

LUCE

GRUPPO DI MEDITAZIONE EVOCATIVA



A cura di Stella Repola



Che cos'è la Luce



Cosa produce la Luce



Come si realizza la Luce



Evocazione della Luce



*In lui (la Parola) era la vita, e la vita era la luce degli uomini.
E la luce risplende nelle tenebre e le tenebre non l'hanno
compresa.*

Giovanni 1, 1-18



E Dio disse: "sia la luce". E luce fu.

Genesi 1,3



Io sono la luce del mondo.

Giovanni



OBIETTIVO

Questa dispensa si propone di riportare a grandi linee gli argomenti di riflessione che vengono affrontati durante l'incontro. E' una corrente di spunti a cui si può attingere in ogni momento, durante i lavori e nel trimestre di meditazione successivo. Non ha tuttavia la pretesa di essere esaustiva, né di essere preminente rispetto ai temi portati da ciascun membro del gruppo in meditazione.

MEDITAZIONE EVOCATIVA: PICCOLO RIPASSO PRIMA DI COMINCIARE

Ha come obiettivo l'evocazione, lo sviluppo e la purificazione di qualità umane. Per elevare le qualità nella vita comune, è necessario prima osservarle e studiarle approfonditamente e poi evocarle perché agiscano in noi e al di fuori di noi. Comporta la concentrazione e l'osservazione orizzontale della meditazione riflessiva, mentre attiva l'evocazione delle qualità attraverso la meditazione creativa, utilizzando tutti gli strumenti a disposizione del gruppo di servizio (parole, immagini, simboli, ecc.). A seconda della qualità verso la quale si agisce, può richiedere un atteggiamento e un esercizio tipico della meditazione ricettiva, oltre che ad utilizzare l'invocazione quale strumento di potenziamento del gruppo di servizio. Gli stadi della tecnica: disidentificazione/identificazione, invocazione, preparazione alla concentrazione, focalizzazione e osservazione dell'oggetto di meditazione, evocazione.

CHE COS'È LA LUCE

Il termine italiano "luce" proviene dal termine latino *lux*, illuminare, far vedere, che corrisponde in greco al termine φῶς *phaos/phōs*, di qualcosa che mostra e rende manifesto.

Essa è universalmente il simbolo della divinità suprema, dello spirito, della verità, della coscienza e della vita.

In particolare, secondo la tradizione esoterica della cabbala ebraica, la luce originaria è la sostanza stessa della divinità. I cristiani definiscono ugualmente il Creatore come "la luce del mondo".

I buddisti considerano la luce come un simbolo della verità e della vittoria riportata sul mondo materiale, lungo il cammino verso l'Assoluto, il Nirvana senza colore né forma. La luce è dunque l'equivalente della conoscenza, che riconcilia gli illusori e falsi contrasti del mondo fenomenico.

Per gli induisti, la luce è la metafora della saggezza, come espressione della parte spirituale e divina di *atman* (anima), o come una manifestazione di Krishna, il signore della Luce.

LUCE E COSMO

“Dove c'è la luce, nasce la vita, il caos può trasformarsi in cosmo. Nel messaggio biblico, la luce è l'immagine più immediata di Dio: Egli è interamente Luminosità, Vita, Verità, Luce. Essa ha permesso all'universo, nel rivelarlo, di uscire dal caos originale, e di allontanare l'oscurità nei suoi limiti estremi”.

La Scienza definisce “caos” un sistema del quale non si può prevedere il comportamento futuro in base alle condizioni conosciute al momento presente. Non si tratta cioè di “confusione”, piuttosto di imprevedibilità. Così era l'universo dopo il Big Bang e prima che avvenisse un importante cambio di stato quasi 400.000 anni dopo, quello che ha portato alla combinazione dei primi atomi. Liberando spazio, prima occupato da un'enorme quantità di particelle vaganti, il sistema in evoluzione è diventato, da opaco, trasparente e questo ha permesso ai fotoni, le particelle più veloci nel portare le radiazioni elettromagnetiche (come, ad esempio, la luce che conosciamo), di viaggiare fino ai suoi confini. Da questo momento, la Scienza ci dice che l'universo è passato dallo stato di caos-imprevedibilità allo stato di cosmo-sistema prevedibile. Non che ne si conosca l'esatto destino, ma date le condizioni iniziali (quelle del passaggio di stato), il sistema ha comunque “scelto” una precisa strada evolutiva, per così dire.

LUCE E TENEBRE

Tra tutte le coppie d'opposti, quella della luce-oscuro è una delle più importanti. L'uomo identifica spesso la luce con una delle sue sorgenti più costanti: il sole. Se la luce del sole è percepita in modo netto, quella riflessa dalla luna è invece dolce e illumina molto meno. Di conseguenza, anche la percezione dell'oscurità varia. Essa non è percepita sempre come ostile, anzi, in una relazione Yin e Yang, essa è spesso cercata quale complemento alla luce.

Le società patriarcali considerano la luce quale elemento maschile e l'oscurità come femminile. Associando la Luce alla Verità e al Bene supremo, l'associazione mentale della luce-maschile-Bene e l'oscurità-femminile-Male facilmente ha serpeggiato nella storia umana, provocando, ad esempio, una delle manifestazioni più drammatiche nella sfera occidentale: quella della persecuzione e strage delle cosiddette “streghe” a partire dal XV fino all'inizio del XVIII secolo all'interno dell'occidente cristiano, cattolico, ma soprattutto protestante.

In merito a questa opposizione, il profeta di origine iraniana Mani, nel III secolo d.C., aveva invece tentato una sintesi interessante, coniugando concetti cristiani con l'antica spiritualità della Persia. Quest'ultima appunto, per tradizione, opponeva il

regno della luce, caratterizzato da poteri divini, al regno dell'oscurità, caratterizzato dalle potenze malefiche. Mani propone la storia secondo tre età del mondo: quella della Creazione, quella della confusione tra luce e oscurità, e infine quello in cui viviamo, alla fine del quale, le particelle di luce, rioccuperanno il seno della sfera celeste. Le particelle di luce irradiano infatti dalla terra, per formare, in alto, il sole, la luna e le stelle. Le colonne di luce costituite da queste particelle si sollevano, nella prima metà del mese, verso la luna, fino a che essa disegna un disco pieno. Da quel momento, esse sono attratte dal sole a lui e da lui al paradiso di luce. Allo stesso modo, dal momento in cui ha lasciato il suo involucro terrestre, l'anima purificata è condotta da tre angeli in questo paradiso di luce, dove il Giudice supremo gli dona, in segno di vittoria, l'abito e le corone di luce (una di fiori e un diadema).

Nella dottrina ebraica della cabbala il simbolo della luce ha un ruolo primordiale. Essa è chiamata “Or” o “Awr” ed è scaturita dall'etere originario e nascosto, *Awir*. Secondo la stessa cosmologia mistica, l'oscurità sarebbe apparsa solo dopo la luce, e un elemento mediatore arbitra nel conflitto tra luce e oscurità. Si tratta dunque dell'inversione del processo a cui pensiamo tradizionalmente, ovvero che la luce nasce nella oscurità. Invece, l'oscurità è nata di conseguenza al passaggio della luce, e rappresenta il segno dell'ancora suo mancato passaggio.

Il senso suggerito è che, al di là della luce e della oscurità, esiste una “luce essenziale” che la Creazione stessa viene ad oscurare ed è a partire da questo oscuramento della luce primordiale che appare la coppia luce-tenere così come lo concepiamo.

SIMBOLOGIA DELLA LUCE

Entrando nel significato della luce, abbiamo dunque osservato la netta distinzione tra quella che è la luce “originaria”, autonoma e, appunto, la sostanza della divinità stessa, e la luce visibile emanata da tutte le sorgenti, compreso il sole, che ne rappresentano dei “pallidi” simboli.

Nella Genesi, la separazione della luce e delle tenebre costituisce la prima manifestazione divina, e difatti il sole e la luna non saranno attaccati al firmamento che molto dopo, come delle “lampade”. E ancora, Mani offre una immagine per descrivere questo concetto: egli cita gli astri come “lustrini sul vestito di Dio”.

Molti culti pagani antichi hanno venerato il sole quale dio. Un inno neo-babilonense del IX secolo a.C., dedicato al dio del Sole Schamash, dice:

“Il dio Schamash è quello che dissipa le tenebre, che illumina il cielo, che, in alto come in basso, combatte il Male... i

principi gioiscono nella tua contemplazione, gli dei che abitano il cielo ti lodano. Essi vedono quello che nasconde il tuo fulgore, e la tua luce guida i loro passi... le porte del cielo sono spalancate innanzi a te, gli dei stessi ti sacrificano!"

Anche qui, si nota il riferimento a qualcosa che si nasconde dietro alla emanazione della luce visibile. Riporto la citazione di un celebrante cattolico francese: "L'ombra della croce è la gloria della resurrezione".

D'altra parte, Dio si vela per gli uomini, perché nessun uomo può contemplarlo nella pienezza della sua gloria senza esserne distrutto e consumato. Nel libro dell'Esodo, Dio dice: "Tu non puoi vedere il mio volto, perché l'uomo non può vedermi e vivere". Egli si presenta piuttosto in forme che possano essere "viste", ma che inevitabilmente lo nascondono.

Una leggenda ebraica spiega così questa particolarità della Creazione: il Creatore avrebbe nascosto la luce che Egli aveva creato il primo giorno, perché aveva previsto che le sue future creature lo avrebbero irritato. "Egli fece questa riflessione: i cattivi non meritano d'essere illuminati da questa luce; dovranno accontentarsi del sole e della luna, i cui bagliori si estingueranno un giorno. Ma la luce originaria, che procede dall'eternità, sarà la luce dei Giusti".

Ancora, nell'Islam, la luce ha un nome sacro "Nûr", perché "Allah è la luce del cielo e della terra", e crea l'equivalenza tra luce (En-Nûr) e spirito (En-Rûh), a sua volta presente, per i cristiani, nell'episodio dell'annunciazione: l'angelo della luce, Gabriele, annuncia la visita dello Spirito Santo a Maria, attraverso un processo di fecondazione da parte della luce, in cui lo Spirito accetterà di *velarsi* per incarnarsi in un corpo umano-divino.

Nella religione Cristiana il richiamo alla luce è presente costantemente attraverso l'uso di candele e lampade. I ceri delle cerimonie, quali il battesimo, non rappresentano solo la fede, ma significano l'illuminazione apportata dallo spirito e la venuta di un nuovo giorno.

L'ideogramma cinese "ming", riunisce in sé la luce del sole e quella della luna, e significa così da una parte la vera conoscenza, dall'altra quello che ne è, allo stesso tempo, la causa e la conseguenza, l'illuminazione liberatrice che scioglie tutti i condizionamenti.

LA LUCE IN FILOSOFIA

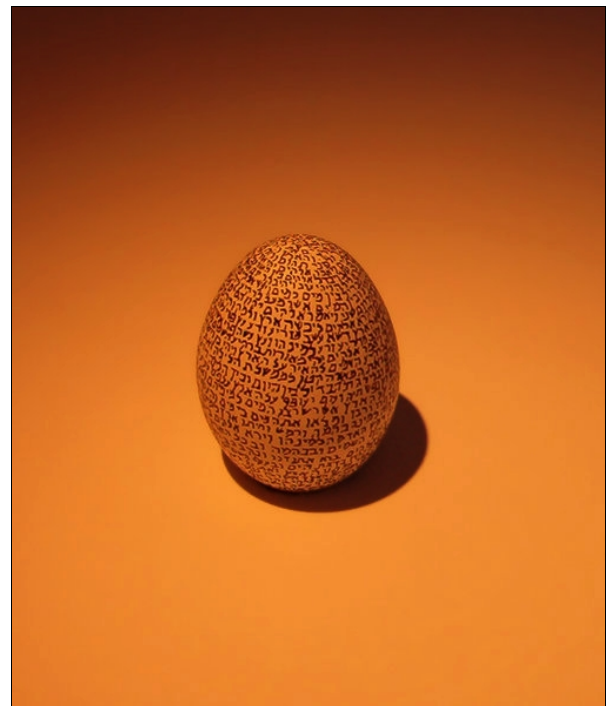
Aristotele (384 a.C.–322 a.C.) per primo elabora un concetto della luce che pur nella sua apparente immaterialità è fondante della corporeità dell'universo. La luce, infatti, coincide con il quinto elemento, l'etere, una materia eterna evanescente e fluida che circonda tutti i corpi la cui consistenza contingente è data dai quattro elementi tradizionali

(terra, acqua, aria e fuoco). Quindi la luce è alla base dell'essere fisico animato ed inanimato.

Nella filosofia neoplatonica la luce rivela l'azione dell'Uno divino che comunica attraverso l'emanazione luminosa con le intelligenze celesti e attraverso loro con il mondo terreno.

Roberto Grossatesta (1175-1253), filosofo e teologo italiano del XII secolo, può essere considerato il fondatore della metafisica della luce. Grossatesta sintetizza le concezioni platoniche e aristoteliche in una visione secondo la quale la luce è costitutiva della materialità dei corpi "che hanno l'essere in modo più vero e più degno nei gradi degli enti secondo la maggiore o minore partecipazione ad essa". Nel trattato *De luce* Grossatesta descrive l'azione del *lumen* che s'irradia dal primo cielo originando le altre sfere celesti, la cui densità materiale aumenta sempre più procedendo verso il centro dell'universo che è il punto più denso e per questo dotato di minor movimento e dove si trova la Terra secondo un modello eliocentrico.

Il *lumen* celeste si interiorizza nei corpi penetrandovi e causando delle mutazioni sia al loro interno che in rapporto con gli altri corpi rendendo così possibili le sensazioni. Poco dopo, procedendo dalla dottrina agostiniana, Meister Eckhart (1260–1327/1328), ne trae la concezione della somma luce di Dio presente nell'individuo come *scintilla animae*, un piccolo bagliore che rivela l'impronta divina in ogni uomo.



COSA PRODUCE LA LUCE

LA LUCE “VISIBILE”

Da un punto di vista fisico, la luce “visibile” segue un percorso rettilineo, che può essere deviato solo da grandi forze, o piuttosto, modifiche al “tessuto” spazio-temporale. Essa non permea, non avvolge, non si mescola come altri elementi, quali l'acqua e l'aria. Discrimina, mette in valore, identifica, rivela le caratteristiche di tutto ciò che incontra. E' il fenomeno più rapido che attualmente conosciamo, tanto da essere misura dell'universo e nostro unico riferimento rispetto alla nostra presenza in esso.

LUCE E LIBERTÀ

È attribuita all'illuminista francese Voltaire, del XVIII secolo, la seguente citazione: “più gli uomini saranno illuminati e più saranno liberi”. Il che sintetizza adeguatamente tutte le concezioni orientali e occidentali, che vedono la luce quale liberatrice. L'uomo è liberato dai condizionamenti, dalle paure, dai sentimenti negativi, grazie ad una comprensione più ampia di se stesso e degli altri, della realtà dei fenomeni e di quella trascendente. La luce permette all'uomo di comprendere il proprio ruolo e scopo e dunque di scegliere come esserlo e realizzarlo.

Il Maestro giudica lo status di un discepolo dalla luce della sua aura. La Gerarchia valuta la condizione dell'umanità nello stesso modo.

Foster Bailey, L'attuazione del piano di Dio

COME SI REALIZZA LA LUCE

A cosa serve la luce del sole, se abbiamo gli occhi chiusi.

Proverbio arabo

Allora, apriamo gli occhi e meditiamo sulla luce. Rendiamo costante la visualizzazione della nostra fiammella o del nostro essere un corpo di luce. Assorbiamole dalle fonti naturali più grandi: il sole e la luna. Come da quelle più piccole, concentrandoci sulla fiamma di una candela, per esempio.

EVOCAZIONE DELLA LUCE

La luce è il filo d'oro che costruisce l'infinito e porta in manifestazione gli eventi predestinati. Nasce dalle fonti più pure della vita e dissolve ogni granello di male. Nell'uomo accende la volontà cosmica e lo rende strumento di bene per l'umanità.

FONTI ED ESTRATTI

- 1) Vangelo di Giovanni, La Sacra Bibbia, Nuova Diodati (1991), ed. La Buona Novella, Brindisi.
- 2) Encyclopédie des symboles, Ed. Librairie Générale Française 1996, sous la direction de Michel Cazenave, (traduction de l'oeuvre allemande "Knaurs Lexikon der Symbole", 1989).
- 3) I giardini di luce, Amin Maalouf (2001), ed. Bompiani.
- 4) Omelia di Benedetto XVI, papa cattolico (Veglia Pasquale 2009), vatican.va .
- 5) Esodo 33:20, Bibbia, gotquestions.org/Italiano/vedere-Dio.html
- 6) Roberto Grossatesta, scheda autore presso il sito www3.unisi.it/ricerca/prog/fil-med-online/autori/htm/roberto_grossatesta.htm