

## PIACENZA TEOLOGIA L'INCONTRO GIOVEDÌ IN SANT'ILARIO ALLE 21

**Scoprire la contemplazione**  
La combinazione fra esperienza e  
senso, un aumento di consapevolezza

# Freeman: la creazione e la nuova creazione

## Il monaco benedettino a Piacenza: imparare a meditare

di BARBARA TONDINI

Laurence Freeman è un monaco del monastero di Cristo Re a Cockfoster, nei pressi di Londra, appartenente alla Congregazione dei Benedettini Olivetani. Nel 1980 entra nella Abbazia di Ealing come monaco benedettino e viene ordinato sacerdote.

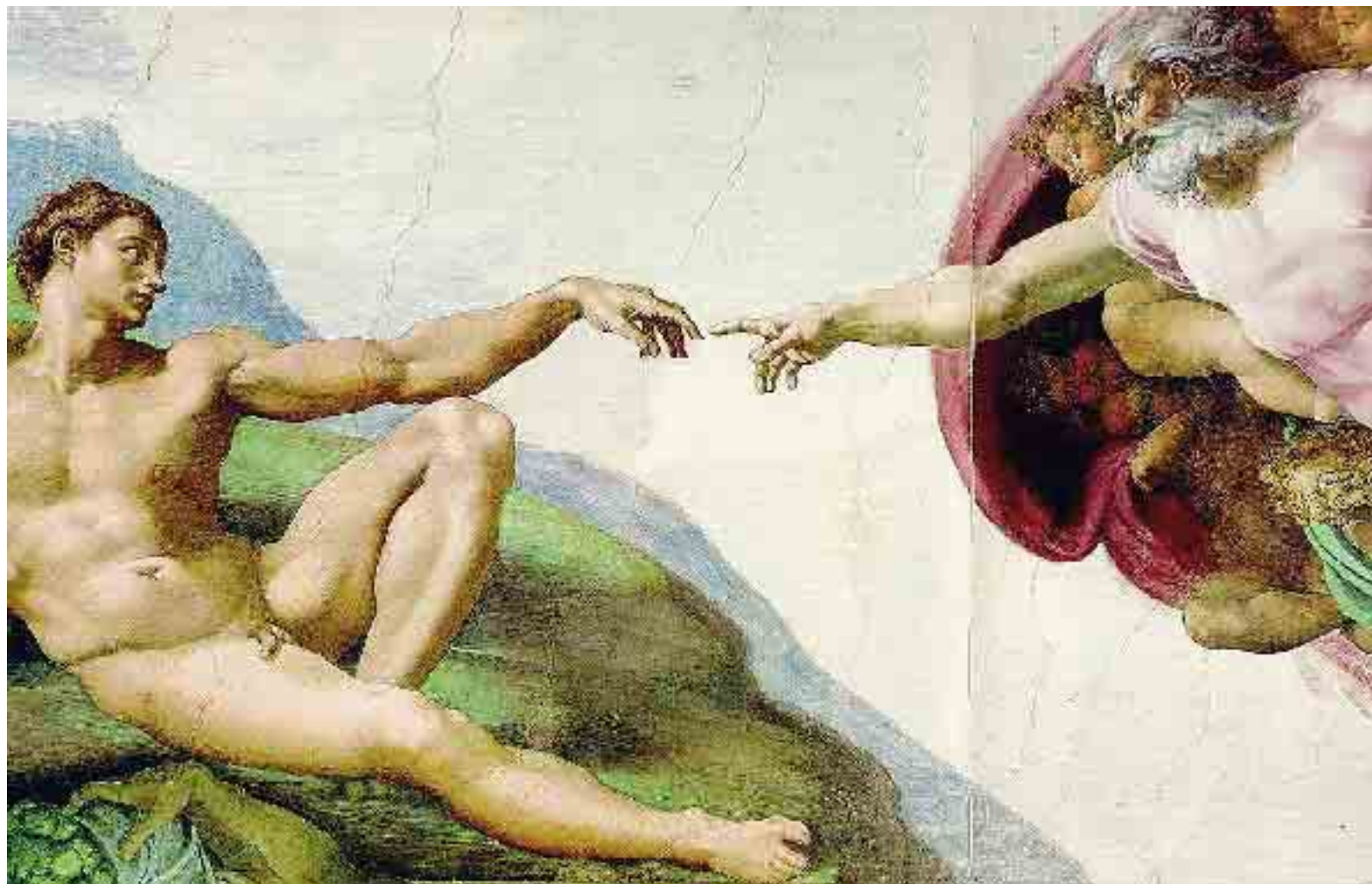
La sua guida spirituale, il padre benedettino John Main, lo introduce ad una pratica di meditazione cristiana che i Padri del Deserto avevano tramandato a San Benedetto e alla Chiesa occidentale. La sua idea è di aprire ai laici questa vita contemplativa. Nel 1991 viene così costituita la Comunità Mondiale per la Meditazione Cristiana e Padre Laurence ne diviene la guida spirituale, curando vari gruppi che nascono in America, Europa, Australia, Asia.

In Italia i primi gruppi per la Meditazione Cristiana sorgono a Firenze e a Brescia e presto si diffondono in altre città. Anche a Piacenza inizia a raccogliersi nel 2003 una comunità animata da don Mauro Stabellini presso l'oratorio di San Dalmazio. La comunità italiana ha ottenuto nel luglio 2007 il riconoscimento giuridico da parte del Vescovo di Brescia Mons. Sanguineti e si è nel frattempo sviluppata in circa 20 città italiane.

Il rapporto tra l'uomo e la creazione rappresenta uno dei cardini del cammino di approfondimento spirituale portato avanti dalla comunità. Per questo padre Freeman ha pensato di trattare - nell'intervento che terrà giovedì 30 settembre alle ore 21 presso l'auditorium S. Ilario - il tema "Creazione, nuova creazione", riacciando al percorso compiuto dall'associazione PiacenzaTeologia.

**Padre Freeman, guardare il mondo come creazione, ritrovarne il senso, ha spinto l'associazione PiacenzaTeologia a riflettere sul significato della contemplazione. Lei come intende la contemplazione nella sua pratica di meditazione?**

«Quando si dice che dobbiamo imparare a meditare subito si è portati a pensare ad una tecnica da apprendere, da padroneggiare. Ma la meditazione non è un pensiero o una teoria, piuttosto significa entrare in un'esperienza. Per questo i primi cristiani usavano dire che il modo in cui si prega è il modo in cui si vive. "Esperienza" in questo caso vuol dire non aspettare le risposte dal di fuori, ma accettare la sfida che porta a confrontarci con noi stessi. La verità è l'esperienza della nostra partecipazione personale alla realtà, è un'esperienza interpersonale. La verità è qualcosa per la quale si deve avere un gusto, un'esigenza personale. Ed infatti in latino la parola da cui deriva



"La Creazione di Adamo" di Michelangelo Buonarroti, facente parte della decorazione della volta della Cappella Sistina

"saggezza" è assaggio, assaggiare, gustare».

**La contemplazione sembra una pratica riservata a pochi religiosi, oppure a qualche filosofo ancora innamorato della metafisica. Lei invece ha scritto: "Le persone più contemplative che ho conosciuto sono in carcere, sono sposate o hanno figli piccoli". Cosa significa condurre una vita contemplativa?**

«Alcuni arrivano alla meditazione senza alcuna esperienza religiosa, oppure a causa di qualche problema psicologico o per l'ansia che provano. Sono alla ricerca di un senso, ma partendo da qui è necessario distinguere perché non tutte le vie sono adeguate. Ci sono persone per le quali la meditazione è una via di fuga, un sedativo o una specie di droga, dimenticando che è soprattutto un lavoro dello spirito. C'è chi si rivolge alla meditazione per essere più sano ed efficiente. Ma San Giovanni della Croce chiama meditazione la notte dei sensi: c'è dolore e separazione. Poi ci sono i "professionisti" della meditazione che ti pongono davanti degli ostacoli, degli stadi da superare. Per loro dunque la meditazione non è per tutti e non si può praticare in ogni luogo. Ma io penso che non sia necessario vivere in un monastero per attraversare la pratica della meditazione, ed anzi, credo che in un monastero sia piuttosto

difficile vivere una vita contemplativa. Non dobbiamo renderci la vita difficile: San Tommaso d'Aquino dice che la contemplazione è il semplice godere della verità. La contemplazione nella tradizione cristiana è il significato stesso dell'esistenza umana, e, per rifarci al tema della creazione che l'associazione PiacenzaTeologia ha portato avanti, si può dire che la contemplazione



**Nella meditazione acquistiamo libertà e impariamo a essere felici**  
PADRE LAURENCE FREEMAN

ne è ciò per cui è fatto l'universo, lo scopo dell'universo. Con questo non voglio certamente dire che dobbiamo continuamente porci domande di tipo religioso o cosmologico. Dobbiamo essere aperti alla meraviglia della realtà, al mistero di Dio».

**Ma la contemplazione sembra un modo per ritirarsi, per estraniarsi dal mondo, ed infatti viene di solito opposta all'azione. In questo senso mi ha colpito una sua affermazione, quando dice che "imparare a meditare non è soltanto un mezzo di crescita spirituale personale ma anche un mezzo di salvezza sociale".**

«Possiamo semplicemente dire che la contemplazione è data dalla combinazione fra esperienza e senso, dunque porta ad un aumento di consapevolezza a cui la società occidentale non è abituata, in quanto formata ai meccanismi tecnici della domanda e risposta. E questo rappresenta la causa della maggior parte dei nostri problemi, per esempio del fatto che non siamo pienamente consapevoli della grave crisi ecologica in atto. In verità, contemplazione e responsabilità vanno di pari passo».

**Quando lei scrive che "Imparare a meditare è imparare a essere felici", cosa intende per felicità?**

«Non possiamo giudicare la nostra felicità secondo parametri esteriori. Ognuno di noi

vive giornate buone e cattive, e ad alcuni capita una vita più fortunata che ad altri. Nella vita ci appare sempre qualcosa di non giusto, ma vediamo che comunque a volte accade che persone più sfortunate siano in realtà più felici di altre. La meditazione ci invita a riflettere su ciò di cui proviamo attaccamento e da cui pensiamo di non poterci sottrarre. Perché ciò che possediamo comincia a possederci, e questo è vero anche per le cose buone. E' su questo che Gesù, di fronte a chi crede che Dio ricompensa i buoni con una maggiore ricchezza materiale, si esprime dicendo che è difficile, per chi ha tanti possedimenti, accedere al regno dei cieli. Ed infatti è proprio questo attaccamento ciò che non va nella nostra vita».

Nella meditazione acquistiamo libertà, non siamo più spinti da quella forza compulsiva che ci controlla. Nel mondo cristiano si parla spesso della volontà di Dio, ma talvolta l'effetto è di creare una specie di schizofrenia, una battaglia fra il volere di Dio e il mio volere che spesso finisce in un triste compromesso. Non c'è più gioia, e, curando solo il rispetto dei comandamenti, cioè l'aspetto legalistico, finisce che sviluppiamo solo un sentimento di colpa verso noi stessi e di condanna verso gli altri, finisce che viviamo in modo triste e lugubre di risentimenti».

### LA RIFLESSIONE

Non siamo i padroni della nostra vita

di GIGI BAVAGNOLI\*

Quando abbiamo scelto, come Associazione Piacenzateologia, di approfondire il tema della creazione, lo abbiamo fatto perché ritenevamo importante affrontare un argomento che obbligasse la teologia a confrontarsi con la realtà concreta dell'esistenza umana.

Alla luce del cammino fatto, e grazie agli interventi che su di esso si sono succeduti nel corso dell'anno, possiamo confessare che siamo stati costretti ad approfondire l'intuizione iniziale.

Parlare del mondo come creazione impone di interpretarlo in modo diverso, di non trattarlo più come un oggetto o, meglio, un insieme di oggetti che noi uomini possiamo manipolare a nostro piacimento. Parlare del mondo come creazione impone di ricordarci che il mondo è il dono di Dio agli uomini, è l'ambiente pensato e preparato per una vita umana bella e buona, degna di questo nome. Il mondo creato è il dono del Padre ai suoi figli, è la scena affascinante e provvisoria che Egli assegna al cammino dell'uomo, con tutte le bellezze e le fragilità che la segnano e che si ripercuotono necessariamente sulla

nostra vita e sul sentimento con il quale abitiamo il mondo.

E in questo mondo ci collochiamo noi uomini come creature, come esseri pensati e voluti da Dio perché, abitando questo mondo e vivendo questa vita, ci relazioniamo a Lui come figli, e quindi non come signori della nostra vita ma come creature che hanno ricevuto tutto dal Padre, e sono chiamati da Lui a vivere le vicende della vita come un cammino, affascinante e provvisorio, che guadagna il suo vero significato quando è vissuto come ringraziamento al Padre, come gioia e vita da condividere con i fratelli.

La consapevolezza dell'appartenenza alla terra, la scoperta dei legami con le altre creature, la percezione a volte dolorosa della propria provvisorietà impongono all'uomo una misura, un'obbedienza, un'aderenza alla vita oppure, per reazione, lo possono spingere verso un atteggiamento di rifiuto, che si traduce in quella brama di possesso delle realtà terrene che, alla fine, lo porta a minare le basi stesse della vita e della convivenza.

Per custodire il giusto atteggiamento nei confronti del mondo e della propria vita, occorre davvero un lavoro di riflessione e di concentrazione, in una parola, di meditazione, per sfuggire alla tentazione di ritenerci padroni della nostra vita, padroni del mondo e non ospiti e custodi del giardino nel quale il Signore ci ha collocati. Per poterne godere senza sfruttarlo come se fosse l'unico bene di cui possiamo disporre, senza che prevalga in noi un atteggiamento di supremazia che pretende di cancellare la nostra dipendenza dal mondo, e da Dio.

\*Presidente Associazione PiacenzaTeologia