La radiosità di queste energie può essere oscurata dai

desideri mondani come la luce del sole può essere nascosta sotto la polvere e la patina che ricoprono lo specchio. Né la candela né la lampada possono accendersi senza aiuto e col loro solo sforzo, né potrà mai lo specchio riuscire a liberarsi dalla patina. È chiaro ed evidente che la lampada non s'illuminerà finché non sarà accesa e che lo specchio non potrà mai riprodurre l'immagine del sole o rifletterne la luce e la gloria, a meno che la sua superficie non sia stata liberata dalla patina.¹⁹

1. Cosa significa «latente»? _____

2. Quali sono i poteri latenti nell'anima dell'uomo? _____

3. Qual è la potenzialità di una lampada? _____
4. Qual è la potenzialità di uno specchio? _____
5. Che cosa si deve fare perché una lampada faccia luce? _____

6. Che cosa si deve fare perché uno specchio rifletta la luce? _____

7. Sono in grado di manifestare le loro potenzialità da soli? _____
8. Come si possono correlare questi due esempi alla condizione dell'anima umana? _____

9. Chi può fare in modo che l'anima dell'uomo manifesti le sue potenzialità? _____

SEZIONE 15

Bahá'u'lláh afferma:

La porta della sapienza dell'Essere Antico è sempre stata e continuerà per sempre ad essere chiusa agli uomini. Nessun intelletto umano otterrà mai accesso alla Sua santa corte. Però, come pegno della Sua misericordia e come prova della Sua premura amorosa, Egli ha manifestato agli uomini gli Astri della Sua guida divina, i Simboli della Sua unità divina e ha stabilito che conoscere queste sante Persone equivalga a conoscere la Sua Persona. Chi riconosce loro ha riconosciuto Dio. Chi porge orecchio al loro appello ha porto orecchio alla Voce di Dio e chi attesta la verità della loro Rivelazione ha attestato la verità di Dio Stesso. Chi s'allontana da loro s'è allontanato da Dio e chi non crede in loro non ha creduto in Dio. Ciascuno di loro è la Via di Dio che unisce questo mondo coi reami superni e lo Stendardo della Sua Verità per tutti coloro che sono nei regni della terra e del cielo. Essi sono le Manifestazioni di Dio fra gli uomini, le testimonianze della Sua Verità e i segni della Sua gloria.²⁰

1. Tenendo in considerazione la citazione appena letta rispondete alle seguenti domande:
 - a. Possiamo conoscere Dio direttamente? _____
 - b. In quale modo, quindi, è possibile conoscere Dio? _____

 - c. Sapreste indicare Qualche Astro della guida divina? _____

 - d. A quale Voce hanno prestato orecchio coloro che hanno ascoltato le Manifestazioni di Dio? _____

 - e. Da chi ci allontaniamo quando non prestiamo ascolto all'appello delle Manifestazioni di Dio? _____
2. Completate le seguenti frasi:
 - a. La porta della sapienza dell'Essere Antico è sempre stata e continuerà per sempre ad essere _____.
 - b. Nessun intelletto umano otterrà mai accesso _____
_____.

- c. Dio ha inviato le Sue Manifestazioni come pegno della Sua _____
e come prova della Sua _____.
- d. Conoscere le Manifestazioni di Dio equivale a _____
_____.
- e. Chi Le riconosce _____.
- f. Chi porge orecchio al Loro appello ha _____.
- g. Ciascuno di Loro è la via di Dio che _____

_____.

3. Quali delle seguenti affermazioni sono vere?

- _____ Possiamo crescere spiritualmente grazie ai nostri soli sforzi.
- _____ Dio ci ha donato la mente e questa ci basta per il nostro progresso.
- _____ Progrediremo spiritualmente riconoscendo la Manifestazione di Dio, senza compiere nessun ulteriore sforzo.
- _____ Possiamo progredire spiritualmente se riconosciamo la Manifestazione di Dio e se ci sforziamo di vivere in accordo con i Suoi insegnamenti.
- _____ Possiamo conoscere Dio direttamente.
- _____ L'essere umano può arrivare a eguagliare Dio.
- _____ Dio è esaltato al di sopra della comprensione umana.
- _____ Quando ascoltiamo le parole di una Manifestazione di Dio, ascoltiamo la Voce di Dio.

SEZIONE 16

Bahá'u'lláh dichiara:

I Profeti e i Messaggeri di Dio sono stati inviati al solo scopo di guidare l'umanità sul diritto Sentiero della Verità. Lo scopo recondito della Loro rivelazione è stato quello di educare tutti gli uomini affinché, nell'ora della morte, ascendano al Trono dell'Altissimo nella massima purezza e santità e senza il più lieve attaccamento.²¹

E in un altro passo Egli dice:

L'uomo è il Talismano supremo. La mancanza di un'adeguata educazione l'ha però privato di ciò che inerentemente possiede. Da una parola uscita dalla bocca di Dio egli è stato tratto all'esistenza; da un'altra è stato guidato a riconoscere la Sorgente da cui attingere la sua educazione e da un'altra ancora gli furono garantiti rango e destino. Il Grande Essere dice: Considera l'uomo una miniera ricca di gemme di inestimabile valore. Soltanto l'educazione può rivelarne i tesori e permettere all'umanità di goderne. Se l'uomo meditasse su ciò che le Scritture inviate dal cielo della santa Volontà di Dio hanno rivelato, riconoscerebbe senza indugio che il loro scopo è quello che tutti gli uomini si considerino come un'anima sola, acciocché il sigillo che porta incise le parole «Il Regno sarà di Dio» s'imprima in ogni cuore e la luce della munificenza, della grazia e della misericordia divina avviluppi tutta l'umanità.²²

1. Per quale scopo sono stati inviati i Profeti e i Messaggeri di Dio? _____

2. Quale scopo contrassegna la Loro rivelazione? _____

3. Cosa significa «talismano»? _____

4. Quali conseguenze ha la mancanza di una adeguata educazione? _____

5. Che cosa può produrre un'adeguata educazione? _____

6. Qual è la Sorgente della nostra educazione? _____
7. Qual è il nostro destino? _____

8. Quali sono le gemme che l'educazione rivela? _____

9. Cosa riconosciamo senza indugio quando meditiamo sulle sacre Scritture? _____

SEZIONE 17

Bahá'u'lláh afferma:

Mi hai chiesto, inoltre, quale sia lo stato dell'anima dopo la separazione dal corpo. Sappi, in verità, che se ha seguito le vie di Dio, l'anima dell'uomo ritornerà sicuramente all'Amato e sarà accolta nella Sua gloria. Per la giustizia di Dio! Essa raggiungerà uno stadio che nessuna penna può illustrare o lingua descrivere. L'anima che è rimasta fedele alla Causa di Dio e che ha persistito incrollabile sul Suo Sentiero disporrà, dopo la sua ascensione, di un tale potere che tutti i mondi creati dall'Onnipotente saranno per opera sua beneficati.²³

1. Completa le seguenti frasi:
- a. Se ha seguito le vie di Dio, l'anima dell'uomo _____ sicuramente _____
 _____.
- b. Essa raggiungerà uno stadio _____.
- c. L' _____ che è rimasta fedele alla _____ di _____
 e che ha _____ incrollabile sul _____ disporrà, dopo la
 _____, di un tale _____ che tutti i mondi _____
 _____ dall' _____ saranno per opera sua _____.

SEZIONE 18

Bahá'u'lláh ci dice:

Benedetta l'anima che nell'ora della separazione dal corpo è purificata dalle immaginazioni vane create dalle genti del mondo. Una tale anima vive e agisce secondo il Volere del suo Creatore ed entra nel paradiso più eccelso. Le Ancelle del Cielo abitatrici delle magioni sublimi la circonderanno e i Profeti di Dio e i Suoi prescelti ne cercheranno la compagnia. Con essi l'anima converserà liberamente narrando quel che la fece persistere sul sentiero di Dio, il Signore di tutti i mondi.²⁴

Quante volte nell'ora della morte un peccatore ha raggiunto l'essenza della fede e, bevendone il nettare immortale, ha spiccato il volo verso le Coorti celesti. E quante volte un credente devoto, al momento dell'ascesa dell'anima, è talmente cambiato da cadere nel fuoco dell'abisso.²⁵

1. In quale stato dev'essere l'anima quando si separa dal corpo? _____

2. Quali sono le immaginazioni vane? _____

3. In quali condizioni vivrà e agirà un'anima purificata dalle immaginazioni vane? _____

4. Chi saranno i compagni di una tale anima? _____

5. Sarà possibile per una simile anima conversare con i Profeti di Dio e i Suoi prescelti? _____

6. È possibile sapere in anticipo come e quando finirà la propria vita terrena? _____

7. Che cosa possiamo fare ora per assicurarci la vita eterna che ci è stata destinata? _____

SEZIONE 19

‘Abdu’l-Bahá spiega:

Poiché dopo aver deposto questa struttura composta di elementi, lo spirito dell’uomo vive per sempre, esso ha certamente la capacità di progredire come tutte le cose esistenti. Pertanto, si può pregare che l’anima di un defunto progredisca, sia perdonata o fatta oggetto di favori, doni e grazie divini. Ecco perché, nelle preghiere di Bahá’u’lláh, si implorano il perdono e la clemenza di Dio per coloro che sono ascesi all’altro mondo. Inoltre, le persone hanno bisogno di Dio nell’altro mondo, come lo hanno in questo. Le creature hanno sempre bisogno, sia in questo sia nell’altro mondo, e Dio è sempre assolutamente indipendente da loro.²⁶

Perché dobbiamo pregare per le anime dei defunti?

SEZIONE 20

‘Abdu’l-Bahá scrive:

Quando l’anima umana s’invola da questo fuggevole mucchio di polvere e asurge al mondo di Dio, allora cadono i veli, e le verità vengono alla luce, e tutte le cose prima sconosciute si chiariscono, e le verità nascoste sono comprese.

Considera come, nel mondo della matrice, gli esseri siano sordi d'orecchie, e ciechi d'occhi, e muti di lingua; come siano del tutto privi d'ogni capacità di percezione. Ma una volta usciti da quel mondo di tenebre, essi entrano in questo mondo di luce, allora l'occhio vede, l'orecchio ode, la lingua parla. Ugualmente, spiccato il volo da questo luogo mortale per il Regno di Dio, essi nascono nello spirito; allora l'occhio della percezione si apre, l'orecchio dell'anima ode e tutte le verità che prima essi ignoravano divengono facili e chiare.²⁷

1. Riempite gli spazi lasciati in bianco.

a. Quando l'anima dell'uomo lascia questo mondo, allora

- _____ i veli,
- e le verità _____ ,
- e tutte le cose prima sconosciute _____ ,
- e le verità nascoste _____ .

b. Nel mondo della _____ eravamo _____ d'orecchie, e _____ d'occhi, e _____ di lingua.

c. Quando nasciamo in questo mondo, allora l'occhio _____, l'orecchio _____, la lingua _____.

d. Ugualmente, arriviamo nel Regno di Dio, _____ nello _____.

e. Allora l'occhio della _____ si _____, l'orecchio dell' _____, e tutte le _____ che prima ignoravamo divengono _____ e _____.

2. Indicate quali delle seguenti affermazioni sono vere:

_____ Quando ci troviamo nel mondo del grembo materno sappiamo che esiste questo mondo.

_____ In questa vita la nostra condizione dopo la morte rimane una verità nascosta.

_____ Dopo la morte, davanti a noi si apriranno orizzonti completamente nuovi.

_____ Quando moriamo ritorniamo in questo mondo per nascere di nuovo.

SEZIONE 21

Bahá'u'lláh afferma:

E ora a proposito della tua domanda se le anime umane continuino a essere coscienti l'una dell'altra dopo la separazione dal corpo. Sappi che le anime della gente di Bahá, che sono entrate nell'Arca Cremisi e vi si sono stabilite, si uniranno e comunicheranno intimamente fra loro e saranno così strettamente unite nella vita, nelle aspirazioni, negl'intenti e negli sforzi da essere come una sola anima. In verità esse sono le bene edotte, dalla vista acuta e dotate di comprensione. Così è stato decretato da Colui Che è l'Onnisciente, il Più Sapiente.

Le genti di Bahá, abitanti nell'Arca di Dio, sono tutte ben coscienti dello stato e delle reciproche condizioni e sono unite da vincoli di intimità e fratellanza. Tale stato dipende, però, dalla fede e dal comportamento. Coloro che appartengono allo stesso grado e stadio conoscono pienamente capacità, carattere, azioni compiute e meriti reciproci. Ma coloro che sono di grado inferiore sono incapaci di comprendere adeguatamente lo stadio di coloro che sono di rango superiore o di valutarne i meriti. Ciascuno riceverà la propria parte dal tuo Signore. Beato l'uomo che ha volto il viso verso Dio e ha camminato costantemente nel Suo amore, finché l'anima sua non spiccò il volo verso Dio, il Signore Sovrano di tutto, il Potentissimo, Colui Che sempre perdona, il Misericordiosissimo.²⁸

1. Riconosceremo le persone che abbiamo conosciuto in questo mondo nel mondo a venire?
_____.
2. Quanto intimi saranno i rapporti fra le anime nel mondo a venire? _____

3. Da cosa dipenderanno le differenze e le distinzioni tra le anime nel mondo a venire?

4. Qualcuno sarà privato della grazia di Dio? _____

SEZIONE 22

Bahá'u'lláh ci esorta:

O Miei servi! Non addoloratevi se in questi giorni e su questa terra sono state ordinate e manifestate da Dio cose contrarie ai vostri desideri, poiché vi sono

sicuramente serbati giorni di gioia ineffabile, di delizia paradisiaca. Mondi santi e spiritualmente gloriosi si sveleranno ai vostri occhi. Egli vi ha destinati a partecipare ai loro benefici, a dividerne le gioie e ad ottenere una parte della loro grazia sostenitrice in questo mondo e nel mondo di là. Li conseguirete tutti senza dubbio.²⁹

1. Indicate quali delle seguenti affermazioni sono vere:

_____ Se le cose non vanno come vorremo dobbiamo addolorarci.

_____ Tutte le cose, buone o cattive, sono disposte da Dio.

_____ Giorni di gioia ineffabile attendono tutti noi.

_____ Siamo certi che vedremo mondi santi e spiritualmente gloriosi.

_____ Siamo destinati a partecipare ai benefici di mondi santi e spiritualmente gloriosi, sia in questa vita che in quella nell'aldilà.

2. Perché non dobbiamo addolorarci quando accadono cose contrarie ai nostri desideri?

3. In questo passo che cosa ci promette Bahá'u'lláh? _____

SEZIONE 23

In questa unità avete meditato sul significato della vita umana. Avete imparato molte cose sulla natura dell'anima, sullo scopo della vita in questo mondo, sulla necessità di acquisire qualità spirituali e sulla promessa di una vita eterna gloriosa e piena di gioia. Nella seconda unità del libro si è parlato del duplice scopo: continuare a crescere spiritualmente e intellettualmente e contribuire alla trasformazione della società. Adesso avete la possibilità di ritornare su quel concetto e di riflettere su cosa significhi occuparsi di entrambi gli aspetti di questo scopo alla luce di ciò che avete compreso sul progresso dell'anima. Una discussione sui seguenti temi potrà arricchire le vostre riflessioni.

1. *Sviluppare le qualità spirituali*
2. *Obbedire alle leggi di Dio*
3. *Contribuire al benessere dell'umanità*
4. *Avanzare lungo la strada del servizio*

RIFERIMENTI

- ¹ ‘Abdu’l-Bahá, *La saggezza di ‘Abdu’l-Bahá. Discorsi pronunciati da ‘Abdu’l-Bahá nel 1911* (Casa Editrice Bahá’í, Ariccia, 2018), 29, parr. 13-14, p. 82.
- ² Shoghi Effendi, (a nome di) lettera del 1° aprile 1946, in *Luci di guida. Manuale bahá’í di consultazione. Compilato da Helen Basset Hornby* (edizione online, 2011, [http://bahairesearch.com/italian/Bah%C3%A1%27%20C3%AD/Compilazioni/Luci_di_guida_\(trad_provvisoria\).aspx](http://bahairesearch.com/italian/Bah%C3%A1%27%20C3%AD/Compilazioni/Luci_di_guida_(trad_provvisoria).aspx), consultato il 23.05.2020, n. 1820, traduzione provvisoria).
- ³ Casa Universale di Giustizia, (a nome di) lettera inedita a un credente, 28 luglio 2016, traduzione inedita.
- ⁴ ‘Abdu’l-Bahá, *Le Lezioni di San Giovanni D’Acri. Raccolte e tradotte dal persiano da Laura Clifford Barney. Rivedute da un Comitato al Centro Mondiale Bahá’í* (Casa Editrice Bahá’í, Ariccia, 2015), cap. 66, par.3, p. 254.
- ⁵ Ivi, cap. 38, par.5, p.158.
- ⁶ ‘Abdu’l-Bahá, *La saggezza*, 28, par. 16, p. 77.
- ⁷ Shoghi Effendi, (a nome di) lettera a un credente, 31 dicembre 1937, in *Luci di guida*, n. 680.
- ⁸ Bahá’u’lláh, *Spigolature dagli Scritti di Bahá’u’lláh* (Casa Editrice Bahá’í, Ariccia, 2018), LXXXII, par. 8, p. 155.
- ⁹ ‘Abdu’l-Bahá, *Le Lezioni di San Giovanni D’Acri*, cap. LXI, parr.1-2, p. 241.
- ¹⁰ Bahá’u’lláh, *Spigolature dagli Scritti di Bahá’u’lláh* (Casa Editrice Bahá’í, Ariccia, 2018), LXXX, par. 2, p. 148.
- ¹¹ Ivi, LXXXI, par. 1, p. 150.
- ¹² Bahá’u’lláh, *Spigolature*, CLXV, parr. 1-3, pp. 329-30.
- ¹³ Bahá’u’lláh, *Le parole celate* (Casa Editrice Bahá’í, Ariccia, 2016), dall’arabo, n. 32, p. 12
- ¹⁴ ‘Abdu’l-Bahá, *La promulgazione della pace universale. Discorsi pronunciati da ‘Abdu’l-Bahá durante la Sua visita negli Stati Uniti e nel Canada nel 1912. Compilati da Howard MacNutt* (Casa Editrice Bahá’í, Ariccia, 2017), 6 luglio 1912, pp. 247-8.
- ¹⁵ Bahá’u’lláh, *Spigolature*, V, par. 4, pp. 8-9.
- ¹⁶ Ivi, LXXXII, par. 1, p. 153.
- ¹⁷ Ivi, CLIII, par.6, pp. 311-12.
- ¹⁸ Ivi, XXVII, par.2, p. 62.
- ¹⁹ Ivi, XXVII, par.3, pp. 62-3.
- ²⁰ Ivi, XXI, par.1, p. 47.
- ²¹ Ivi, LXXXI, par.1, p. 151.
- ²² Ivi, CXXII, par.1, pp. 247-8.
- ²³ Ivi, LXXXII, par.7, p. 155.
- ²⁴ Ivi, LXXXI, par.1, p. 150.
- ²⁵ Ivi, CXXV, par.3, pp. 253-4.
- ²⁶ ‘Abdu’l-Bahá, *Le Lezioni di San Giovanni D’Acri*, cap. LXII, par.3, p. 246.
- ²⁷ ‘Abdu’l-Bahá, *Antologia* (Casa Editrice Bahá’í, Roma, 2006), par.149, p. 170.
- ²⁸ Bahá’u’lláh, *Spigolature*, LXXXVI, parr.1-2, pp. 163-4.
- ²⁹ Ivi, CLIII, par.9, p. 313.