

Sentiero *della Pace*

Temperanza
Saggezza
Giustizia
Fede
Speranza
Coraggio
Amore
Pace

Spunti,
riflessioni
ed introduzioni
agli otto
punti di
meditazione.

Un sentiero fatto *di pensieri di pace*

Il Sentiero della Pace è stato realizzato negli anni tra il 1996 e il 2000. Nasce dalla collaborazione tra la parrocchia di S. Maria Assunta, il progetto Tau del Convento dei Francescani e l'Associazione Turistica di Caldaro con il generoso sostegno della Provincia autonoma di Bolzano – Alto Adige e del Comune di Caldaro. Otto sono i punti di meditazione lungo il sentiero che compongono il tema della pace. Ma cos'è la pace? Uno stato al quale tutti aspiriamo? O forse un modo di fare, rispettoso e protettivo nei confronti dei diversi modi di interpretare e vedere la vita?

La triste esperienza della storia, piena di guerre, violenza e sangue, ce lo insegna: la pace è un dono di Dio prima che una conquista umana. Non esiste una via verso la pace, la pace è essa stessa la via (Gandhi). Percorrere il Sentiero della Pace dovrebbe risvegliare in noi la consapevolezza ed il desiderio di pace. La famosa preghiera, attribuita a San Francesco d'Assisi, vuole invece essere uno stimolo ed un primo passo verso la nostra pace:

Oh Signore, fa' di me uno strumento della tua pace:
dove è odio, fa' che io porti l'amore,
dove è offesa, che io porti il perdono,
dove è discordia, che io porti l'unione,
dove è dubbio, che io porti la fede,
dove è errore, che io porti la verità,
dove è disperazione, che io porti la speranza,
dove è tristezza, che io porti la gioia,
dove sono le tenebre, che io porti la luce.

Cenni generali:

Le attività suggerite si rivolgono principalmente a gruppi e sono particolarmente indicate per i bambini.

Cenni pratici:

Tempo di percorrenza per l'intero cammino: ca. 2 ore;
si consigliano calzature adeguate; alcuni tratti richiedono un passo sicuro; per il rientro alla zona sportiva, si suggerisce il sentiero n. 11, tempo di percorrenza: 1 ora ca.

1 Punto di meditazione *Temperanza*

Una sedia invita a sedersi.
Quando ti accomodi, quando ti concedi
del tempo, il tuo sguardo si allarga e
si rilassa. A volte, nella vita, abbiamo
bisogno di pace e di un orizzonte
più ampio. Per rendere giustizia
alla vita, per ritrovare l'equilibrio.

Nell'ampiezza del paesaggio,
l'uomo cerca tranquillità.
Questa ricerca è la sua
preghiera nella stanchezza.

Non giudicate, per
non essere giudicati!
Perché col giudizio
con cui giudicate
sarete giudicati,
e con la misura con
la quale misurate
sarete misurati.
Matteo 7, 1f.

In ogni cosa, l'anima
predilige la giusta
misura. Per questo
motivo, per ogni cosa,
l'uomo dovrebbe
darsi egli stesso la
giusta misura.
*Ildegarda di Bingen,
1098-1179.*

→ Siediti sulla sedia –
Osserva ciò che vedi, ciò
che senti. Ora scambiatevi
le reciproche impressioni.

Che non si debba
giudicare nessuno,
rappresenta uno degli
insegnamenti più
preziosi che il Signore
ci ha dato. Solamente
dell'assenza di bontà
in cuor proprio ci si
può lamentare. Ecco
quindi giusto quanto
affermato da questo
vangelo: il tempo
a nostra disposizione
per imparare il buono
in noi ed attorno a
noi non è illimitato.
E. Drewermann

Artista: Martin Kargruber,
Sulzrain - Monaco

Materiale: porfido di Monticolo - sedia
e gradini a grandezza naturale, posti su
terrapieno



2 Punto di meditazione *Saggezza*

In cerchio siedono coloro, che si parlano su uno stesso livello. Il cerchio di pietre è attraversato da una spaccatura, una fessura comune a tutte le pietre, che le collega tra loro.



Il cerchio indica: ognuno è importante, ci incontriamo da pari a pari. Siamo tutti equivalenti. Il 7 nella Bibbia è il numero della perfezione. Il 7. giorno Dio riposò e contemplò la sua opera. In molte culture esiste anche un Consiglio dei saggi – il quale, senza alcun interesse diretto, interviene nelle situazioni difficili al fine di trovare possibili soluzioni o espedienti. La fessura nella pietra può significare: anche nella devozione potrò mettere a disposizione della comunità solo una parte di me.

→ Posionatevi nel cerchio – contate le pietre – osservatene la collocazione – confrontate questa posizione con la singola sedia. Argomenti di conversazione: aspetti per me fondamentali in una comunità – il mio contributo per una comunità ben riuscita. A conclusione si potrebbe cantare una canzone a tema.

Beato l'uomo che non siede in compagnia degli schernitori; ma si compiace della legge del Signore. Riusciranno tutte le sue opere.

Tratto dal Salmo 1

Voglio attenermi alla verità e non piegarmi all'ingiustizia. Voglio essere libero da sentimenti come la paura e non usare mai violenza. Il mio atteggiamento vuol essere rispettoso nei confronti di ogni uomo.

Gandhi

Artista: Wolfgang Wohlfahrt, Lana/Graz

Materiali: seduta in granito e ardesia

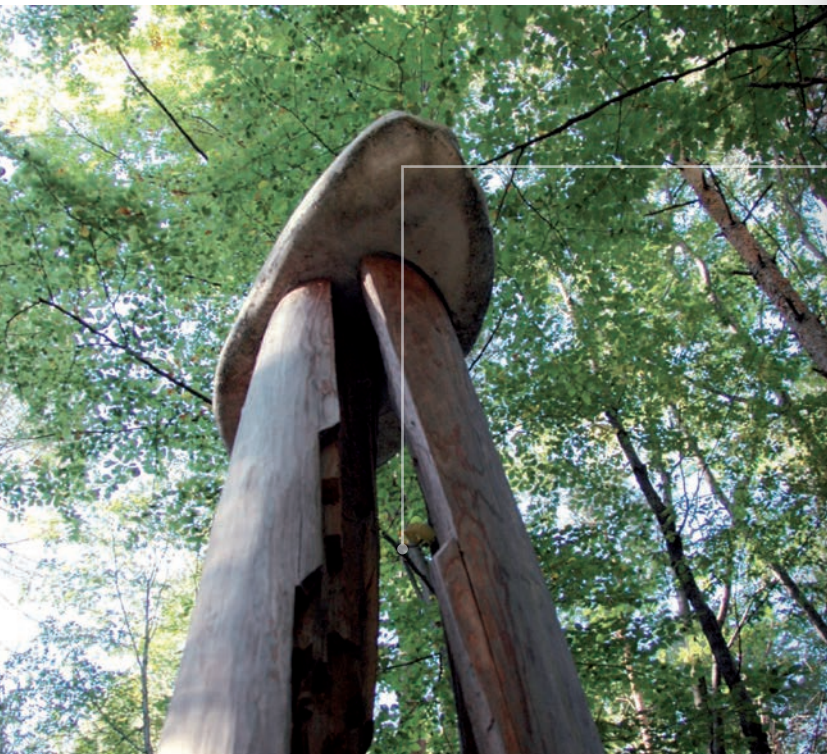
3 Punto di meditazione *Giustizia*

Il tronco aperto indica come l'ingiustizia divide con violenza ciò che in realtà si appartiene e come inverte l'ordine naturale delle cose. Il sasso bianco indica il divino e le forze celesti in grado di ricomporre ciò che è stato diviso.

Attraversare una stretta richiede lo sforzo di concentrarsi sull'essenziale, di portare con sé solo ciò che realmente sono e ciò di cui ho bisogno – anche questo crea giustizia. L'ingiustizia invece crea dissapori, spezza, divide. La giustizia a volte può far male. Vivere in una comunità richiede un proprio contributo, richiede di saper condividere e richiede di saper rinunciare.

Beati i perseguitati a causa della giustizia, perché loro sarà il regno dei cieli.
Mattia 5, 10

Questo pianeta ha ricchezze a sufficienza per soddisfare i bisogni di tutti, ma non ne ha a sufficienza per appagare l'avidità di pochi.
Gandhi



→ Osserva questa tappa – descrivi ciò che vedi. Cammina attraverso la fessura nel tronco. “A cosa ti fa pensare?” A conclusione si potrebbe recitare una preghiera dedicata a persone in difficoltà.

Artista: Alois Steger, Lutago/Valle Aurina
Materiali: tronco di larice spaccato – marmo di Lasa

4 Punto di meditazione *Fede*

All'interno della storia culturale della civiltà, i massi erratici hanno da sempre rappresentato un grande mistero. La pietra, così solida e silenziosa, è simbolo di stabilità e sicurezza. Le tre aperture indicano le tre dimensioni della fede: l'io, il prossimo e Dio. La semplice raffigurazione vuol essere in sintonia con la natura – deve differenziarsi dall'ambiente circostante, ma essere vista solo da coloro che vogliono vedere.

La pietra è fissa, giace. Posso decidere di imbattermi in lei oppure aggirarla senza problemi. La fede, ovvero Dio, non si vuole imporre e non può essere ridotta ad una formula prestabilita. Fede e Dio possono però dare principi e sostegno. A cosa mi attengo, cosa mi trattiene, cosa è importante per me? Tutto questo ha a che fare con la fede.

Solo in Dio riposa l'anima mia, poiché da lui proviene la mia speranza. Solo lui è la mia rupe e la mia salvezza, la mia roccia di difesa: non vacillerò giammai. In Dio sta la mia salvezza e la mia gloria; la mia roccia di difesa e il mio rifugio sono in Dio. Fidatevi sempre di lui, gente! Aprite il vostro cuore a Dio. Lui è la nostra salvezza.

Salmo 62, 6–9

La paura rende schiavi, la fede libera; la paura immobilizza, la fede fortifica; la paura scoraggia, la fede rende coraggiosi, la paura ammalia, la fede guarisce, la paura rende inadeguati, la fede abili.

Ralph Waldo Emerson, 1803–1882

→ Percepisci la pietra, sentila ed esplorala. Leggete anche il breve racconto intitolato “Quando le persone dimenticarono Dio”, che trovate alla fine di questa brochure.

Artista: Christoph Hofer, Prati/Val di Vizze

Materiali: masso di porfido con fori

5 Punto di meditazione *Speranza*

Il solido monolite presenta una parte ruvida ed una levigata, sulla quale è stato inciso il nome “Gesù”. In Gesù, la speranza di molti, sono stati incisi anche i nomi di coloro che sperano in lui. Forme lineari, ridotte all’essenziale, ma ricche di speranza e pace spirituale.

Gesù si caricò di parte del destino di tutti gli uomini, di quelli rispettati e di quelli disprezzati, di quelli onorati e di quelli misconosciuti, degli uomini al centro dell’attenzione e di quelli abbandonati nel loro dolore. Perciò Gesù, accanto al quale taluni passano senza farci caso, come se nulla fosse, è invece per molti punto di riferimento ed ancora di speranza.

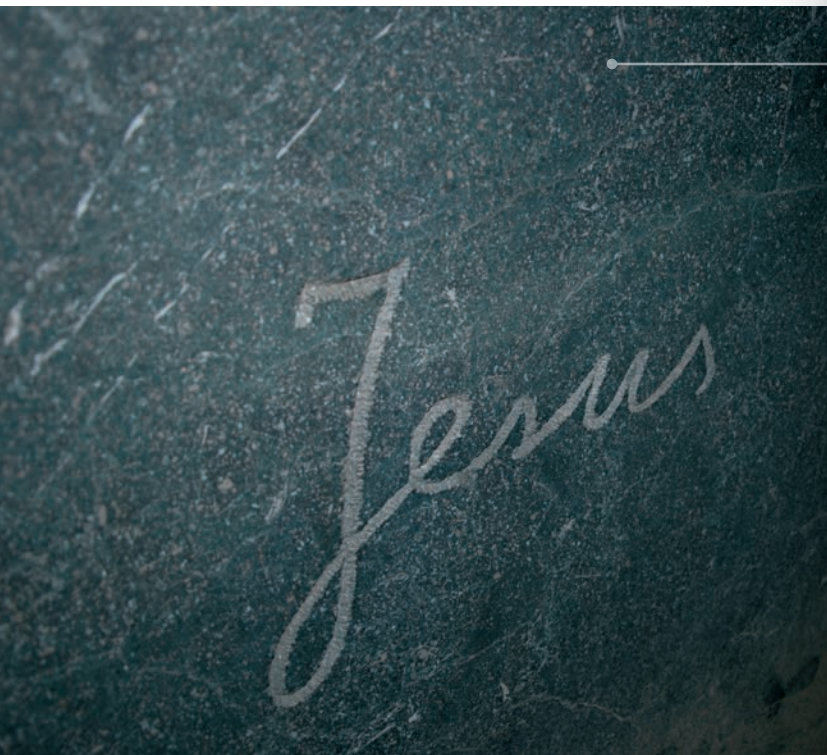
→ La pietra invita ad un incontro con Gesù. Una dopo l’altra, le mani si incontrano. Mentre dai la mano al tuo vicino, cerca di guardarlo negli occhi. È in questo modo che – poco alla volta – il cerchio si chiude. L’incontro con Gesù, all’interno della società, avviene in modo speciale. Forse, a questo punto, vi sovviene una canzone adatta, oppure potete recitare assieme il Padre Nostro.

Artista: Thaddäus Salcher,
Pufels/Castelrotto

Materiale: monolite ovoidale con sezione trasversale levigata e l’iscrizione “Gesù”
Pietra: porfido verde

Beati quelli che hanno fame e sete di giustizia, perché verranno saziati.
Matteo 5,6

La speranza è una dimensione interna dell’uomo. La speranza non è ottimismo. La speranza non è la convinzione che ciò che stiamo facendo vada a buon fine. La speranza non è l’intenzione di arrivare presto al successo. Speranza è l’abilità di impegnarsi per qualcosa perché è giusto farlo. La speranza non ha nulla a che vedere con risultati ineccepibili, ma con la certezza che ciò che stiamo facendo ha un significato.
Václav Havel



6 Punto di meditazione *Coraggio*

Vecchi miti narrano di uomini coraggiosi che hanno piegato, represso, vinto. Qui tuttavia si parla di un'altra forma di coraggio. Si parla del coraggio di scendere nei propri abissi, nella propria oscurità. Il coraggio qui ha a che fare con il fatto di sopravvivere alla profondità e nella profondità. Spesso è proprio il luogo che più temiamo a regalarci gli incontri per noi più significativi.

Il Signore posa la sua mano ed abbraccia con la sua grandezza coloro che sono stretti nella morsa del timore e delle paure. Il Signore abbraccia l'audacia in me: il coraggio di iniziare qualcosa; il rischio di cambiare qualcosa; il sentiero che attraversa la profondità. Il Signore mi abbraccia e subito gli abissi si trasformano in percorsi attraverso una nuova terra.

Il SIGNORE è mia luce e mia salvezza, di chi avrò timore? Il Signore è baluardo della mia vita, di chi avrò paura? Anche se camminassi in una valle oscura, non temerei alcun male, poiché tu sei con me; il tuo bastone e il tuo vincastro sono essi la mia difesa.

Salmi 23, 4; 27, 1

→ Si consiglia di percorrere questo tratto del sentiero lentamente, consapevolmente ed in silenzio.



7 Punto di meditazione *Amore*

I resti della chiesa di S. Pietro risalgono al V.-VII. secolo dopo Cristo, collocandola così tra le più antiche chiese della nostra regione. Alcuni ritrovamenti archeologici dimostrano tuttavia che questo sito è stato luogo sacrale già tra il IX. e il VII. secolo avanti Cristo. In occasione dell'inaugurazione del sentiero della pace, nel novembre del 2000, il vescovo Diocesano Mons. Wilhelm Egger, ha benedetto il nuovo altare e fatto erigere un arco in corrispondenza dell'entrata originale.



In ricordo dell'ultima cena, alcuni comuni paleocristiani si riunivano per la “cena degli apostoli”, il pranzo che celebra l'unità e reclama il legame dell'amore tra i commensali. Le rovine della chiesa, al loro stato attuale, richiamano simbolicamente le fratture che la comunità religiosa ha provocato e subito nonché le rotture ed i rinnovamenti che hanno accompagnato la lunga storia del Cristianesimo. Questo luogo invita a reinterpretare e dare un nuovo significato a valori come la solidarietà e la tolleranza, contemplati dalla cena degli apostoli di Gesù. Ancor più alla vista dei resti e delle rovine.

→ Qui si suggerisce di riunirsi in cerchio, attorno all'altare e di recitare, in forma di preghiera o canzone, il Cantico delle creature di S. Francesco (vedi allegato)

Non entrerò nella tenda della mia casa, non salirò sul letto del mio riposo, non concederò sonno ai miei occhi, né riposo alle mie palpebre, finché non trovo una sede per il SIGNORE, una dimora per il Potente di Giacobbe. Andiamo alla sua dimora, prostriamoci allo sgabello dei suoi piedi.
Salmo 132, 3-5.7

Che confortato sia il mio corpo in quest'ora. In pace sfocia la battaglia del mondo. La pace del Signore si posi su tutto – vicino e lontano. Che la pace e il silenzio si posino sulla terra, l'etere e il mare... come in cielo regni la pace. Voglia la pace del Signore illuminarmi e colmare la mia anima.
Plotino 205-270 d.C.

8 Punto di meditazione *Ponte della Pace*

Laddove si trovano i resti del ponte medievale, che un tempo portava alla chiesa di San Pietro a Castelvecchio, è stato realizzato il ponte della pace, lungo ben 37 metri. Idea e progetto portano il nome dall'architetto caldarese Walter Angonese. Sui quattro pilastri portanti, incorniciati da pesanti lastre di ferro, è stata incisa – in cinque lingue – la parola “Pace”: tedesco, italiano e sanscrito sul versante di Castelvecchio, ebraico e arabo sul lato della chiesa di San Pietro. Queste parole rispecchiano le nostre origini, le nostre basi linguistiche e culturali (il sanscrito ad esempio è la madre di tutte le lingue indo-europee mentre in ebraico è scritta gran parte dei testi della Bibbia. E la Bibbia, a sua volta, rappresenta il testo base delle grandi religioni monoteiste – Ebraismo, Cristianesimo e Islam).

Le religioni hanno predicato e salvaguardato la giustizia, hanno insegnato l'umanità e la fratellanza, ma hanno anche annunciato e sostenuto l'odio, la violenza e le guerre, sono state manipolate a sostenere ingiustizie come ad esempio la schiavitù. È ora giunto il momento di vivere ed intendere le religioni in modo tale che uniscano le persone, promuovano valori quali la tolleranza e la solidarietà e si schierino dalla parte dei più deboli e degli indigenti in nome di un unico Dio. Che le religioni diventino lo strumento di promozione della Pace e della dignità umana.

Ma voglio sanarlo, guidarlo e offrirgli consolazioni, ai suoi afflitti io pongo sulle labbra: Pace, pace ai lontani e ai vicini, dice il Signore. Io li guarirò.
Isaia 57, 18b.19

Pace non è solo il contrario di guerra, non è solo lo spazio temporale tra due guerre, Pace è di più. È la legge della vita. È quando noi agiamo in modo giusto e quando tra ogni singolo essere regna la giustizia.
Proverbio indiano

→ Questo luogo ispira una canzone di pace, come ad esempio. “Perché non costruiamo i ponti sopra i fiumi?”, oppure la preghiera di San Francesco – Il cantico delle Creature (vedi la prossima pagina).

Per riflettere

7 8

Cantico delle Creature di San Francesco

Altissimo, Onnipotente buon Signore, tue sono le lodi, la gloria, l'onore e ogni benedizione. A te solo, Altissimo, si addicono e nessun uomo è degno di menzionarti.

Lodato sii, mio Signore, insieme a tutte le creature, specialmente il fratello sole, il quale è la luce del giorno, e tu tramite lui ci illumini. E lui è bello e raggianti con un grande splendore: simboleggia Altissimo la tua importanza.

Lodato sii o mio Signore, per sorella luna e le stelle: in cielo le hai formate, chiare preziose e belle. Lodato sii, mio Signore, per fratello vento, e per l'aria e per il cielo; quello nuvoloso e quello sereno, ogni tempo tramite il quale alle creature dai sostentamento.

Lodato sii mio Signore, per sorella acqua, la quale è molto utile e umile, preziosa e pura.

Lodato sii mio Signore, per fratello fuoco, attraverso il quale illumini la notte. È bello, giocondo, robusto e forte.

Lodato sii mio Signore, per nostra sorella madre terra, la quale ci dà nutrimento e ci mantiene: produce diversi frutti variopinti, con fiori ed erba.

Lodato sii mio Signore, per quelli che perdonano in nome del tuo amore, e sopportano malattie e sofferenze. Beati quelli che sopporteranno ciò serenamente, perché saranno premiati.

Lodato sii mio Signore per la nostra morte corporale, dalla quale nessun essere umano può scappare, guai a quelli che moriranno mentre sono in situazione di peccato mortale. Beati quelli che la troveranno mentre stanno rispettando le tue volontà. La seconda morte, non farà loro alcun male. Lodate e benedite il mio Signore, ringraziatelo e servitelo con grande umiltà.

Quando le persone dimenticarono Dio

4

C'era una volta una piccola città, uguale a tante altre. Gli abitanti di questa città, però, erano molto smemorati. I bambini dimenticavano di fare i compiti. Il capostazione dimenticava di dare al treno il segnale di partenza, il papà dimenticava di togliersi le scarpe prima di andare a dormire. Un giorno, la gente di questo paese dimenticò persino Dio. Le porte della Chiesa rimasero chiuse, le campane non suonarono più nessuno pregava. “Perché ieri non siete venuti a scuola?” chiese il maestro agli alunni il lunedì mattina. “Ma ieri era domenica”, risposero i bambini sorridendo, “La domenica non c'è scuola”. “E perché non si va a scuola?”, chiese il maestro. Gli alunni si guardarono stupiti. Avevano ormai dimenticato Dio e non sapevano più perché la domenica le scuole rimanessero chiuse. Si stava avvicinando il Natale. “Perché suonano questa musica dolce?”, chiesero i bambini. “Perché sull'albero ci sono solo candele?” Nessuno pensò più a Dio. Per questo motivo la gente non capiva il perché il Natale fosse una festa silenziosa. La gente alzò gli altoparlanti a tutto volume, decorò vistosamente l'albero di Natale e festeggiò la vigilia come se fosse carnevale. “Dovete togliere quel manifesto!”, gridò il sindaco. “Chi osa apporre nelle nostre strade l'immagine di un bambino affamato? Rovina la nostra città!” Anche lui aveva dimenticato Dio. Era quindi evidente che nessuno sapesse che quell'immagine voleva essere un invito a condividere ciò che si ha con chi ha bisogno. Immediatamente, tutte le immagini vennero sostituite dalla pubblicità della cioccolata. Due amici litigarono tra loro. Il litigio culminò ed il giorno dopo uno dei due pensò: “Ora non ho più un amico”. Anche lui aveva dimenticato Dio. Non sapeva che le cose si potevano rimettere a posto anche dopo un litigio. La piccola città era diventata grigia e monotona. Gli abitanti si fecero chiassosi e irascibili. “Abbiamo l'impressione di aver dimenticato qualcosa”, continuavano a ripetere. Un giorno, sopra i tetti della cittadina, soffiò un forte vento. Soffiò così forte da muovere persino la piccola campana del campanile, che così suonò. Improvvisamente le persone si fermarono, alzarono gli occhi e una di loro esclamò: “ecco cos'abbiamo dimenticato. Abbiamo dimenticato Dio.”

La canzone

8

Perché non costruiamo ponti sopra i fiumi

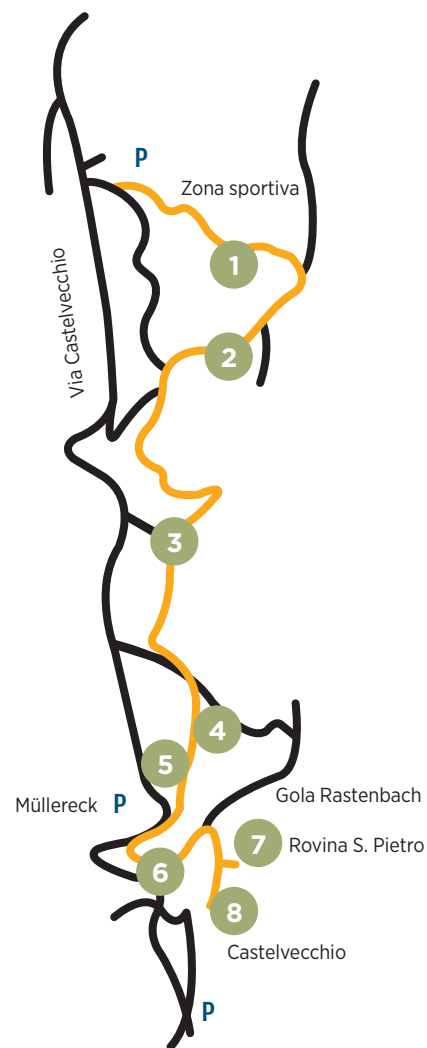
Dappertutto nel mondo scorrono tanti fiumi
fiumi lunghi profondi che ci dividono.
Attraverso l'acqua ci guardiamo ma non ci conosciamo,
il nostro sguardo porta solo diffidenza.

Perché non costruiamo i ponti sopra i fiumi?
Perché non costruiamo i ponti sopra i fiumi?
Perché non costruiamo i ponti così ci incontriamo?
Perché non costruiamo i ponti?

Fiumi fanno barriere fra anziani e giovani
sopra sponde diverse vanno i ricchi e i poveri.
Il popolo nero vede da lontano i suoi fratelli bianchi
sull'altra riva.

Perché non costruiamo i ponti sopra i fiumi?
Perché non costruiamo i ponti sopra i fiumi?
Perché non costruiamo i ponti così ci incontriamo?
Perché non costruiamo i ponti?

Il Sentiero della Pace con gli 8 punti di meditazione



Testi: Leo Andergassen, Thea Anderlan,
Bruno Klammer, Georg Reider, Imma Sinn

Editore: Associazione Turistica di Caldaro al Lago

Foto e Progetto: Veronika e Florian Andergassen

Concezione grafica: himmel, Studio für Design und Kommunikation

Stampa: Bolzano. Salvo errori ed omissioni. © 03.2018

Traduzione: Claudia Pinato

KALTERN *am See* CALDARO *al lago*

i

Associazione Turistica Caldaro al Lago

Piazza Principale 8,
39052 Caldaro

T +39 0471 963 169

info@caldaro.info

www.caldaro.info

Ufficio Parrocchiale

Piazza Principale 1,
39052 Caldaro

T +39 0471 963 134

pfarrbuero-kaltern@rolmail.net

KALTERN *am See*
CALDARO *al lago*



wein.kaltern
il punto giusto

KALTERN
event



Marktgemeinde Kaltern
Comune di Caldaro

 **Raiffeisen**
Raiffeisenkasse Oberetsch
Cassa Raiffeisen Obtradige



ALTO ADIGE
