

N. 1 – luglio 2022



## IL GIORNALINO DELLA SUNDAY SCHOOL

*Parallelismi tra Oriente e Occidente*

*L'idea di questo giornalino, scritto e compilato dai ragazzi e dai bambini delle Scuole domenicali del Centro Italia della Self-Realization Fellowship, prende spunto dal Magazine SRF ideato da Paramahansa Yogananda nel 1925 e ancor oggi in pubblicazione.*

*L'intento che ha ispirato la scelta e la composizione degli articoli è quello di mettere a confronto le differenze e i punti di contatto tra Oriente e Occidente, tanto in ambito spirituale che mentale e materiale.*

*Come ha detto il Maestro, Oriente e Occidente devono completarsi vicendevolmente: "Fa parte del dramma di Dio che l'Occidente debba avere il potere materiale e l'Oriente il potere spirituale, cosicché l'amicizia possa nascere dall'interscambio delle loro caratteristiche qualità... Finché nel mio corpo ci sarà respiro, io mi sforzerò di unire Oriente e Occidente per attuare lo scopo per il quale il Cristo venne sulla terra in un corpo orientale. La sua anima in Occidente, il suo corpo in Oriente; unire l'anima al corpo porta l'unione fra Oriente e Occidente."*

### SOMMARIO DI QUESTO NUMERO

***Teresa Neumann:** la mistica cattolica che viveva con un'ostia consacrata al giorno*

***Giri Bala:** la yogini che non mangiava mai*

***Emily Dickinson:** la poetessa dei giardini*

***Rabindranath Tagore:** il poeta spirituale premio Nobel per la letteratura*

***La moda orientale e occidentale:** parallelismi*

***I Macarons:** le meringhe francesi ripiene*

***I Gulab Jamun:** i tipici dolci indiani*

## ARTICOLI SULLO SPIRITO

### Occidente – TERESA NEUMANN



Teresa Neumann con Richard Wright e Paramahansa Yogananda

Maria Teresa Neumann. Mistica tedesca cattolica del XX secolo, nacque l'8 aprile 1898 a Konnersreuth. Prima figlia di un sarto e di una contadina. Portò sul suo corpo i segni della passione di Cristo, costituendo uno dei più noti casi di persone stigmatizzate. Nel corso della sua vita manifestò capacità extrasensoriali. Morì infine il 18 settembre 1962 per un attacco cardiaco.

Durante la sua vita aveva miracolosamente recuperato la vista nel 1923 pregando santa Teresa, "il piccolo fiore". Non solo ma anche i suoi arti erano stati istantaneamente risanati. Nello stesso anno Teresa Neumann iniziò a non bere e a non mangiare più eccetto che per un'ostia consacrata.

Per quanto riguarda le stigmate (le stesse piaghe che inferte a Gesù) le comparvero nel 1926, sul petto, sulle mani, sui piedi e sulla testa. Da quel momento rivisse, ogni venerdì la passione di Gesù soffrendo nel suo corpo la stessa sofferenza. In alcuni momenti durante i suoi stati di estasi parlava in ebraico e in greco. Ci sono stati tanti altri episodi straordinari nella vita di Teresa Neumann che tra l'altro incontrò Paramahansa Yogananda che riposta il loro incontro nell'Autobiografia di uno yogi. Il grande maestro le chiese sull'assunzione del cibo: "Non mangiate nulla?"

E la santa donna disse di risposta: “No, tranne un’ostia consacrata di farina e riso, ogni mattina alle sei... La prendo come sacramento; se non è consacrata non riesco ad inghiottirla... Vivo della luce di Dio.”

Teresa Neumann ci insegna che si può vivere senza cibo in quanto è la luce di Dio a nutrirci. Nella sua vita è stata chiamata a testimoniare a tutti l’autenticità della crocifissione di Gesù.

**Giulio (14 anni)**

### **Oriente – GIRI BALA**



*“Giri Bala è conosciuta come la santa che non mangiava mai. Ho letto di questa santa su Autobiografia di uno yogi scritta da Paramahansa Yogananda. Come dice il grande Maestro, Giri Bala praticava una particolare tecnica di yoga che le permetteva di vivere senza mangiare né bere. Questa sua particolarità portò molta attenzione su di lei, furono addirittura fatti dei test per assicurarsi che la santa non mangiasse veramente e, neanche a dirlo, tali test furono superati brillantemente. Lo yoga è comunione con Dio che è in ogni particella di questo universo. Questo è il segreto di Giri Bala, la tecnica yoga da sola non potrebbe tanto.”*

**Giovanni (14 anni)**

## ARTICOLI SULLA MENTE

Dopo aver letto assieme ai ragazzi degli articoli sulla poesia è nata questa riflessione: la differenza tra la poesia di Tagore e quella della Dickinson è che entrambe parlano del rapporto dell'anima con Dio, con la differenza che per Tagore Dio è adesso, mentre per la poetessa americana Dio è in lei, ma ancora non manifesto.

### Occidente – EMILY DICKINSON



Emily Dickinson nacque ad Hamrest, nel Massachusetts, il 10 dicembre 1830, da famiglia borghese, colta e puritana. I suoi studi furono irregolari e le sue amicizie scarse. Poco più che ventenne decise di ritirarsi dal mondo trascorrendo la maggior parte del tempo nella sua camera o in giardino, dove riceveva le poche persone che frequentava. Dal 1865 iniziò a vestirsi solo di bianco in segno di purezza. Rifiutò il matrimonio.

Trascorse la maggior parte della sua vita nella casa in cui era nata dove scoprì la sua vena poetica. In vita pubblicò solo sette poesie. In verità ne scrisse a centinaia ed è considerata una delle poetesse più importanti e originali di tutti i tempi. Fu sua sorella Lavinia a trovare le poesie in un cassetto e a curarne la pubblicazione dopo la morte di Emily avvenuta nel maggio del 1886.

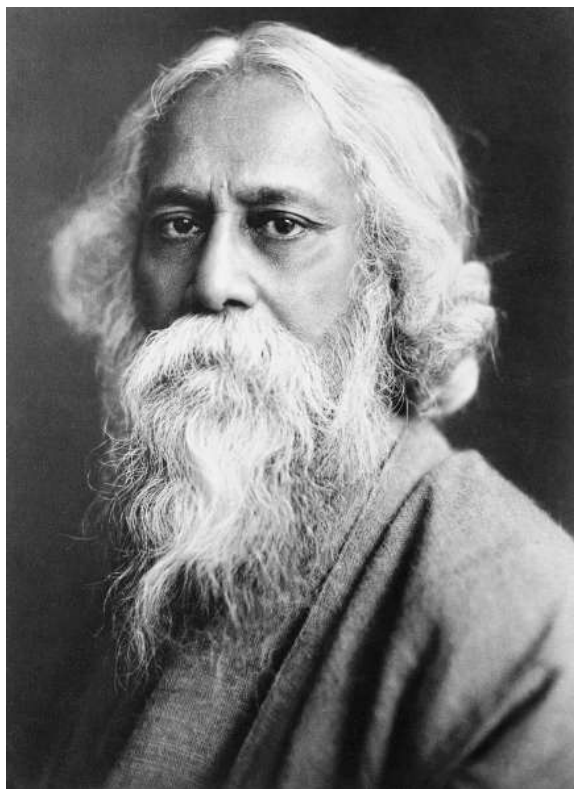
Non ebbe in vita alcun riconoscimento, poiché la sua poesia era troppo moderna e all'avanguardia rispetto al suo tempo.

*Contenuti entro questa breve vita  
sono magici spazi -  
l'anima vi ritorna dolce a notte  
e n'esce di soppiatto più sicura  
come i bimbi più sorvegliati corrono  
prima degli altri al mare  
i cui abissi senza nome  
si dileguano accanto all'infinito.*

*“Secondo me, in questi versi la poetessa vuole comunicare che l'anima non va sprecata, la puoi trovare anche nella notte, nel mare, nei bambini che giocano ma può anche ingannarti, essere crudele spietata, non la puoi controllare ma la puoi dominare nell'infinito del mondo.”*

**Lavinia (14 anni)**

### **Oriente - RABINADRANATH TAGORE**



Tagore fu un poeta bengalese nato sul finire dell'Ottocento. Un grande poeta che tradusse la sua fede profonda in Dio in opere poetiche e drammaturgiche. Il concetto di umanità che abbracciò nella sua vita supera in lui ogni limite o confine,

che la storia ma soprattutto la politica ha stabilito, abbracciando tutti i popoli in un unico popolo figlio di Dio, senza distinzione di pelle o di religione. Nel 1912 fu il primo poeta e scrittore non occidentale a vincere il premio Nobel.

*“Riporto poche righe di una sua poesia per mettere in evidenza quello che ho appena scritto:*

*Io desidero te, soltanto te  
il mio cuore lo ripeta senza fine.  
Sono vuoti e falsi i desideri  
che continuamente mi distolgono da te...”*

**Lucia (17 anni)**

## **ARTICOLI SULLA MATERIA**

### **Oriente e Occidente - LA MODA**

La moda in oriente con il suo stile essenziale lineare schematico riesce a trasmetterci morbidezza, delicatezza e caoticità cromatica con colori tendenti al pastello. Non si crea problemi a sovrapporre più fantasie nei suoi capi creando così dei vestiti guidati dalla ricerca dell'armonia riuscendo a risultare sempre ordinati e delicati.

Nella cultura indiana l'abbigliamento varia notevolmente tra le diverse parti del paese. Se dedichiamo uno sguardo al vestiario delle donne le troviamo molto e sempre eleganti. È usuale per loro indossare il *sari* (in sanscrito striscia di stoffa) che viene indossato sopra un bustino corto, una maglietta aderente che prende il nome di *choli*. I disegni e i colori delle stoffe usate per il sari si differenziano in base ai vari ordinamenti religiosi.

Oggi possiamo ritrovare i sari indiani in varie combinazioni: indossando pantaloni con pieghe in vita o su pantaloni aderenti ma anche sopra i jeans. Ciò che si nota è la sobria eleganza e funzionalità tanto al clima quanto alla possibilità di movimento che l'abito deve lasciare al corpo, cosa che non accade di solito nella moda occidentale.



*“In conclusione finirei questo articolo con un aforisma di Joanne Kathleen Rowling: ‘Differenze di abitudini e linguaggi non contano se i nostri intenti sono identici e i nostri cuori aperti.’”*

**Maia (13 anni)**

### **Cibi occidentali - MACARONS**



Questo pasticcino ha un’antica storia che ha origine in Francia, con un ruolo dell’Italia proprio agli inizi. Importati più recentemente nel nostro Paese, inizialmente come moda, i *macarons* hanno pienamente conquistato il mercato e il palato dei golosi. Il classico *macaron* francese è composto da due dischetti di meringa alla mandorla che racchiudono un ripieno cremoso.

Per scoprirne l’origine dei *macarons* occorre tornare indietro a Caterina de Medici e al bagaglio di cultura gastronomica che portò in Francia come regina. Tra i suoi meriti anche quello di aver esportato il nostro amaretto, vero e proprio antenato

del *macaron* non solo per il sapore di mandorla, ma anche perché, a pensarci bene, l'amaretto ha la forma di un mezzo *macaron*.

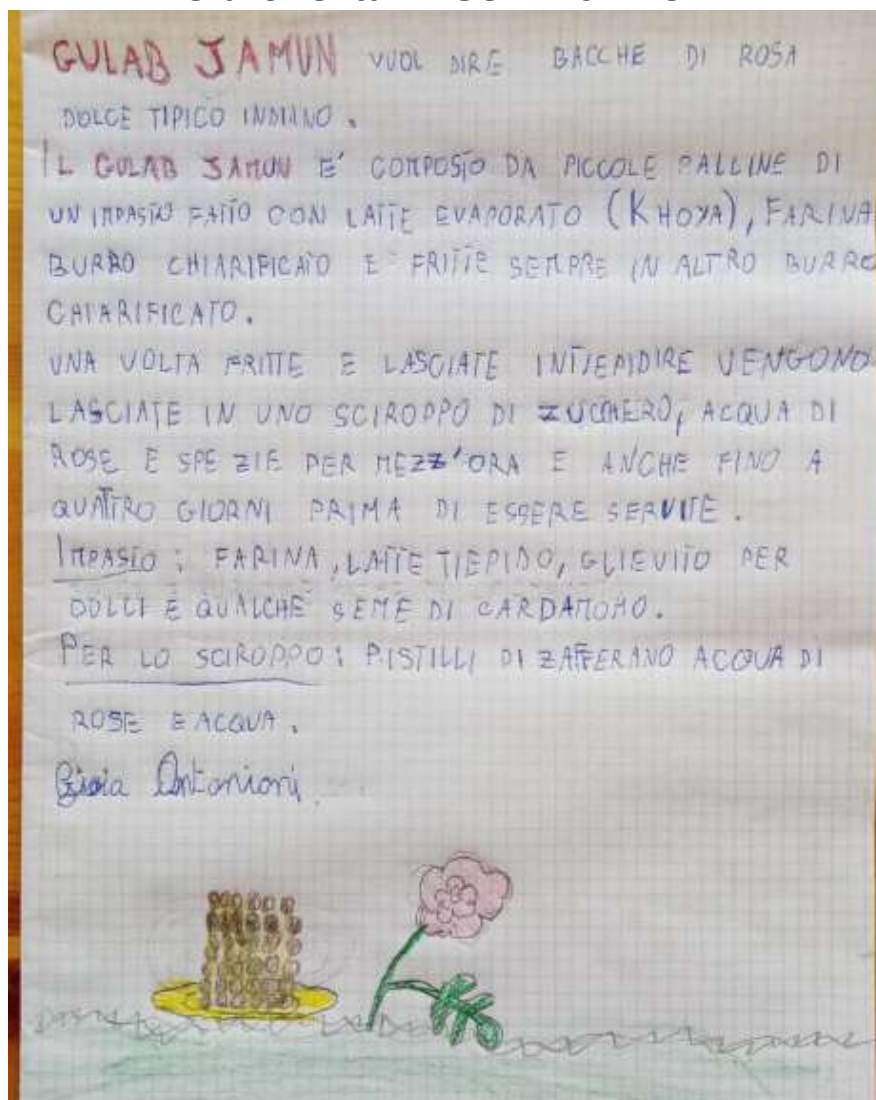
In origine *macaron* era infatti il nome attribuito a un dolcetto alla mandorla e formato da un solo dischetto senza ripieno. L'origine del nome è presto detta: i francesi facevano fatica a pronunciare il termine amaretto, per cui divenne *macaron* (secondo altre interpretazioni invece *macaron* deriva da *macaroni*, il nomignolo dato agli italiani)

### Ingredienti

Zucchero a velo  
Zucchero  
Farina di mandorle  
Albumi  
Acqua

Gaia (anni 14)

### Cibi orientali – GULAB JAMUN



Gioia (8 anni)



## ALCUNI DISEGNI DEI PIÙ PICCOLI



**I colori dell'alba – Helena (5 anni)**



**Una gita con la Sunday School – Eugenie (8 anni)**



**Ispirazione dal Canto cosmico "Accendi la lampada del tuo amore" – Sara (9 anni)**