



QUADERNI DI DEMAMAH n. 46

settembre - ottobre 2019



ELymnalia

DEMAMAH
2009-2019

*E i discepoli, dopo aver cantato l'inno,
uscirono verso il monte degli Ulivi...*

Mc 14, 26

QUADERNI DI DEMAMAH n. 46

Bimestrale di Spiritualità | settembre - ottobre 2019

Direttore: Maria Silvia Roveri - *Responsabile ai sensi di legge:* don Lorenzo Dell'Andrea - *Impaginazione e grafica:* Paola Andreotti - *Tecnico audio:* Giorgio Andreoli - *Fotografie:* Marilena Anzini

Direzione, redazione, amministrazione: Via Statagn, 7 – 32035 S. Giustina (BL) - *Registrazione Tribunale di Belluno* Num. Reg. Stampa 2 - Num. R.G. 429/2014 - *Stampa:* Tipografia Piave - Belluno

Hanno collaborato a questo numero speciale, offrendo le loro voci: Marilena Anzini, Camilla da Vico, Teddy De Cesero, Maria Silvia Roveri, Tarcisio Tovazzi, don Giovanni Unterberger

Editore: Associazione **Demamah** (Ric. Dioc. del 24 luglio 2014) - Via Statagn, 7 - 32035 S.Giustina (BL), **Tel. Segreteria 339-2981446** - C.F. 91016280256 - *Presidente:* Maria Silvia Roveri - *Assistente spirituale:* don Giovanni Unterberger - *Amministrazione:* Teddy De Cesero - *Segreteria:* Marilena Anzini - *Responsabile comunicazione:* Paola Andreotti

Per donazioni: conto corrente bancario intestato a ASSOCIAZIONE PRIVATA DI FEDELI “DEMAMAH”- **IBAN IT32 0030 6961 2771 0000 0002 370** - Banca Intesa San Paolo – Agenzia di Santa Giustina (BL)

www.demamah.it ❖ info@demamah.it

*“Sapete che cos’è un inno?
Gli Inni sono canti in lode di Dio.
Se è una lode ma non è indirizzata a Dio, non è un Inno.
Se è una lode di Dio ma senza canto, non è un Inno.
Perché sia un Inno deve avere dunque questi tre requisiti:
essere una lode, rivolta a Dio, espressa nel canto.”*

S. Agostino, *Enarrationes in Psalmos*, 148, 17

indice

2009 – 2010	<i>Benedictus es</i>	_1
2011	<i>Immense Caeli Conditor</i>	_7
2012	<i>Conditor alme siderum</i>	_16
2013	<i>Cor arca legem continens</i>	_21
	2014 <i>Crux fidelis</i>	_25
	2015 <i>Aurora lucis rutilat</i>	_32
	2016 <i>Veni Creator Spiritus</i>	_38
2017	<i>Jam Christus astra ascenderat</i>	_46
	2018 <i>Ave maris stella</i>	_51
19 - 09 - 2019	<i>Auguri Demamah, canta nel giubilo!</i>	_56

*Il presente Quaderno con CD allegato
è stato stampato in un numero limitato di copie
che possono essere richieste a info@demamah.it
o telefonando al 339-2981446.*

Hymnalia

19 settembre 2009 – 19 settembre 2019

Dieci anni insieme!

Il 19 settembre 2019 Demamah compie i suoi primi dieci anni di vita.

Sono volati come in un soffio, quello stesso soffio che ci fece incontrare e abbracciare, tra noi e con Lui.

Vorremmo ringraziare Dio,
tutti coloro che hanno messo semi buoni sul nostro cammino,
tutti coloro che ci sostengono, e che, Quaderno dopo Quaderno,
crescono con noi.

E per ringraziare, Demamah canta!

Il Quaderno di settembre – ottobre 2019 è il nostro grazie.

L'abbiamo registrato nella chiesa di San Pietro a Belluno la mattina del 27 luglio 2019, a conclusione del nostro ritiro estivo.

L'abbiamo registrato pregando, consapevoli dei nostri limiti e imperfezioni, ma anche del grande dono che Dio ci ha dato con la voce, il suono e il canto.

Nove inni gregoriani dei vari tempi liturgici dell'anno, scelti tra quelli che cantiamo ogni giorno nell'Ufficio Divino, inni attraverso i quali lo Spirito ha guidato i nostri primi passi e ancora oggi ci conduce, accompagnando i nostri incontri e le nostre vite.

Benedictus es, Dómine, Deus patrum nostrórum.

Et laudábilis et gloriósus in sæcula.

2009 – 2010 *Benedictus es*

Daniele 3, 52-53

**Inno alla Ss. Trinità per il Sabato delle Quattro Tempora di
Avvento** *Graduale Novum II 439*

- | | |
|---|---|
| 1. Benedíctus es, Dómine,
Deus patrum nostrórum.
Et laudábilis et gloriósus
in sæcula. | 1. Benedetto sei tu, Signore,
Dio dei padri nostri, degno
di lode e di gloria nei
secoli. |
| 2. Et benedíctum nomen
glóriæ tuæ, quod est
sanctum. Et laudábile et
gloriósum in sæcula. | 2. Benedetto il tuo nome
glorioso e santo, degno di
lode e di gloria nei secoli. |
| 3. Benedíctus es in templo
sancto glóriæ tuæ. Et
laudábilis et gloriósus in
sæcula. | 3. Benedetto sei tu nel tuo
tempio santo glorioso,
degnò di lode e di gloria
nei secoli. |
| 4. Benedíctus es super
thronum sanctum regni tui.
Et laudábilis et gloriósus
in sæcula. | 4. Benedetto sei tu nel trono
del tuo regno, degno di
lode e di gloria nei secoli. |
| 5. Benedíctus es super
sceptrum divinitátis tuæ.
Et laudábilis et gloriósus
in sæcula. | 5. Benedetto sei tu con lo
scettro della tua divinità.
degnò di lode e di gloria
nei secoli. |
| 6. Benedíctus es, qui sedes
super Chérubim, íntuens
abýssos. Et laudábilis et
gloriósus in sæcula. | 6. Benedetto sei tu che penetri
con lo sguardo gli abissi e
siedi sui cherubini, degno
di lode e di gloria nei secoli. |

- | | |
|--|--|
| <p>7. Benedíctus es, qui ámbulas super pennas ventórum et super undas maris. Et laudábilis et gloriósus in sæcula.</p> <p>8. Benedícant te omnes Angeli et Sancti tui. Et laudent te et gloríficent in sæcula.</p> <p>9. Benedícant te coeli, terra, mare, et ómnia quæ in eis sunt. Et laudent te et gloríficent in sæcula.</p> <p>10. Glória Patri, et Fílio, et Spirítui Sancto. Et laudábili et glorióso in sæcula.</p> <p>11. Sicut erat in princípio, et nunc, et semper: et in sæcula sæculórum. Amen. Et laudábili et glorióso in sæcula.</p> <p>12. Benedíctus es, Dómine, Deus patrum nostrórum. Et laudábilis et gloriósus in sæcula.</p> | <p>7. Benedetto sei tu che cammini sulle ali del vento e sulle onde del mare, degno di lode e di gloria nei secoli.</p> <p>8. Ti benedicano tutti gli angeli ed i tuoi santi, ti lodino e ti glorifichino nei secoli.</p> <p>9. Ti benedicano i cieli, la terra, il mare e tutto ciò che è in essi; ti lodino e glorifichino nei secoli.</p> <p>10. Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo, degno di lode e di gloria nei secoli.</p> <p>11. Com'era in principio e ora e sempre; e nei secoli dei secoli. Amen. Degno di lode e di gloria nei secoli.</p> <p>12. Benedetto sei tu Signore Dio dei Padri nostri, degno di lode e di gloria nei secoli.</p> |
|--|--|



Note per l'ascolto

L'Ufficio Divino monastico è un canto che nasce dall'ascolto.

Tutto comincia dalla *ruminatio* dei testi sacri, cioè un processo in cui alcune parole “girano” dentro, vengono masticate, rimasticate, fino a diventare cibo finissimo, commestibile per l'anima: la musica. Da centinaia, migliaia di anni, questi canti nutrono chi canta e chi ascolta.

Ma non è solo la parola sacra a diventare musica. L'Ufficio Divino dà voce al silenzio. Ascolta il canto delle montagne, del mare, dei mostri marini, del gelo, della luna, della rugiada, persino delle tenebre. C'è un canto incessante che sale, che solo nel silenzio si può sentire.

“*Opere tutte benedite il Signore, lodatelo in eterno*”: così cantano i tre fanciulli, Anania, Azaria e Misael, di fronte alla furia del re Nabucodonosor, che punisce la loro volontà di amare Dio gettandoli nella fornace ardente. Davanti allo strepitare delle fiamme e del fuoco, essi rispondono con la quiete e la freschezza di un canto chiamato *Inno dell'Universo*, che forse potremmo chiamare anche *La musica silenziosa del creato* e che l'Ufficio Divino ripropone in forma salmodica alle Lodi di ogni domenica e giorno festivo.



Note musicali

Il Cantico dei tre fanciulli è un inno costruito sul testo di uno dei dieci cantici tratti dalla Sacra Scrittura che l'Ufficio Divino e l'odierna Liturgia delle Ore propongono nel corso dell'anno liturgico. Le sue origini sono molto antiche e risalgono all'Oriente cristiano sicuramente a partire dall'ultimo quarto del IV secolo. Molto presto i versetti 56-88 del *Benedicite* entrarono nell'Ufficio medievale dei monasteri come cantico dell'Antico Testamento: diverse regole monastiche, tra cui quella di san Benedetto, fanno riferimento al canto delle *Benedictiones* nelle descrizioni dell'Ufficio Mattutino.

Nella liturgia occidentale medievale il cantico assunse un ruolo importante nei canti delle Quattro Tempora, tempi penitenziali di tre giorni che - prima del Concilio Vaticano II - scandivano il passaggio tra le stagioni nei tempi forti dell'anno liturgico.

Tale è l'inno che offriamo all'ascolto, essenziale nella melodia che inizia con una intonazione tipica della salmodia e di quest'ultima mantiene un andamento che si snoda prevalentemente sulla corda di recita al *tenor*, impreziosendola da piccole volute che la attorniano e ingentiliscono prima di cadenzare alla nota finale del settimo modo.

Note demamahine 2009-2010

Il 19 settembre 2009 Demamah emette il suo primo vagito. Nasce un gruppo di persone accomunate dallo studio del canto, del suono e della voce, che insieme vogliono affrontare seriamente una **ricerca spirituale**. La lettura del verbale di quel

primo incontro è oggi fonte di commozione, tanto cercavamo lo Spirito, quanto non sapevamo né dove né tantomeno come. Fu lo Spirito stesso a prenderci per mano, senza che nemmeno ce ne accorgessimo, con quella estrema delicatezza che solo Lui sa e può.

Questi i principi ispiratori emersi da quel primo incontro, pullulanti domande in attesa di risposta:

- Partiamo da un bisogno: l'offrire a tutti noi, ma come naturale conseguenza anche ad altri, delle possibilità di risveglio spirituale.
- Promuovere la ricerca spirituale della persona... ma cos'è la spiritualità, cos'è lo spirito?
- Il Divino... come incontrarlo ?
- Un nuovo gruppo?
- Con quali strumenti?
- A proposito di strumenti, la nostra pedagogia del canto e della voce anela a poggiarsi sulla roccia:
 - Ogni manifestazione nella sfera dello spirito si incarna nella fisiologia del corpo.
 - *“Et Verbum caro factum est”*
 - L'elevatissima frequenza di oscillazione del Divino si manifesta come Luce
 - La Luce svela la natura Trinitaria con la quale il Divino si manifesta nel suono
 - *“Et habitavit in nobis”*

Il 12 ottobre 2009 viene scelto a maggioranza e a scrutinio segreto, tra una rosa di una decina di nomi proposti dai membri fondatori, il nome che il nuovo gruppo intende darsi. **Demamah** inizia così il suo cammino tanto incerto quanto imperfetto, con l'unico desiderio di lasciarsi condurre docilmente da quello Spirito manifestatosi a Elia attraverso l'inudibile mormorio di un vento leggero.

Il Santo Natale 2009 viene trascorso con le famiglie a **Norcia** (PG), presso il **Monastero di San Benedetto**. Da questi primi

contatti con la locale comunità monastica nasce l'irresistibile attrazione che la Regola di San Benedetto e la liturgia celebrata nel rito antico esercitano su Demamah, che ritornerà a Norcia già nella Pasqua del 2010.

Nel maggio 2010, alla ricerca di una guida spirituale monastica in ambito locale, Demamah incontra **Padre Romeo** Simonetti, eremita di Laste di Rocca Pietore (BL) che ne guida i primi passi alla conoscenza dei tesori spirituali del cristianesimo.

Fin dalla sua fondazione Demamah si distingue per il desiderio di una **liturgia celebrata santamente**, che corrisponda nelle forme e nella dignità alla grandezza e magnificenza di Colui che celebra e ne è il principale Attore. Il canto dell'**Ufficio Divino monastico** e la **Santa Messa** celebrata nella forma straordinaria del rito romano (rito antico), cui i demamhini presteranno le loro voci nel **canto gregoriano**, diventeranno presto i cardini della preghiera comune che scandirà le ore e i giorni degli incontri mensili.



2011 *Immense Caeli Conditor*

attribuito a San Gregorio Magno (540 – 604)

Inno ai Vespri del Lunedì *Antiphonale Monasticum 136*

- | | |
|---|---|
| 1. Imménse cæli cónditor,
qui, mixta ne confúnderent,
aquæ fluénta dívidens,
cælum dedísti límitem, | 1. Immenso creatore del cielo,
[tu] che nel dividere le
correnti d'acqua, affinché
non si mescolassero, hai
fissato il cielo come argine, |
| 2. Firmans locum cæléstibus
simúlque terræ rívilis,
ut unda flammas témperet,
terræ solum ne díssipet: | 2. assicurando un posto ai
ruscelli celesti, e allo stesso
tempo a quelli della terra,
affinché l'acqua estingua
le fiamme e non distrugga
il suolo della terra: |
| 3. Lucem fides invéniat,
sic lúminis iubar ferat;
ut vana cuncta térreat,
hanc falsa nulla cóprimant. | 3. La fede trovi la luce, e così
un raggio luminoso [ci]
guidi; affinché [la fede]
scacci tutte le cose vane,
nessun errore soffochi
questa [fede]. |
| 4. Præsta, Pater piússime,
Pátrique compar Unice,
cum Spírítu Paráclito
regnans per omne sæculum.
Amen. | 4. Ascoltaci, o Padre
amorevolissimo, o Figlio
unigenito eguale al Padre,
che regni per tutti i secoli
con lo Spirito Paraclito.
Amen. |



Note per l'ascolto

L'ascolto diventa intuizione, l'intuizione diventa poesia, la poesia diventa inno. Per molti secoli c'è stata titubanza ad accogliere gli inni, repertorio il cui senso talvolta era oscuro, le cui immagini potevano essere poco razionali, la cui provenienza non era quella dei testi sacri, ma il complesso mondo dell'animo umano. Sarà San Benedetto nella Regola ad accogliere gli inni come vera e propria parte della liturgia dell'Ufficio Divino.

Dal primo all'ultimo giorno, ogni settimana, negli inni dei Vespri ripercorriamo l'intero processo della Creazione. Ogni settimana della nostra vita è per i monaci un tempo preziosissimo, in cui la creazione avanza e si perfeziona, con quella magnifica opera che siamo noi stessi.

I monaci chiedono allora al Grande Artista di portare a compimento ciò che ha iniziato nei sei giorni della Creazione, forgiando l'anima, fragile come vaso di creta, fino a farla diventare Opera Divina, *Opus Dei: Lava le piaghe dell'anima arida; Spezza la notte del cuore; Frena l'impeto della brama di possesso; Sciogli i vincoli della discordia; Stringi i nodi della pace; Infondi luce, donaci grazia, la fede dissipi le tenebre...*

Note musicali

Gli inni dell'Ufficio sono stabili come testi, mentre le melodie possono essere anche molte (basti pensare che l'inno per la compieta ne possiede più di una ventina), variando a seconda del tempo liturgico o del grado di solennità del giorno che si va a celebrare.

Nell'antifonale benedettino *Immense coeli conditor* è dotato di due melodie, di cui offriamo all'ascolto quella per i lunedì del tempo invernale, che per la vita monastica comprende i lunghi mesi che vanno dalla fine di settembre all'inizio della Quaresima, con eccezione dell'Avvento e del Tempo di Natale, che possiedono inni e melodie proprie.

La melodia si sviluppa nella regione più grave dell'ottavo modo, ripetendo per ben tre volte la stessa formula melodica nel primo, terzo e quarto versetto di ogni strofa, slanciandosi verso la corda superiore di recita solo nel secondo versetto, aprendo così l'anima alla contemplazione del Creato e del suo Creatore, per poi ritirarsi nuovamente nella zona grave.

La lunga ripetizione della piccola melodia iniziale – in tutto essa viene ripetuta quindici volte! – aiuta sia chi canta sia chi ascolta a entrare in una dimensione meditativa in cui il canto diviene veramente preghiera.



Note demamhine 2011

Nell'aprile 2011 Padre Romeo, per meglio rispondere alla sua vocazione eremitica, affida a **Mons. Giovanni Unterberger**, esegeta e padre spirituale del Seminario Diocesano di Belluno, la guida spirituale di Demamah. L'orientamento cristiano è ormai compiuto. Lo Spirito che aleggiava sulle acque ha assunto il volto e il nome di Gesù.



Nel luglio 2011 si torna a **Norcia** per approfondire la conoscenza della liturgia benedettina e dell'Ufficio Divino, che diviene la preghiera comunitaria demamhina, e di cui il testo seguente rappresenta una piccola – semiseria – finestrella.



A nnotazioni semiserie sul pregare cantando l'Ufficio Divino

(dal Bollettino n. 2 – maggio 2012)

Vorrei condividere con voi le gioie e le delizie del pregare cantando, in particolare con l'Ufficio Divino (la liturgia delle ore nell'antico rito monastico) e la salmodia. Sì, ho detto precisamente "le delizie" perché, superate alcune piccole, semplici difficoltà che riguardano soprattutto l'orientarsi nello sterminato Antifonale Monastico e l'assimilazione degli otto toni salmodici con le relative infinite varianti, anche voi potrete godere senza ansia di questa meravigliosa esperienza.

I seguenti semplici consigli sono stati scritti proprio per aiutare a vivere questo modo di pregare in tutta tranquillità: naturalmente i consigli riguardano solo le persone che, come me, sono piuttosto lente nella comprensione e nell'assimilazione.

Innanzitutto è bene imparare a distinguere l'Antifonale dal Graduale Triplex: è facile, soprattutto alle cinque di mattina, ancora un po' addormentati, scambiare uno per l'altro... hanno entrambi la copertina scura... (ecco perché il Graduale Novum ha la copertina rossa!). Comunque, quando la vostra pratica diventerà più assidua, imparerete senza nessuna difficoltà: il loro peso specifico ve li farà riconoscere anche ad occhi chiusi.

Altro piccolo consiglio, ma di vitale importanza: munirsi di foglietti e santini vari che vi saranno estremamente utili nel segnare le pagine che di volta in volta dovrete leggere cantando (una sola misera fettuccia rossa non basta proprio). Eh sì! san Benedetto era veramente saggio oltre che santo: sapeva che sarebbe stato troppo comodo andare da una pagina all'altra tutto di seguito.... sarebbe stato facilissimo perdere l'attenzione ed entrare nella routine: ecco perché vi troverete a volte a passare, ad esempio, dalla mitica pagina 25 (Lodi

della Domenica) alla pagina 941 nel giro di un secondo. Sì, perseverate ed abbiate fiducia: un giorno arriverete addirittura a cantare le parole di un inno scritte in una data pagina, ma con le note che si trovano a trecento pagine di distanza!

Un cantore coscienzioso naturalmente si stampa ogni settimana l'Ordo del Monastero di Norcia inviato da Maria Silvia e si prepara con i vari foglietti il percorso di guerra tra le pagine dell'Antifonale. I più esperti (sì, anche nel nostro gruppo ci sono i secchioni, anzi le secchione) sanno perfino orientarsi nella selva di feste *maioribus et minoribus*, tra feste di I e II classe, *duplex et semiduplex*: se poi si è veramente diligenti si provano in anticipo le antifone con i relativi toni salmodici.

I toni salmodici. Qui entriamo nell'aspetto che in apparenza sembra il più difficile da imparare, ma, credetemi, in realtà è semplicissimo. Intanto i toni sono solamente otto: il fatto poi che, ad esempio, il primo modo abbia 12 possibili cadenze diverse è del tutto secondario. Facciamo subito piazza pulita delle presunte difficoltà nel cantare correttamente la salmodia: chi di noi non sa contare fino a tre? Infatti basta sapere da quale sillaba inizia la cadenza, per risolvere ogni dubbio, tutto qui! E' vero, c'è anche il problema di riconoscere le sillabe che portano l'accento, ma vedrete che, se sarete assidui nella pratica, queste difficoltà si scioglieranno come la neve al sole. Se poi siete un po' ansiosi come me, vi rivelo un sistema quasi infallibile: segnatevi con la matita le sillabe in questione di tutti i 150 Salmi, lo potete fare in poco tempo: è vero, poi rimane la difficoltà di ricordare se, al cambiare dei toni, devo scendere o salire con la voce sulla sillaba cerchiata o sulla precedente, o anche sulla successiva ...ma... tranquilli, c'è una soluzione a tutto.

Per esempio si può ascoltare così attentamente il compagno vicino da percepire in una frazione di secondo quando la sua

voce inizia la cadenza e seguirlo (sperando naturalmente che lui non si sbagli!), oppure, con un sistema meno raffinato, fingere un colpo di tosse prima del momento fatidico e riprendere poi a cantare quando le cose si fanno più facili. Avrete già capito però che, quando si è solamente in due a cantare, questi trucchetti non possono più essere messi in atto... ed allora umilmente non resta che battersi il petto!

Mi rendo conto che il mio iniziale intento di comunicarvi quanto sia semplice imparare questa bellissima forma di preghiera cantata forse non sta ottenendo lo scopo desiderato: guardiamo allora ai nostri fratelli e sorelle demamhini più esperti e ne trarremo sicuramente un grande incoraggiamento! A parte Maria Silvia, che sa intonare i Salmi perfino al buio, vediamo come Camilla sappia sempre cantare l'*Oratio* giusta e come Valentina non sbagli mai il tono dei Salmi: dunque c'è speranza per tutti, fra qualche anno riusciremo a cantare i salmi senza errori anche con il terzo tono!

Prima di concludere questa breve esortazione vorrei parlarvi di uno dei momenti più affascinanti dell'Ufficio Divino durante uno degli incontri di Demamah: il canto delle Lodi nella Cappella di San Pietro, a Formegan di Santa Giustina, in un mattino d'inverno.

Dopo la sveglia antelucana, lasciato il dolce tepore di casa Pegoraro, intabarrati come esploratori polari e attrezzati di Antifonali e lucette portatili, si arriva alla spicciolata, ma puntuali, alla chiesetta di San Pietro. Il ghiaccio nell'acquasantiera vi fa subito capire che sarà una esperienza intensa; se poi avete dimenticato i guanti, siete consapevoli che per girare le pagine dovrete prima soffiarvi per bene sulle dita. Nel buio si intravede un'ombra inginocchiata nel primo banco: sì, è la nostra maestra, chissà da quanto tempo è lì... e subito un atroce dubbio ci assale: è immobile perché immersa totalmente nella preghiera o perché semiassiderata?

Ci si inginocchia nei banchi dividendosi in due gruppi: quelli che non hanno avuto il tempo di prepararsi i segni e si sentono ancora un po' incerti nella salmodia innalzano una silenziosa, ma pressante preghiera: *“O Dio vieni a salvarmi, vieni presto in mio aiuto, fa che il mio vicino di banco sappia sempre il numero di pagina e che stamattina si cantino i Salmi nei modi più semplici, magari quelli che ho già segnato con la matita”*.

All'incerta luce di candele e lucette, che mette a dura prova i deboli di vista, si inizia il canto delle Lodi: quando il gruppo Demamah è al completo è bello essere divisi in due cori, ci si sente più protetti ed incoraggiati, e le voci cantano con più fiducia.

Al primo Gloria l'inchino costituisce un immediato check-up della tua schiena: eventuali problemi di rigidità o sciatalgie si fanno sentire subito... ma questo è un problema assolutamente secondario, durante il canto delle Lodi non ci sono mai più di venti o trenta inchini.

Un problema più serio è che due mani non bastano: una è impegnata a tenere e orientare la lucetta, l'altra, oltre che sorreggere l'Antifonale, deve tenere il segno e girare le pagine; poi ne servirebbe una terza addetta stabilmente a percorrere il breve ma frequente tragitto tra il libro e lo sterno (soprattutto per i più incerti nei toni salmodici); una quarta sarebbe utile per pulire gli occhiali appannati dal fiato, un'altra per soffiarti il naso, un'altra ancora per sistemarti la sciarpa, una per raccogliere da terra il santino che ti serve da segnapagina... insomma bisognerebbe avere tutte le braccia della dea Kalì...

Comunque, dopo i primi momenti, risolti i problemi contingenti, le cose si sistemano, le voci cominciano a fondersi, le cadenze, dopo alcuni versetti vengono assimilate, il calore della preghiera fa aumentare la temperatura corporea...

stiamo pregando, e soprattutto stiamo pregando insieme, e questo è superiore a qualsiasi piccolo inconveniente... In certi momenti di grazia ci si sente veramente uniti con le voci e con le anime: affiora in noi il detto di Gesù *“Dove due o tre sono riuniti nel mio nome, io sarò in mezzo a loro...”* E quando poi rivolgiamo il pensiero ai nostri *“fratribus absentibus”*, sentiamo come la nostra famiglia sia molto, molto più grande...



2012 *Conditor alme siderum*

VII sec.

Inno ai Vespri del Tempo di Avvento AM 182

- | | |
|---|---|
| 1. Cónditor alme síderum,
æténa lux credéntium,
Christe, redémptor ómnium,
exáudi preces súpplicum. | 1. Benigno Creatore degli
astri, eterna Luce dei
credenti, Cristo, redentore
di tutti, esaudisci le
preghiere di chi ti supplica. |
| 2. Vergénte mundi véspere,
uti sponsus de thálamò,
egréssus honestíssima
Víriginis matris cláusula. | 2. Mentre scendeva la sera
del mondo, come uno
sposo uscito dal letto
nuziale, (nascesti) dal
castissimo grembo della
Vergine Madre. |
| 3. Te, deprecámur, hágie,
ventúre judex sæculi,
consérva nos in témpore
hostis a telo pérfidi. | 3. Ti preghiamo, o Santo,
che verrai come giudice
del mondo: conservaci
nel tempo dalla lancia del
perfido nemico. |
| 4. Laus, honor, virtus, glória,
Deo Patri, et Fílio,
Sancto simul Paráclito,
in saeculorum sæcula. Amen. | 4. Sia lode, onore, potenza
e gloria A Dio Padre, e al
Figlio, con lo Spirito Santo
nei secoli dei secoli.
Amen. |

Note per l'ascolto

Con questa immagine potente e intima, si attende il Natale. L'Inno descrive quell'unione amorosa di un Dio che scende sulla terra passando per un ventre, quel rovesciamento di ogni logica umana, che vede il Creatore diventare creatura e una creatura, madre del Creatore.

Note musicali

Inno noto a molti per essere entrato a far parte della Novena di Natale, esso possiede tantissime varianti melodiche regionali, che ne esaltano ancor più la bellezza originaria e l'antichità in cui è stata composta.

Il quarto modo gregoriano in cui si sviluppa - il modo contemplativo per eccellenza, tipico di molte antifone mariane - ben si presta a questo tempo dell'anno in cui l'attesa verginale di Maria accompagna l'anima nel cammino verso il Santo Natale. La melodia è costruita sapientemente, innalzandosi appena verso la nota dominante nella prima parte e scendendo al grave nella seconda, per poi riposare dolcemente nella nota finale, piccolo annuncio di Colui che dall'Alto sta per scendere umilmente in terra.

Note demamhine 2012

È l'aprile del 2012 quando vede la luce il **primo Quaderno di Demamah**, con il nome di "Bollettino" un foglio di sole otto pagine con stralci delle prime esperienze spirituali di Demamah e della vita comunitaria.

dal Bollettino n. 1

Demamah, 8 aprile 2012 Pasqua di Resurrezione

Due anni e mezzo sono trascorsi da quel primo timido incontro dell'autunno 2009. Di brezze leggere ne sono spirate tante. Siamo grati a Dio per la perseveranza con cui ha alitato su di noi. Continuiamo a cercarLo, perché un vento leggero non lo si può afferrare. Oggi soffia più forte, domani più debole, ora più vicino, ora più lontano, talvolta più sonoro, talvolta inudibile.

Di soffio in soffio abbiamo imparato che Dio si è manifestato non solo attraverso un alito leggero, ma anche attraverso Suo Figlio, Gesù Cristo, Uomo-Dio inviatici per insegnarci che quel Dio che ci parla con soave voce di amante, ci ama veramente.

L'incontro con un Dio che è Amore, e che ci ama a tal punto da non aver esitato ad amarci nel modo più folle, morendo per noi, ha sconvolto le nostre vite.

Il vento dell'Amore non è una brezza leggera, ma un uragano. Eppure, nonostante ciò che avviene all'interno dei nostri cuori sia più simile ad un tornado che ad un immobile pomeriggio estivo, l'Amore di Dio continua a parlarci con dolcezza, pazienza, misericordia e bontà.

E ci attende. Ci attende nei nostri tentennamenti e nelle nostre resistenze.

E ci conforta. Ci conforta nelle nostre paure e nelle nostre angosce.

E ci incoraggia. Ci incoraggia nelle nostre insicurezze e nelle nostre incapacità.

E ci richiama. Ci richiama nelle nostre sordità e nelle nostre cecità.

E ci alleggerisce. Ci alleggerisce nelle nostre fatiche e nelle nostre sofferenze.

E ci illumina. Ci illumina nella nostra mente, nel nostro cuore e nella nostra voce.

E ci dona la vita. Dona la vita alle nostre giornate, rende vivo il nostro corpo, ci dona la vita eterna.

E ci ama.

Ci ama.

Ci ama...

Nel luglio 2012 chiediamo a don Giovanni - come affettuosamente chiamiamo il “Monsignore” - di accompagnarci in **Terra Santa** per conoscere da vicino la terra di Gesù.

dal

Diaro di gruppo del pellegrinaggio in Terra Santa

6 luglio 2012 - Ore 17.00 – Aeroporto Ben Gurion di Tel Aviv

Eccoti, amata Terra Santa. Appena fuori dall’aeroporto, furtivamente, mi chino, sfioro la terra con la mano e la porto alle labbra in un piccolo bacio. Benedetta Terra, che sostenesti i piedi dell’Amato, sostieni i nostri piedi e i nostri passi. Ti percorreremo, cammineremo molto, passo dopo passo: un piede tocca terra, l’altro si alza verso il Cielo.

Aiutaci, Terra Celeste, a non dimenticare mai che per camminare quaggiù occorre che un piede stia a terra e l’altro si alzi verso Te.

15 luglio 2012 Ore 11.30 - Ain Karem

Oggi pomeriggio torneremo a casa, dalla Terra Santa a quella da santificare. Abbiamo appena celebrato la S. Messa ad Ain Karem, luogo di nascita di S. Giovanni Battista. Don Giovanni, nella sua omelia, ci ha ricordato le innumerevoli grazie che abbiamo ricevuto in questi luoghi sacri. E ci invita a metterle a frutto nella nostra vita di tutti i giorni.

Sì, il nostro pellegrinaggio in Terra Santa oggi termina, ma nel nostro cuore sentiamo che esso deve, e vuole, continuare.



Il 6 ottobre 2012, nella Chiesa Parrocchiale di Sedico (BL), Demamah esegue la prima di *In Nome della Madre*, sacra rappresentazione liberamente tratta da testi di Erri De Luca e musiche medievali, nella quale canto e preghiera si fondono nell'illustrare lo straordinario evento del concepimento e nascita di Gesù Cristo dal grembo della Beata Vergine Maria.



Grazie alla generosa disponibilità dell'arch. Paola Andreotti, i bollettini di Demamah, fino a questo momento impaginati e stampati in maniera artigianale, acquistano con il n. 6 "Regola" una nuova elegante veste grafica.

2013 *Cor arca legem continens*

Filippo Bruni - XVIII secolo

Inno alle Lodi nella Festa del Sacratissimo Cuore di Gesù

AM 567

- | | |
|---|--|
| 1. Cor, arca legem cóntinens
non servitútis vétéris,
sed grátiaë, sed véniaë,
sed et misericórdiaë; | 1. O cuore, arca che racchiude
la legge, non della passata
condizione servile, ma
della grazia, del perdono, e
anche della misericordia; |
| 2. Cor, sanctuárium novi
intemerátum fœderis,
templum vetústo sánctius
velúmque scisso útilius: | 2. O cuore, santuario
incontaminato della nuova
alleanza, tempio più sacro
del vecchio e velo più utile
di quello squarciato: |
| 3. Te vulnerátum cáritas
ictu paténti vóluit,
amóris invisibilis
ut venerémur vúlnera. | 3. l'amore ha voluto che
tu fossi ferito con un
colpo manifesto, perché
venerassimo le ferite
dell'invisibile amore. |
| 4. Hoc sub amóris sýmbolo
passus cruénta et mýstica,
utrúmque sacrificium
Christus sacérdos óbtulit. | 4. Sotto questo segno [palese]
dell'amore avendo patito in
maniera cruenta e mistica,
Cristo Sacerdote ha offerto
entrambi i sacrifici [cruento
e mistico]. |

5. Quis non amantem redamet? 5. Chi non ricambiarebbe
quis non redemptus diligit l'amore di un tale
et Corde in isto seligat amante? Chi, redento,
aeterna tabernacula? non lo amerebbe e non
sceglierebbe in questo
Cuore i tabernacoli eterni?
6. Gloria tibi Domine, 6. A te, Gesù, sia gloria,
qui corde fundis gratiam, che con il cuore effondi
cum Patre et Sancto Spiritu, la grazia, con il Padre e
in sempiterna saecula. Amen. il Santo Spirito nei secoli
eterni. Amen.



Note per l'ascolto

Cor arca legem continens, cuore-arca che contiene la legge; non l'antica legge fatta di norme da seguire come servi, ma la nuova legge fatta di grazia e d'amore, quella legge che non si può scrivere, ma solo vivere. Cuore ferito per amore, nel quale noi possiamo nascondere il nostro volto e le nostre ferite. Cuore bramato. Chi non ricambiarebbe l'amore di un tale amante?

Note musicali

Pulsano le parole, pulsano i molti neumi di due suoni, un battito cardiaco nel testo e nella musica, un canto da un cuore per il Cuore. Un dolcissimo inno neo-gregoriano in primo modo, composto nel XVIII sec. probabilmente al crescere della devozione al Sacro Cuore di Gesù dopo le rivelazioni ricevute da santa Margherita Maria Alacocque nel XVII sec.

Note demamhine 2013

Inizia, “non senza difficoltà e timore, ma animati dall'entusiasmo che il soffio dello Spirito infondeva in tutti noi”, la stesura della **Regola di Demamah**. “In un'epoca in cui l'individualismo sembra trionfare ovunque, in cui la libertà individuale viene sbandierata come la massima conquista cui aspirare e in cui sembra non esistere più alcuna autorità da riconoscere come tale, il formulare una Regola e il desiderio di sottomettersi il più fedelmente possibile, appare quanto meno anacronistico.” (Dalla Prefazione alla *Regola di Demamah*)

In Nome della Madre viene replicato il 5 gennaio 2013 nella chiesa di San Pietro a Belluno per festeggiare, insieme alle centinaia di altri figli spirituali, i settanta anni di don Giovanni.

In giugno **Padre Cassiano Folsom**, priore del Monastero di San Benedetto a Norcia, visita Demamah a S. Giustina per tre giorni di intenso ritiro, che rafforzerà il legame spirituale con il monastero benedettino e con la figura paterna del suo fondatore.



Ha inizio l'attività formativa spirituale rivolta all'esterno, con il ciclo di incontri denominati "*Voce e Spirito*", aperti a persone di tutte le età e fedi religiose, credenti e non credenti.

“La **P**edagogia Spirituale di Demamah utilizza la voce, il suono, il canto, lo sviluppo della sensibilità e della percezione corporea come strumenti privilegiati, ma non esclusivi, di accesso all'anima. Il fine della pedagogia è la trasposizione pratica alla vita quotidiana delle esperienze vissute attraverso questi strumenti; essa intende aiutare a trasformare la vita quotidiana in una vita vissuta per Dio, con Dio e in Dio, diminuendo la pressione esistenziale causata dalle pulsioni interne all'uomo, ed elevando il suo sguardo alla percezione delle mille forme nelle quali si manifesta Dio.” (Dalla *Regola di Demamah* cap. 50)

2014 *Crux fidelis*

Venanzio Fortunato – (530-609)

Inno del Mattutino della Domenica delle Palme, inserito nell'azione liturgica del Venerdì Santo GN II 145

Crux fidélis, inter omnes
arbor una nóbilis!

Nulla talem silva profert
fronde, flore, gérmine.

Dulce lignum, dulci clavo
dulce pondus sústinens!

1. Pange, lingua, gloriósi
prælium certáminis,
et super crucis trophæo dic
triúmphum nóbilem:
Quáliter Redémptor orbis
immolátus vícerit.
Crux fidelis

2. De paréntis protoplásti
fraude factor cóndolens,
quando pomi noxiális
morsu in mortem córruit,
Ipse lignum tunc notávit,
damna ligni ut sólveret.
Dulce lignum

Croce fedele, fra tutti unico
albero nobile: nessuna selva ne
produce uno simile per fronde,
fiori e frutti.

Dolce legno, dolci chiodi che
sostenete il dolce peso.

1. Celebra, o lingua, la
vittoria del glorioso
combattimento, e racconta
del nobile trionfo davanti
al trofeo della croce: in
che modo il redentore del
mondo, pur essendo vittima,
abbia vinto. Croce fedele...

2. Addolorato per il peccato del
progenitore, sua creatura,
quando cadde nella rovina
della morte, mangiando
il frutto proibito, allora il
creatore stesso destinò un
legno, per porre rimedio ai
danni venuti dal legno.

- | | |
|--|--|
| <p>3. Hoc opus nostræ salutis
ordo depopóscerat,
multifórmis perditóris arte
ut artem fálleret,
et medélam ferret inde,
hostis unde læserat.</p> | <p>3. Il piano della nostra salvezza
aveva richiesto questo
passaggio, per vanificare
con astuzia, l'astuzia del
multiforme corruttore
[Satana], e per portare
un rimedio proprio di là
da dove il nemico aveva
colpito. Croce fedele...</p> |
| <p>4. Æqua Patri Filióque,
ínclito Paráclito,
sempitérna sit beátæ
Trinitáti glória,
cuius alma nos redémit
atque servat grátia. Amen.</p> | <p>4. Sia gloria eterna alla beata
Trinità; uguale onore al
Padre e al Figlio e allo
Spirito Santo. Tutto il mondo
dia lode al nome di Dio, uno
e trino.</p> |

NOTE per l'ascolto

È intorno alle ferite del cuore e della carne di Gesù che la spiritualità cristiana si raccoglie in particolare nel tempo di Quaresima e ancor di più nel tempo di Passione. È quello il tempo in cui si sosta davanti al più grande mistero della terra: il male. Il tradimento, l'agonia, la calunnia, il flagello, lo sputo, l'umiliazione, l'essere spogliati, inchiodati, trafitti; in una parola: la croce.

“Piega i rami tuoi, albero singolare”. *Crux fidelis* è un inno che stupisce. La nostra sensibilità lo immagina e attende come un inno triste e spoglio. Sorprende e stupisce la sua ricchezza, albero colmo di fronde e frutti.

Entrare nel dolore e trovarci la Speranza

(Dal Quaderno di Demamah n. 14 – Speranza - maggio 2014)

*“Quando attraverserai le acque io sarò con te
ed i fiumi non ti sommergeranno.
Quando camminerai in mezzo al fuoco,
non brucerai e la fiamma non ti consumerà.
Perché io sono il Signore, il tuo Dio: sei prezioso
ai miei occhi, hai valore ed io ti amo”. (Is 43,2-4)*

Oggi è Venerdì Santo, il giorno del dolore e della morte, questo grande mistero. Nessuno ama la sofferenza, io per prima. Fa paura e la si eviterebbe ben volentieri. Ma si dà il caso che nella vita la si incontra, chi più chi meno dobbiamo tutti averci a che fare. E per quanti scongiuri e amuleti uno possa usare, siamo tutti destinati a morire, nonostante i mass media tentino in tutti i modi di illuderci che è possibile rimanere per sempre giovani e sani nell’aspetto fisico.

Ormai 15 anni fa sono stata letteralmente bloccata a letto per mesi da una insidiosa malattia autoimmune. I medici mi prospettarono il peggio. Avrei dovuto prendere massicce dosi di cortisone per tutta la vita: ciò nonostante la malattia non si sarebbe fermata e molto probabilmente sarei finita su una sedia a rotelle. Ero nel mezzo del cammino della mia super-attiva vita, piena di progetti in corso e in preparazione, innamorata e ri-amata, con una casa nuova tutta mia e... sbadadam! Tutto questo si sgretolava miseramente e perdeva tutto il suo significato. Ero disperata.

Il mio primo compagno di viaggio in questa avventura fu il rifiuto. Non credevo possibile che fosse capitato a me e continuavo a comportarmi come se non fosse vero ciò che mi stava accadendo. Andavo al lavoro con dolori lancinanti

alle articolazioni rifiutandomi di andare da un medico e pensando con infondato ottimismo: ‘Passerà!’ . Quando poi la situazione divenne insopportabile andai al pronto soccorso: mi ricoverarono d’urgenza e la mia compagna di cammino fu la rabbia.

Rabbia nei confronti del ‘destino’ (‘Ma guarda te cosa mi deve capitare!!’), nei confronti dei medici (‘Quanto ci mettono a farmi guarire?!?’), nei confronti di... di... avevo talmente tanta rabbia dentro da non sapere nemmeno dove scagliarla! Forse per questo motivo si ritorceva dentro di me...

Dopo mesi finalmente arrivò la diagnosi, e con essa la rassegnazione. Accettai il mio dolore, la mia infermità. Qualcosa dentro si incrinò (ricordo ancora il piccolo suono sordo che sentii...) e io piansi le mie lacrime. Furano tante, e mi fecero bene. Lavarono via la rabbia, mi tolsero peso dalle spalle e mi portarono un dono prezioso: la consapevolezza che non avrei potuto fare altro che partire da dov’ero, cercando di ricavare il meglio dalla situazione in cui mi trovavo. Era il dono della Speranza.

Da allora ricominciai a vivere e la malattia fu una vera maestra per me. I limiti che mi imponeva mi costrinsero a calibrare le mie attività sulle mie possibilità: il fatto di non poter fare tutto mi faceva apprezzare a dismisura ciò che potevo fare. Una semplice passeggiata al sole, una giornata senza dolori e senza febbre, una canzone che potevo ricominciare a cantare con la chitarra...erano momenti preziosi a cui in precedenza non avevo dato l’importanza e il valore che avevano ed ora, grazie alla malattia, si rivelavano per quello che erano: stupendi doni di Dio. Gioire di questi doni mi faceva bene, e faceva bene a chi pazientemente mi stava vicino.

Dare spazio e tempo a questi momenti di luce cambiò la qualità della mia vita e fece nascere a poco a poco in me la

sensazione un po' folle ma inspiegabilmente reale che sarei potuta guarire. Ma la sensazione ancora più folle e gioiosa era che avrei potuto vivere bene comunque, anche da malata, addirittura anche sulla sedia a rotelle. Piano piano, nel corso di due anni, gli specialisti bravissimi a cui nel frattempo mi ero rivolta mi tolsero il cortisone, e la malattia non si è più presentata. Ma il dono della Speranza che mi ha lasciato è rimasto, e si è ripresentato un sacco di volte nella mia vita, in tutti i momenti difficili che mi sono ritrovata ad affrontare. Mi ha insegnato che non si può sfuggire al dolore ma si può trasformarlo, "bonificarlo come fosse amianto" (Padre Cassiano – omelia del Venerdì Santo).

Questo è quello che ha fatto Gesù in proporzioni gigantesche e divine; questo è quello che può fare ognuno di noi nella sua piccola porzione d'umanità.

Oggi è Venerdì Santo, giorno di tenebra e di pianto, ma la Domenica di Pasqua è alle porte: nelle lacrime di oggi c'è già il calore e la luce della gioia che verrà.



Note musicali

Un inno che sorprende davvero, a cominciare dalla versione qui proposta, tratta dal II volume del *Graduale Novum*, l'imponente opera di "restaurazione melodica" del repertorio gregoriano portata a termine recentemente dopo più di quarant'anni di studi da parte di un team composto da alcuni tra i più autorevoli gregorianisti europei.

Ne esce un inno estremamente ricco, florido e fiorente dal punto di vista ritmico e melodico, che spazia oltrepassando un'ottava di estensione, rispetta tutti i canoni previsti dal primo modo in cui è composto, per poi sorprenderci con inusitate cadenze sospese sul FA, precedute dall'indugiare sul semitono sottostante. Struggente lo slancio in acuto della seconda parte del primo versetto, così come l'ampiezza degli intervalli di quinta ascendente con cui l'inno riprende vigore ogni volta che sembra avviarsi alla conclusione. Un inno sorprendente per la cura con cui la notazione sangallese sottolinea con leggere diverse sfumature neumatiche ogni parola di ogni strofa, fuggendo dal rischio della ripetizione piatta e sempre uguale a se stessa.

Si ritiene che esso sia stato composto nell'anno 570, in occasione di una processione per la consegna di una reliquia della Croce alla regina Radegunda, di cui Venanzio Fortunato era segretario. *Crux fidelis* è in realtà solo una strofa di un inno molto lungo, il *Pange lingua*, che viene cantato integralmente o in parte in diverse liturgie durante la Settimana Santa e nelle feste della Croce.

La particolare dolcezza della melodia assume valenza teologica nel sottolineare come "dolce" il legno e il chiodo e "nobile" l'albero della Croce. Sottesa al testo c'è una leggenda altomedievale, secondo la quale il legno della croce proveniva dall'albero del Paradiso Terrestre che aveva prodotto il frutto del peccato

originale: dopo la morte di Adamo, il figlio Seth ottenne dai cherubini che Dio aveva posto a guardia dell'Eden un ramo di quell'albero e lo piantò sulla tomba del padre che si trovava sul Golgota. Anche l'Arca dell'Alleanza ed il palo su cui fu innalzato il serpente di bronzo furono, sempre secondo le leggende, fatti del legno di questo albero.

Note demamhine 2014

Per il felice suggerimento di un'affezionata lettrice i bollettini assumono nel 2014 il nome di “**Quaderni**”, e grazie alla generosità dei benefattori che li leggono e apprezzano, il n. 13 “**Castitas**” viene stampato per la prima volta in tipografia in seicento copie, presto esaurite.

In aprile, grazie alla gentile disponibilità di **don Lorenzo Dell'Andrea** a divenire responsabile ai sensi di legge, Demamah diventa Editore e i Quaderni di Demamah vengono registrati al Tribunale di Belluno.

La Regola viene ultimata e Demamah si appresta a passare da Associazione di promozione sociale (l'iniziale struttura giuridica) ad Associazione privata di fedeli, modificando il proprio Statuto e chiedendo il **riconoscimento ecclesiale**, che viene concesso il 24 luglio 2014 con Decreto vescovile di S. E. Mons. Giuseppe Andrich.

Viene proposto il ciclo formativo ***Spirito Pratico***, una decina di incontri mensili sul tema: *Vizi umani e virtù divine*.

In novembre **S. E. Mons. Giuseppe Andrich** visita Demamah a S. Giustina. Sarà il primo di una serie di incontri formativi spirituali che si susseguono più volte all'anno fino a oggi.

2015 *Aurora lucis rutilat*

IV- V sec.

Inno ambrosiano (?) del Tempo di Pasqua AM 455

- | | |
|--|---|
| <p>1. Aurora lucis rutilat,
Caelum laudibus intonat,
Mundus exultans iubilat,
Gemens infernus ululat,</p> | <p>1. Risplende l’aurora di luce,
risuona il cielo di lodi,
esulta il mondo di gioia,
ulula l’inferno gemendo,</p> |
| <p>2. Cum rex ille fortissimus,
Mortis confractis viribus,
Pede conculcans tartara
Solvit a poena miseros.</p> | <p>2. perché quel re potentissimo,
spezzate le forze della
morte, calpestando col
piede il tartaro libera i
miseri dalla catena.</p> |
| <p>3. Ille, qui clausus lapide
Custoditur sub milite,
triumphans pompa nobili
victor surgit de funere.</p> | <p>3. Egli, che chiuso da una
pietra è sotto la custodia
di un soldato, trionfando
con nobile corteo risorge
vincitore dalla morte.</p> |
| <p>4. Solutis iam gemitibus
et inferni doloribus,
«Quia surrexit Dominus»
resplendens clamat angelus.</p> | <p>4. Cessati ormai i gemiti e le
sofferenze dell’inferno,
un angelo risplendendo
proclama: «Il Signore è
risorto».</p> |
| <p>5. Quaesumus, Auctor omnium,
In hoc paschali gaudio,
Ab omni mortis impetu
Tuum defende populum.</p> | <p>5. In questa gioia pasquale
ti preghiamo, o Autore di
tutto, difendi il tuo popolo
da ogni aggressione mortale.</p> |

6. Gloria tibi Domine,
Qui surrexisti a mortuis,
Cum Patre et Sancto Spiritu,
In sempiterna saecula. Amen.
6. Sia gloria a Te, o Gesù,
che risplendi vittorioso
sulla morte, con il Padre e
il Santo Spirito nei secoli
eterni. Amen.



Note per l'ascolto

La Quaresima dura quaranta giorni, il tempo pasquale cinquanta. Come a dire che il dolore, per quanto atroce, non è l'ultima parola. “L’Aurora risplende di luce, il cielo riecheggia di lodi, il mondo esultante giubila”. Cristo risorto, vincitore del peccato e della morte, spezza ogni catena dell’uomo, gli dà nuova vita e lo custodisce da ogni aggressione nemica.

Nel tempo pasquale l’Ufficio Divino completa la fioritura della Croce e si riempie di frutti e fronde, i giubili dell’alleluia, che trionfante riempie di cascate di note ogni antifona e ogni brano, esprimendo il traboccare della gioia e della gratitudine.

Note musicali

Aurora lucis rutilat: alle Lodi del mattino di Pasqua il cantore intona per la prima volta la melodia di questo inno, che si ripeterà identica - con i diversi testi - a tutte le ore del giorno, per tutti i cinquanta giorni del Tempo di Pasqua.

Stessa melodia cantano alla Basilica del Santo Sepolcro a Gerusalemme i frati francescani nel compiere la processione quotidiana al suo interno, perché al Santo Sepolcro è Pasqua ogni giorno dell’anno. Una melodia speciale, semplice, contenuta nell’estensione, priva di intervalli superiori alla terza e sillabica – una nota per ogni sillaba.

Semplice e traboccante pace, gioia, serenità, vita. Al centro di ogni strofa la melodia si libera dalla rigidità sillabica e compie una piccola voluta melismatica, una piccola fioritura di note in cui la voce si libera dal testo e danza nell’aria nella regione più acuta. Cristo è risorto, alleluja!

Note demamhine 2015

In gennaio, nella chiesa di San Pietro a Belluno, viene replicata la sacra rappresentazione “**In Nome della Madre**”.

In luglio il tradizionale **ritiro spirituale a Norcia** viene aperto agli amici e ai lettori dei Quaderni, che possono così godere della generosa ospitalità della foresteria delle monache clarisse e della liturgia benedettina, cui si aggiungeranno le preziose lezioni bibliche di don Giovanni, quelle di Maria Silvia sul canto gregoriano e quelle del Priore del monastero, Padre Cassiano, sulla liturgia.

Sempre secondo lo stile della pedagogia di Spirito Pratico viene proposto il ciclo di dieci incontri formativi mensili “**Le Dieci Parole**” sui Dieci Comandamenti.



Appunti da una giornata con Spirito Prattico – “Le Dieci Parole”

“I grandi tradimenti sono rari, i piccoli tradimenti invece sono quotidiani, così come le piccole menzogne”. Con questa riflessione si è aperta la prima giornata dedicata alle Dieci Parole: TRADIRE - ADORARE. Con semplici proposte, come ad esempio quella di scrivere un segreto su un pezzetto di carta e consegnarlo a qualcuno di fidato, si possono scoprire le dinamiche più nascoste di un comportamento – il tradire - che percorre quasi a nostra insaputa il tempo quotidiano, e che, una volta innescato, è difficile controllare.

Come sempre, scopriamo che sono i pensieri alla radice di tutti i comportamenti sbagliati. Il tradire si basa su un “andare oltre la consegna ricevuta”: tra me e la promessa fatta s’inserisce un terzo elemento, che può essere una persona o un pensiero; ecco l’importanza di saper vigilare affinché una relazione non venga disturbata da qualcosa o qualcuno di estraneo.

Tradiamo l’amore ricevuto perché siamo pigri nella riconoscenza, oppure tiepidi o indifferenti, addirittura non ci accorgiamo dei doni ricevuti: eppure ognuno di noi riceve di continuo una valanga di amore, pur non ‘meritandolo’. Tradiamo la verità con tante piccole menzogne, quando le nostre parole non corrispondono a ciò che realmente pensiamo, quando le azioni che compiamo non corrispondono a ciò che abbiamo affermato. Tradiamo quando vorremmo essere diversi da ciò che oggettivamente siamo, quando perdiamo il senso della realtà: viviamo inconsapevolmente nelle illusioni tradendo noi stessi. Ecco perché, durante tutta la vita, il lavoro da fare è quello di essere nella realtà.

È il nostro IO a spingerci continuamente al tradimento; ogni volta che mettiamo noi stessi al centro delle situazioni,

tradiamo qualcuno o qualcosa; in fondo, siamo sempre innamorati di noi stessi. Il tempo poi, così come la lontananza, ci porta a dimenticare le nostre promesse... “Lontano dagli occhi, lontano dal cuore...” dice il proverbio: il tradimento passa sempre attraverso la porta della novità. Allora davanti ad una novità chiedersi: “chi sei? da dove vieni? dove mi porti?” è una delle strategie per prevenire il tradimento.

Nel pomeriggio, con una camminata nel salone, incontrando lo sguardo dell'altro, scopriamo che il rispetto è il requisito minimo per adorare. Ma per portare rispetto all'altro devo ascoltarlo. Riconosco che l'altro è più grande di me? Disegnando due alberi su un foglio posso scoprire molto su quale sia la considerazione che ho di me stesso rispetto a come considero gli altri. Apriamo la finestra della stanza e stiamo bene perché sentiamo l'aria rinnovata, più pura; e dentro di noi com'è l'aria? Se cuore e mente sono occupati da pensieri non buoni, non è possibile adorare.

E quali sono le manifestazioni dell'adorazione nel corpo? Abbiamo bisogno di sperimentare che nel corpo c'è qualcosa d'altro, i nostri organi interni hanno una seconda natura sensoriale. Anche un semplice bastoncino d'incenso ci può insegnare come l'adorare non sia una attività del pensiero, ma una disposizione dell'animo: come l'incenso si consuma donandoci profumo, calma e delicatezza, anche noi dobbiamo imparare a lasciar morire il nostro io per adorare.



2016 *Veni Creator Spiritus*

Rabano Mauro, vescovo di Magonza - IX sec.

Inno ai Vesperi della Solennità di Pentecoste AM 518

- | | |
|---|--|
| 1. Veni, Creátor Spíritus,
mentes tuórum vísita,
imple supérna grátia,
quæ tu creásti, péctora. | 1. Vieni, o Spirito creatore,
visita le nostre menti,
riempi della tua grazia
i cuori che hai creato. |
| 2. Qui Paráclitus dicere,
donum Dei altíssimi,
fons vivus, ignis, cáritas
et spiritális úntio. | 2. O dolce consolatore,
dono dell'altissimo Padre,
acqua viva, fuoco, amore,
santo crisma dell'anima. |
| 3. Tu septifórmis múnere,
dexteræ Dei tu dígitus,
tu rite promíssum Patris
sermóne ditans gúttura. | 3. Dito della mano di Dio,
promesso dal Salvatore,
irradia i tuoi sette doni,
suscita in noi la parola. |
| 4. Accénde lumen sénsibus,
infúnde amórem córdibus,
infirma nostri córporis,
virtúte firmans pépeti. | 4. Sii luce all'intelletto,
fiamma ardente nel cuore;
sana le nostre ferite
col balsamo del tuo amore. |
| 5. Hostem repéllas lóngius
pacémque dones prótinus;
ductóre sic te prævio
vitémus omne nóxium. | 5. Difendici dal nemico,
reca in dono la pace,
la tua guida invincibile
ci preservi dal male. |

- | | |
|--|--|
| <p>6. Per te sciámus da Patrem
noscámus atque Fílium,
te utriúsque Spíritum
credámus omni témpore.</p> | <p>6. Luce d’eterna sapienza,
svelaci il grande mistero
di Dio Padre e del Figlio
uniti in un solo Amore.</p> |
| <p>7. Gloria Patri Domino,
natoque, qui a mortuis
Surrexit, ac Paraclito,
In sæculorum sæcula.
Amen.</p> | <p>7. Sia gloria a Dio Padre,
al Figlio, che è risorto dai
morti e allo Spirito Santo
per tutti i secoli
dei secoli. Amen.</p> |

Note per l’ascolto

Nell’anno mille scrive San Bruno, fondatore della Grande Chartreuse e dell’ordine certosino, il più rigoroso degli ordini monastici: “Quanta utilità e gioia divina rechino la solitudine e il silenzio dell’eremo a coloro che li amano, lo sanno solamente quelli che ne hanno fatto esperienza. Qui infatti agli uomini forti è consentito raccogliersi quanto desiderano e restare con se stessi, coltivare assiduamente i germogli delle virtù e nutrirsi felicemente dei frutti del paradiso. Qui si conquista quell’occhio il cui sereno sguardo ferisce d’amore lo Sposo e per mezzo della cui trasparenza e purezza si vede Dio. Qui si pratica un ozio laborioso e si riposa in un’azione quieta. Qui, per la fatica del combattimento, Dio dona ai suoi atleti la ricompensa desiderata, cioè la pace che il mondo ignora, e la gioia nello Spirito Santo”.

Lo Spirito Santo è il grande dono del Padre, luce alla mente e vigore alla volontà, dito con cui Dio scrive nel cuore dell’uomo, sorgente di vita e di grazia, difesa dal Maligno. Egli guida a sicura salvezza.

Veni Creator Spiritus, inno prezioso, che si canta nell'Ufficio Divino ai Vespri di tutta l'ottava di Pentecoste, e tradizionalmente viene cantato nella celebrazione delle cresime e dei matrimoni, durante l'elezione di un papa, la consacrazione di un vescovo o l'ordinazione dei sacerdoti, nonché nei concili e nei sinodi. Perché non cantarlo anche prima della *Lectio divina* quotidiana, o prima del lavoro, prima di scelte e decisioni importanti, tutte le volte in cui abbiamo bisogno della gioia dello Spirito o di uno dei Suoi doni?

Perché non cantarlo il primo gennaio, invocando lo Spirito Santo sull'anno che inizia e ottenendo così l'indulgenza plenaria? Perché non approfittare di quanto concesso da papa Paolo VI nel suo 'Breve' del 26 maggio 1976?: «Chiunque recita l'inno *Veni Creator Spiritus* o la sequenza *Veni Sancte Spiritus* in qualunque idioma, indulgenza di 100 giorni in qualunque tempo, di 300 nella Domenica di Pentecoste e sua Ottava, oltre una plenaria al mese in un giorno ad arbitrio, in cui si sia confessato e comunicato, purché venga recitato ogni giorno. E queste indulgenze sono applicabili ai defunti.»

Note musicali

Lo Spirito soffia dove vuole, così in *Veni Creator Spiritus* la musica disegna continui arabeschi, volatile come l'aria, pur muovendosi sempre intorno alla corda di recita e risultando per questo estremamente stabile, perfetta rappresentazione musicale dell'Infinito e del Suo simbolo, l'∞ disteso, eternamente in movimento intorno a un centro.

Si racconta che Wolfgang Amadeus Mozart, il grande Mozart, avrebbe detto che tutta la musica da lui composta non era paragonabile alla melodia del *Veni Creator*, dalla costruzione musicale perfetta e irraggiungibile.

Note demamhine 2016

Spirito Pratico continua nel 2016 con il ciclo di formativi “**Educare al Bene, al Bello, al Vero**”.

Riprendono, in collaborazione con l’associazione Voce Mea, gli incontri di *Voce e Spirito*.

In luglio Demamah torna a **Norcia** con un gruppo di amici e sostenitori più nutrito dell’anno precedente, per un ritiro su “**Spiritualità, riti e vita quotidiana**”. Sarà l’ultimo ritiro a Norcia. In agosto il paese sarà scosso dal terremoto, e nell’ottobre dello stesso anno della Basilica in cui si era entrati otto volte al giorno per la preghiera rimarrà in piedi la sola facciata.

I Quaderni, in occasione dell’**Anno giubilare della Misericordia**, trattano temi che a essa si riconducono, iniziando dalla Pazienza.



Pazienza, opera di misericordia

(dal Quaderno di Demamah n. 24 – *Patientia* – gennaio 2016)

*Sopportandovi a vicenda con amore,
cercando di conservare l'unità dello Spirito
per mezzo del vincolo della pace (Ef 4, 2b-3)*

La Ginetta è ospite in Casa di riposo. Autosufficiente, lucida e scontenta. Non è felice di stare dove è, nonostante sia trattata bene e non le manchi materialmente nulla. Ai visitatori o volontari che le chiedono come va, risponde borbottando un ritornello in dialetto bellunese che ormai tutti conoscono a memoria: “Andarò de sicuro in paradiso, con tuto quel che me toca sopportar!”.

Ho sentito talmente tante volte questa frase – non solo dalla Ginetta -, che mi sembra di essere cresciuta con essa. Ho abitato in tanti luoghi diversi, incontrato gente e culture diverse, eppure sembra che la frase suoni nello stesso modo a tutte le latitudini, in tutte le lingue e dialetti.

Forse la Ginetta andrà davvero in Paradiso. E forse la pena che prova alla fine della sua vita è davvero il suo Purgatorio anticipato.

“Anch’io – penso – ho sopportato e sto sopportando tanto. Non avrei mai pensato di dover sopportare tanto in vita.”

Non lo si pensa mai - credo - che i pesi che si portano possano ancora aumentare. C’è un istinto di difesa che ci fa allontanare materialmente e mentalmente dal pensiero di poter patire di più. Eppure, non è del tutto scontato che io vada in Paradiso perché sto sopportando tanto. C’è un “come” che fa la differenza. Tra le opere di misericordia - che ci portano dritti in Paradiso - ce n’è una che riguarda proprio la pazienza: “**Sopportare pazientemente le persone moleste**”. Quel “pazientemente” fa una grande differenza.

Persone moleste ne abbiamo tutti, intorno: il collega di lavoro che regolarmente fuma in bagno, il capoufficio puntiglioso, i figli che fanno richieste sempre al momento meno opportuno, i genitori che ci ripetono mille volte la stessa raccomandazione, la zia che ci telefona un giorno sì e uno no perché “si sente sola”, il vicino che lascia che la siepe cresca oltre il confine, quell’amico che ci saluta stritolandoci la mano, il caro fedele un po’ irrequieto che si siede accanto a noi in chiesa, il fratello che non si scomoda ad aiutarci, ecc. ecc. ecc...

Io stessa sono, innanzitutto, persona molesta: non manco di segnalare alla collega che le sono cresciuti due capelli bianchi in più, saluto il caporeparto con un ossequioso quanto inopportuno “Riverisco!”, rispondo mille volte ai figli: “Aspetta un momento!”, faccio la predica ai genitori perché hanno quelle idee così antiquate, prometto di andare a trovare la zia senza mai farlo, il mio cane alza la gambetta sul cancello del vicino, quell’amico mi ha detto tante volte che la mia risata gli spacca i timpani, alle riunioni associative devo sempre avere l’ultima parola, a don Giovanni non manco di far notare la forfora sulla giacca, ecc. ecc. ecc...

Sopporto le persone ‘moleste’ che ho intorno e gli altri sopportano me; *par condicio*, sembra.

E sembra pure che il semplice sopportare non sia del tutto una virtù, ma piuttosto una convenienza reciproca. Se ci abbandonassimo all’ira ogni volta che qualcuno urta la nostra suscettibilità, sarebbe una guerra infinita della quale nessuno di noi ha né tempo, né voglia, né energie. Ci sopportiamo per quieto vivere, insomma, mica per amore!

Pazientemente... Sopportare *pazientemente* le persone moleste. Questo sì è amore e misericordia!

Sopportare pazientemente significa non solo non reagire esternamente, ma neppure abbandonarsi all’ira interiormente.

Il collega fuma regolarmente in bagno? Ormai lo so. Pazienza... quando devo andarci io, apro la finestra, attendo cinque minuti che si cambi l'aria e poi torno.

Il capoufficio è puntiglioso e mi fa battere nuovamente un testo perché ci sono due virgole di troppo? Ormai lo so. Pazienza... quando gli presento un testo, lo faccio su carta riciclata, tanto so che lo dovrò ribattere...

I figli fanno richieste sempre al momento meno opportuno? Ormai lo so. Pazienza... organizzo il mio lavoro in modo tale che il tempo trascorso con i figli possa essere 'disturbato' dalle loro inevitabili richieste.

I genitori ripetono mille volte la stessa raccomandazione? Ormai lo so. Pazienza... anticipo interiormente i loro saluti e scherzando me le faccio da sola, le raccomandazioni.

Tutto qui? Piccole strategie per diventare pazienti e guadagnarci il Paradiso? *Nì*.....

Pazienti lo diventiamo, per la misericordia occorre un passettino in più.

La zia telefona un giorno sì e uno no perché "si sente sola"? Metto la sua fotografia sulla mia scrivania, e ogni giorno prego per lei e le do un bacetto, vivendo interiormente la gioia che le darò alla prossima telefonata.

Il vicino lascia che la siepe cresca oltre il confine? Forse è veramente troppo preso da altre cose per ricordarsi della siepe, forse per lui non sono così importanti i centimetri di confine, forse è proprio sbadato, forse sono io che sono troppo puntigliosa con i confini terreni, che in Paradiso di certo non ci saranno...

Quell'amico mi saluta stritolandomi la mano? Ma certo, ha fatto il fabbro tutta la vita, ha stretto martelli e battuto ferri roventi su incudini, le sue mani sono forti, mica se ne accorge di farmi male... Forse ha bisogno di qualche carezza in più, lui, uomo tanto rude; forse qualche coccola in più

scioglierebbe un po' la morsa che gli si è impressa nelle mani?

Il caro fedele in chiesa è un po' irrequieto? E la mia anima, non è forse irrequieta anche lei, a irritarsi per i continui movimenti di chi mi sta accanto? Perché giudico il fratello senza aver prima placato i miei moti interiori?

Il fratello non si scomoda ad aiutarci? Forse che io aiuto sempre tutti coloro che ne avrebbero bisogno? Forse che non giro mai la testa dall'altra parte per non vedere e non sentire? Di quanta misericordia avrò bisogno di fronte a Dio? Davvero non posso perdonare la mancanza di mio fratello?

Che gioia, che pace, che sollievo, che leggerezza e che soavità! Gesù, hai fatto delle promesse straordinarie, e pure le mantieni.

Pazienza e misericordia, accoppiata perfetta! E Tu, che tutto puoi, aiuta la Ginetta!



2017 *Jam Christus astra ascenderat*

X sec.

Inno al Mattutino della Pentecoste AM 520

- | | |
|--|--|
| 1. <i>Iam christus astra ascenderat
Regressus unde venerat
Promissum patris munere
Sanctum daturus spiritum.</i> | 1. Cristo era ormai asceso al cielo, tornato da dove era venuto, per dare lo Spirito Santo, come dono promesso dal Padre. |
| 2. <i>Solemnis urgebat dies,
Quo mystico septemplici
Orbis volutus septies
Signat beata tempora.</i> | 2. Il giorno solenne sorgeva, nel quale la terra, dopo aver completato sette volte il mistico ciclo di sette giorni, annuncia i tempi beati. |
| 3. <i>De Patris ergo lumine
Decorus ignis almus est,
Qui fida Christi pectora
Calore Verbi compleat.</i> | 3. Lo splendido e vitale fuoco che proviene dalla luce del Padre, riempia col fervore della Parola i cuori di coloro che credono in Cristo. |
| 4. <i>Gloria Patri Domino,
Natoque, qui a mortuis
Surrexit, ac Paraclito,
in sæculorum sæcula. Amen</i> | 4. Sia Gloria a Dio Padre e al Figlio che è risorto dai morti, e al Paraclito nei secoli dei secoli. Amen |

Note per l'ascolto

Nel grande giorno della Pentecoste il fuoco dello Spirito Santo scese sulla terra, rinnovandola, e colmando di doni il cuore degli uomini. Lo Spirito Santo è inizio di tempi nuovi, tempi beati, tempi di una Presenza salvatrice.

Note musicali

La fonte più antica di questo inno si trova in un antifonario francese del monastero di St. Martial de Limoges e risalente alla fine del X secolo; nella sua melodia vengono cantati gli inni delle ore minori dell'ottava di Pentecoste.

Dalla nota RE, fondamentale del primo modo, la melodia, attraverso un elegante iniziale intervallo di terza minore, si sviluppa rapidamente verso la corda di recita, dalla quale si slancia arditamente verso il RE acuto, dal quale discende morbidamente adagiandosi sulla corda di recita alla fine del secondo versetto. Da qui la melodia riprende con un intervallo di quinta, riscendendo al grave, per poi risalire e infine cadenzare morbidamente alla nota finale.

La caratteristica musicale più interessante è la continua alternanza di neumi di un suono a neumi di due o tre suoni, il che crea nella melodia un ritmo danzante e arioso, che ben si presta ad aprire la voce, l'orecchio e il cuore allo Spirito Santo.

Note demamhine 2017

Inizia il ciclo di incontri formativi “**Lodare Dio con arte e sapienza**”, il cui cardine saranno le lezioni liturgiche di S. E. Mons. Giuseppe Andrich, coronate dalla Lectio Divina guidata da don Giovanni e dal canto gregoriano guidato da Maria Silvia.

A seguito del terremoto dell’ottobre 2016 il tradizionale ritiro di luglio viene convocato presso il **Santuario dei Ss. Vittore e Corona a Feltre**. Padre Cassiano - priore del monastero di San Benedetto - ci raggiunge in auto da Norcia e non ci fa mancare nemmeno per quest’anno l’insegnamento spirituale della Regola di San Benedetto su “La gestione dei conflitti”.



Il Quaderno di settembre-ottobre sarà dedicato alla **Liturgia**, grande amore demamhino, fonte e culmine della vita della Chiesa e del cristiano, contenente, tra gli altri, un autorevole esteso contributo del Card. Robert Sarah, Prefetto della Congregazione per il Culto Divino e la Disciplina dei Sacramenti.

Santa Madre Chiesa

(dal Quaderno di Demamah n. 35 – *Mater* – novembre 2017)

La Chiesa. Che cos'è la Chiesa? Una volta si diceva: *'La santa madre Chiesa'*, espressione ora andata in disuso, e che, andando in disuso, ha fatto perdere di molto il senso di ciò che essa è.

La Chiesa è *'santa'* perché ha come fondamento e radice il Santo per eccellenza, Cristo stesso, che vive in lei; perché ha all'interno di sé molti santi: i santi del cielo sono membri della Chiesa, e nella Chiesa ancor oggi esiste un immenso *'sommerso di santità'*: coniugi che vivono bene la loro vita di famiglia, sacerdoti e missionari che si danno all'annuncio del Vangelo, ammalati che offrono le proprie sofferenze al Signore, persone che vivono in modo alto la carità e il dono di sé; la Chiesa è santa perché possiede i sacramenti, i gesti santificatori di Cristo.

La Chiesa è *'madre'*. Una madre genera alla vita, e la Chiesa col Battesimo genera gli uomini alla vita di Dio. Una madre nutre le sue creature, e la Chiesa ci nutre con l'Eucaristia, il Pane del cielo, il Corpo stesso di Cristo. Una madre educa i propri figli, e la Chiesa col Vangelo, con la parola di Dio, con i suoi insegnamenti ci costruisce come persone buone, ci indica la via giusta da seguire. Una madre è sempre pronta ad accogliere il figlio che avesse sbagliato, e la Chiesa col sacramento della Riconciliazione perdona i peccati e riconcilia l'uomo con Dio.

La Chiesa è madre, una madre che si prende cura del destino eterno dei suoi figli. L'aspetto istituzionale ed organizzativo della Chiesa non deve far perdere di vista la sua essenza, la sua realtà profonda, la sua realtà di salvezza. A questa madre noi dobbiamo amore e riconoscenza. Senza di lei come sarebbe la nostra vita spirituale? Come sarebbe il nostro cammino verso Dio?

A essa noi dobbiamo volere bene benché non sia del tutto perfetta. La Chiesa è insieme ‘santa e peccatrice’, come dicevano già i Padri della Chiesa; ha continuo bisogno di conversione. In una sua catechesi il vescovo Albino Luciani, futuro papa Giovanni Paolo I, disse: *“E se per caso nella Chiesa ci fossero dei cattivi? Noi ce l’abbiamo, la mamma. Se la mamma è malata, se mia madre per caso diventasse zoppa, io le voglio più bene ancora. Lo stesso, nella Chiesa: se ci sono, e ci sono, dei difetti e delle mancanze, non deve mai venire meno il nostro affetto verso la Chiesa”*. Vero affetto verso la madre Chiesa è lo sforzo di vivere noi una vita santa, così che il suo volto, per quanto dipende da noi, possa brillare nel massimo del suo splendore. Un giornalista chiese a madre Teresa di Calcutta: *“Madre, cosa andrebbe migliorato nella Chiesa?”* – *“Me e Lei, noi due”*, rispose la santa.

Ringraziamo il Signore d’averci dato questa madre. *“Madre e maestra”* è il titolo che il santo papa Giovanni XXIII diede alla sua prima enciclica nel 1961, in cui parla della Chiesa. Cercheremo di vivere da suoi degni figli, ...e torneremo a chiamarla col nome più bello: *“Santa Madre Chiesa”*!



2018 *Ave maris stella*

IX sec. (?)

Inno ai Vespri delle Feste della Beata Vergine Maria AM 704

- | | |
|--|---|
| 1. Ave maris stella,
Dei Mater alma,
atque semper Virgo,
felix cæli porta. | 1. Ave stella del mare, divina
Madre di Dio, Tu sempre
Vergine, beata porta del
cielo. |
| 2. Sumens illud Ave,
Gabrielis ore,
funda non in pace,
mutans Hevæ nomen. | 2. Accogliendo il saluto dalle
labbra di Gabriele, formaci
alla pace, trasformando il
nome di Eva. |
| 3. Solve vincla reis,
profer lumen cæcis,
mala nostra pelle,
bona cuncta posce. | 3. Sciogli le catene ai colpevoli,
ridona la luce agli accecati,
allontana da noi il male,
invoca per noi ogni grazia. |
| 4. Monstra te esse matrem,
sumat per te preces,
Qui pro nobis natus,
tulit esse tuus. | 4. Mostrati madre, grazie
a te accolga le preghiere
Colui che è nato per noi,
mostrandosi tuo. |
| 5. Virgo singularis
inter omnes mitis,
nos culpis solutos,
mites fac et castos. | 5. Vergine senza pari, tra tutte
la più mite, scioglici dalle
colpe, rendici miti e casti. |

- | | |
|---|--|
| 6. Vitam præsta puram,
iter para tutum,
ut videntes Jesum,
semper collætetur. | 6. Assicuraci una vita pura,
preparaci la strada sicura
cosicchè nel vedere Gesù
noi tutti saremo felici. |
| 7. Sit laus Deo Patri,
summo Christo decus,
Spiritu Sancto,
tribus honor unus. Amen. | 7. Sia lode a Dio Padre,
onore a Cristo sommo, allo
Spirito Santo alla Trinità.
Amen. |



Note per l'ascolto

“Trasformando il nome di Eva”: se leggiamo questo nome al contrario, ecco apparire l’annuncio: Ave! Ave, stella del mare; Ave, divina madre; Ave, sempre vergine; Ave, porta del cielo. Ave, non più Eva. Fiducia, non più paura. Consolazione, non più solitudine. Grazia, non più peccato. Cosicchè “noi tutti saremo felici”.

Nell’attraversata della vita, mare spesso burrascoso, al fedele è offerta una stella, Maria. Ella è luce che orienta, madre che accoglie, difesa dal male, dispensatrice di grazie. A lei possiamo chiedere il dono supremo: che ci sia via sicura al porto di salvezza, Cristo Gesù.

Note musicali

Maria “Stella del mare” è un titolo interpretato dai cristiani come sinonimo di stella polare, guida tradizionale dei naviganti. L’origine del testo è incerta; viene attribuita a Venanzio Fortunato (530-609) o a Paolo Diacono (720-799). Risale comunque almeno al IX secolo, poiché la si ritrova in un codice custodito nell’Abbazia di San Gallo in Svizzera.

L’origine del titolo a Maria di “Stella del mare” è riconducibile ad alcuni versetti nel 1 Libro dei Re: *Elia si recò alla cima del Carmelo; gettatosi a terra, pose la faccia tra le proprie ginocchia. Quindi disse al suo ragazzo: «Vieni qui, guarda verso il mare». Quegli andò, guardò e disse. «Non c’è nulla!». Elia disse: «Tornaci ancora per sette volte». La settima volta riferì: «Ecco, una nuvoletta, come una mano d’uomo, sale dal mare». Elia gli disse: «Va’ a dire ad Acab: Attacca i cavalli al carro e scendi perché non ti sorprenda la pioggia!». Subito il cielo si oscurò per le nubi e per il vento; la pioggia cadde a dirotto. Acab montò sul carro e se ne andò a Izrèel. La mano del Signore fu sopra Elia che, cintosi i fianchi, corse davanti ad Acab finché giunse a Izrèel.* (1 Re 18, 42-46)

Dell’inno *Ave stella maris* esistono diverse versioni melodiche, utilizzate a seconda del grado di solennità della festa. Quella registrata è la melodia per le solennità, come testimonia la sontuosità del suo sviluppo, con il rapido dirigersi verso l’ottava superiore della nota fondamentale per poi discendere sulla corda di recita con un’elegante cascata di note, da cui scende con una quinta per adagiarsi morbidamente alla nota di partenza. Il piccolo melisma sul finire del terzo versetto anticipa la chiusura, rallentando l’andamento generale e chiudendo la melodia con una perfetta composizione.

Note demamhine 2018

Continua il ciclo di incontri formativi “**Lodare Dio con arte e sapienza**”.

Gli incontri mensili si arricchiscono dell’**Adorazione Eucaristica** silenziosa - già introdotta nei ritiri estivi - e della meditazione attraverso il suono, il canto, l’arte e la natura.

In collaborazione con l’associazione Voce Mea viene realizzata nella chiesa di Santo Stefano una serata di preghiera e meditazione attraverso il canto intitolata “**Affreschi musicali**”, in occasione della mostra giottesca a Belluno.

La collaborazione con Voce Mea continua nel 2019 con il programma di canto, meditazione e preghiera dedicato a Maria “**Gratia Plena**”, eseguito a Belluno in maggio nella chiesa di Santa Maria di Loreto e in luglio nel Santuario di Maria Immacolata al Nevegàl, in occasione del 25° della fondazione.



La comunità, fondata si intorno al canto, prediligerà le **esecuzioni artistiche** di musica sacra, individuando forme comunitarie o individuali di testimonianza evangelica e catechesi attraverso il canto sacro, in particolare il canto gregoriano, la monodia e le prime polifonie sacre medievali, certi della forte capacità di penetrazione della musica, e in particolare di questi generi musicali, negli orecchi e nel cuore dell'uomo, capaci di agire come una chiave nella serratura dell'anima, aprendola alla presenza di Dio.

(Capitolo 51 della Regola di Demamah – *Lodare Dio con arte*)



19 - 09 - 2019

Auguri Demamah canta nel giubilo!

Canta nel giubilo. Cantare con arte a Dio
consiste proprio in questo: Cantare nel giubilo.
Che cosa significa cantare nel giubilo? Comprendere e non saper
spiegare a parole ciò che si canta col cuore.
E verso chi è più giusto elevare questo canto di giubilo,
se non verso l'ineffabile Dio?
Infatti è ineffabile colui che tu non puoi esprimere.
E se non lo puoi esprimere, e d'altra parte non puoi tacerlo,
che cosa ti rimane se non "giubilare"?
Allora il cuore si aprirà alla gioia, senza servirsi di parole,
e la grandezza straordinaria della gioia
non conoscerà i limiti delle sillabe.
Cantate a lui con arte nel giubilo.

(dal *Commento sui salmi di sant'Agostino, vescovo, Salmo 32, Disc. 1, 7-8*)



I Quaderni di Demamah - La Spiritualità del Quotidiano

A piccoli passi, si muove la vita.

Di piccole cose è fatta: lavoro, relazioni, fatiche e gioie quotidiane.

Anche Dio "cammina a piedi", con i nostri piedi e i nostri piccoli passi.

I Quaderni di Demamah sono diari di vita.

Sono la prova che lo Spirito ci è accanto in ogni momento.

Sono un aiuto prezioso

per chi vuole incontrarlo nella propria quotidianità.

Grandi temi, incarnati nelle nostre umili vite.

דֵּמָמָה

Demamah

Ecco, il Signore passò.

Ci fu un vento impetuoso e gagliardo da spaccare i monti e

spezzare le rocce davanti al Signore,

ma il Signore non era nel vento.

Dopo il vento ci fu un terremoto,

ma il Signore non era nel terremoto.

²Dopo il terremoto ci fu un fuoco,

ma il Signore non era nel fuoco.

*Dopo il fuoco ci fu il **mormorio di un vento leggero***

qòl demamah daqqah.

dal Primo libro dei Re 19,11-13

* * *

Demamah è parola centrale di *Qòl demamah daqqah*, frase che nella Bibbia esprime l'Essenza Divina nel suo manifestarsi all'uomo e profeta.

Qòl è la voce umana, ma anche il tuono o un rumore fragoroso.

Demamah è la calma, il silenzio, il divenire silenzioso e immobile.

Daqqah è il ridurre in polvere, lo svuotare, l'alleggerire...