



*Comunità Mondiale per la Meditazione Cristiana*

*Newsletter della Comunità Italiana – marzo 2020 – numero 1 – anno 2*

*Proviamo, in questa quaresima, a cambiare quello che rimane della nostra idea di Dio, idea pagana e distorta dall'io, e prepararci così alla resurrezione vivendo nella nuova luce del Cristo. [...] Il Dio vero è molto più reale e interessante e infinitamente amichevole. E dunque, fare qualcosa come penitenza o non fare nulla? Essere semplicemente fedeli alle nostre meditazioni giornaliere e alla semplicità del mantra mette insieme tutte e due le scelte (come diceva John Main: "la preghiera è l'ascesi essenziale della vita cristiana").*

**Laurence Freeman –  
Riflessioni di quaresima –  
Mercoledì delle Ceneri 2020**

*Carissime amiche e carissimi amici,*

Lo ricorderemo come il tempo del Coronavirus. E come la quaresima più particolare della nostra vita.

Non voglio sovrapporre la mia voce alle numerose riflessioni/battute/considerazioni che ci arrivano quotidianamente, ma condividere con voi il mio stato d'animo di persona fortunata, che non ha bambini in casa né genitori anziani da curare. Ed è uno stato d'animo di gratitudine per il tempo che mi viene regalato, per le meditazioni che non sono più strappate ad altri impegni o ad essi sacrificate, per la possibilità di guardare le piccole cose quotidiane con occhi diversi.

Non dimentico certo il dolore degli ammalati, l'angoscia dei parenti, le morti, i gravi problemi di organizzazione familiare, i mancati guadagni di chi non può lavorare, la situazione economica in cui ci troveremo alla fine dell'epidemia.

Ma questo non mi toglie il dono di una quaresima più profonda, più sentita, con più tempo per riflettere, per cercare di individuare gli ostacoli che si sovrappongono tra me e la ricerca di Dio.

Anche la nostra comunità soffre per il divieto di trovarsi a meditare insieme, l'impossibilità di organizzare momenti collettivi di preghiera e di confronto. Non lasciamoci deprimere da queste difficoltà; sentiamo con maggiore forza ciò che ci unisce. Come mi ha scritto una persona del mio gruppo, per noi la distanza non è separazione. Questa newsletter ci tiene

vicini e ci permette di condividere esperienze e progetti.

A tutti l'augurio di una quaresima di silenzio e meditazione insieme all'augurio di buona salute per voi e per le persone a voi care.

*Fiorenza, Coordinatrice nazionale della Comunità*

## SOMMARIO

All'alba del nuovo anno – <i>Risonanze del ritiro in silenzio di Capodanno</i> .....	p. 3
Abbandonarsi allo Spirito – <i>Risonanze del ritiro in silenzio: 7-9 febbraio</i> .....	p. 4
Il Cristo Cosmico – <i>Ritiro degli Oblati aperto a tutti: 30 aprile – 3 maggio</i> .....	p. 5
Conoscerci tra noi – <i>Fiorenza Giuriani</i> .....	p. 6
Una giornata particolare – <i>di Susanna Calisse</i> .....	p. 7
Notizie dalla comunità internazionale .....	p. 9

**La prossima conferenza nazionale si terrà a Camaldoli (AR) dal 23 al 25 ottobre 2020**

**Relatori saranno padre Joseph Wong e Antonietta Potente**

---

**Comunità Mondiale per la Meditazione Cristiana – Italia**

**Contrada San Giovanni, 8 – 25122 Brescia**

sito web: [wccmitalia.org](http://wccmitalia.org)

e-mail: [info@wccmitalia.org](mailto:info@wccmitalia.org)



A [questo link](#) trovate la pagina del sito dedicata all'evento.

## ALL'ALBA DEL NUOVO ANNO

*Risonanze del ritiro in silenzio tenutosi dal 29 dicembre 2019 al 1 gennaio 2020 a Thiene (VI)*

Anche quest'anno il ritiro in silenzio di Capodanno è stato, per circa venti partecipanti, un momento intenso di passaggio immersi nella ricerca di una dimensione spaziotemporale interiore.

**Un esercizio di ringraziamento per le gioie e i duri passaggi di un anno, di ripensamento della presenza del Divino nelle circostanze più varie della nostra vita:** un momento di confronto e di apprendimento.

Condividiamo volentieri due risonanze: belle testimonianze di quanto vissuto in quei giorni:

*"Il ritiro di capodanno mi ha fatto sentire partecipe di una comunità di persone simili a me, con tanti problemi, ma anche con tanto ancora da dare agli altri. Mi ha arricchito conoscendo tre mistici fantastici con le parole delicate e profonde di don Alfredo. Mi sono portata a casa l'affetto di tutti i partecipanti, uno sguardo rinnovato verso il vero Bene, la consapevolezza che Dio è dentro di me che mi abita e mi guida, con lui posso rinnovare la mia vita in modo gioioso."*

*"Ci siamo sentiti accolti da tutti voi, come se ci conoscessimo da sempre; nonostante il silenzio abbiamo comunicato con cuore e mente. [...] Il silenzio è una vera medicina per l'anima e la mente; via che conduce al centro del nostro sè e quindi a chi lo abita: Dio."*

È strano pensare come si sia cercato di vivere in silenzio dei giorni che solitamente sono scanditi da festeggiamenti piuttosto rumorosi e alle volte disordinati. Abbiamo invece scelto di affrontarli in un clima di **silenziosa condivisione** scandita da meditazioni e da momenti di solitudine. E da **insegnamenti di don Alfredo Jacopozzi su tre mistici di varie epoche** che hanno illuminato la ricerca apofatica di Dio. Quella ricerca attraverso una teologia negativa, che non vuole definire cos'è Dio, piuttosto levare dalla nostra mente e dalla nostra anima ciò che NON è. I tre mistici presentati sono Gregorio di Nissa, Meister Eckhart e Simone Weil.

Infine, abbiamo vissuto lo scoccare della mezzanotte in un commovente abbraccio meditativo: una immersione nella relazione di fiducia e abbandono nelle braccia degli altri e dell'Altro.



## ABBANDONARSI ALLO SPIRITO

*Risonanza del ritiro in silenzio tenutosi dal 7 al 9 febbraio 2020 a Camposampiero (PD) – di Yula Panin*

A [questo link](#) trovate la pagina del sito dedicata all'evento.

L'invito, il tema è "abbandonarsi allo spirito" e la via è "silenzio e solitudine per un nuovo monachesimo interiore". In poche parole il riassunto di un cammino conoscitivo ed esperienziale in cui Antonella Lumini e padre Andrea Schnoeller ci hanno condotto nei giorni di ritiro a Camposampiero.

Parlare del silenzio rompe il silenzio, dice padre Andrea, eppure le parole colte, profonde, sapienti, vissute, ogni giorno hanno creato lievi brezze, venti leggeri soffi vitali a seconda di quale punto dell'anima toccassero.

Penso che ciascuno di noi abbia fatto esperienza di come la parola nata dal silenzio sia creatrice e via per il silenzio solitario della meditazione, nella cui immobilità del corpo e dello spirito, la parola si ricompone in quel sospiro ineffabile in cui lo Spirito intercede per noi.

La parola è stata per me pellegrinaggio ad accostare quel sempre nuovo mistero del sentirsi amati. E nella giornata il movimento dell'andare e dello stare, dell'ascolto delle parole e dell'ascolto del silenzio, è stato riconoscere ed ascoltare il ritmo interiore ed esteriore cui noi, la natura, l'universo siamo indissolubilmente legati quali espressioni della creazione.

La musica è forse ciò che esprime al meglio questa silenziosa danza ed è stata nei giorni di ritiro contrappunto sapiente e gentile alla parola è al silenzio.

Grazie.



*perché tutti siano una cosa sola Gv 17,21*

A [questo link](#) trovate la pagina del sito dedicata all'evento che si terrà alla Casa del Sacro Cuore a Possagno (TV)

Il relatore sarà **don Alfredo Jacopozzi** del Centro di Meditazione di Firenze, sacerdote diocesano, docente di Storia delle religioni presso la Facoltà Teologica dell'Italia Centrale (Firenze). Oblato della Comunità Italiana. Gli insegnamenti di don Alfredo si riferiranno agli **inni cristologici presenti nelle lettere di S. Paolo** (Fil 2,6-11; Col 1,15-20; Ef 1,3-14; 2,14-18).

Un ritiro in silenzio ci offre la rara opportunità, nel mondo moderno, di un tempo prezioso per lasciare che la Grazia agisca in modo più profondo, e, **sostenuti da amici spirituali**, di assaporare il silenzio e l'immobilità per un peri di tempo prolungato.

Ogni giorno sarà intessuto di meditazioni sedute, breve liturgia delle ore, sessioni di camminata e movimento consapevole, insegnamenti e alcuni momenti di espressione creativa.

Accompagneremo il silenzio con i **canto dei salmi** nella pura tradizione benedettina e degli oblati della Comunità Mondiale per la Meditazione Cristiana.

**Padre John Main** citava spesso San Ireneo: “Se non riusciamo a capire il silenzio di Cristo, non possiamo nemmeno capire le sue parole”.

L'augurio è quello di entrare in questo silenzio accogliente e gioioso del ritiro. Il ritiro si terrà in un **posto bellissimo e sacro sulle colline Trevigiane**, la Casa di preghiera “Sacro Cuore”.

È opportuno iscriversi il più presto possibile in quanto abbiamo un **numero limitato di posti**.

**Per informazioni e iscrizioni** telefonare al numero 348 520 4514 o scrivere a [infowccmitalia@gmail.com](mailto:infowccmitalia@gmail.com) (è bene iscriversi non oltre il 01 APRILE).



## CONOSCERCI TRA NOI

### FIorenza GIURIANI

*Come già tutti forse saprete, Fiorenza è la nostra coordinatrice nazionale da diversi anni. Le abbiamo fatto qualche domanda per conoscerla meglio...*

**1. Fiorenza, puoi descriverci da dove vieni, cosa fai nella vita e quali sono le cose che ti appassionano?**

Sono milanese, con genitori lombardi. Questo mi rende pratica, razionale, concreta, pochissimo creativa sia manualmente che intellettualmente e altrettanto poco speculativa. Mi sarebbe piaciuto essere il risultato di culture tra loro diverse, ma non è così. Nella vita ho lavorato in un'Associazione di artigiani e piccoli imprenditori e mi sono occupata per anni di materie fiscali e negli ultimi dieci di formazione. Ora faccio volontariato, sono la coordinatrice della Comunità per la Meditazione Cristiana in Italia e presidente di una piccola associazione, Leartipossibili, che promuove l'arte come risorsa personale e sociale. Sono anche nonna e mi piace occuparmi di mio nipote.

Come si può capire, le cose che mi appassionano sono tante. Oltre a quello che ho detto, mi piace il cinema, ma ci vado poco, mi piace la musica, leggere e anche studiare qualcosa di nuovo.

**2. Quando e come sei arrivata alla Meditazione Cristiana e cosa rappresenta per te?**

Alla meditazione cristiana sono arrivata tramite due amiche: la prima, buddista, in un momento di disagio esistenziale mi ha fatto capire che il problema non era il mondo, ma era il mio modo di vederlo e mi ha invitato a frequentare un po' gli insegnamenti buddisti. Sono rimasta colpita dalla calma e benevolenza del Lama e in particolare dalla meditazione. La seconda amica mi ha detto che esisteva la meditazione cristiana, ovviamente più coerente con la mia educazione religiosa e con la stessa cultura di appartenenza. Così ho conosciuto padre Laurence e la nostra comunità.

**3. La meditazione crea comunità, dice John Main. Come mai hai deciso di impegnarti nel Consiglio nazionale della nostra comunità?**

Era un impegno a cui non pensavo neanche lontanamente e quando me lo hanno proposto ho detto di no. Poi, rassicurata da tanti amici della comunità che mi hanno garantito il loro aiuto, ho accettato, sia pure con mille perplessità e ansie. La decisione è partita prevalentemente per un senso di dovere verso la comunità che in quel momento non aveva una persona che potesse assumerne il coordinamento.

In realtà è stata un'esperienza ricchissima, anche se molto impegnativa e a volte difficile. Adesso non riesco ad immaginare la mia vita senza questa esperienza, che mi ha dato tantissimo.



## UNA GIORNATA PARTICOLARE: 19 FEBBRAIO 2020

*Dal disastro alla speranza - di Susanna Calisse*

Tutto ha inizio, per le vie imperscrutabili della Provvidenza e di Padre Laurence, nel 2016, dopo il terribile terremoto che colpì l'Italia centrale.

Fiorenza mi dice che un certo Professor Richard Mollica dell'Università di Harvard (su di lui troverete in internet pagine densissime di lavori, impegni, esperienze) vorrebbe contattare qualcuno della WCCM Italia per un eventuale appoggio e sostegno alla sua ultima impresa. Eh sì, perché il Prof ha alle spalle una vita dedicata all'aiuto delle persone che hanno subito guerre, catastrofi, devastazioni, alluvioni e... terremoti! Dopo vari contatti telefonici incontro il Professor Mollica a Roma e successivamente ad Orvieto per la sua missione a favore dei terremotati dell'Italia centrale. In una di queste occasioni il suo team di lavoro ed altre persone coinvolte nel progetto mi esprimono il desiderio di fare esperienza di una meditazione in gruppo. E così abbiamo fatto, suscitando interesse e domande da parte di molti intervenuti. La squadra del Professore vorrebbe agire in zona Lazio-Umbria -Marche ma hanno trovato molte difficoltà nei contatti con le pubbliche amministrazioni locali. Mi chiedono quindi di cercare un contatto con i monaci benedettini di Norcia, ma... il loro monastero è crollato e in un primo momento non si riesce a raggiungerli, si sono spostati ma dove trovarli? Dopo tentativi vari riesco a parlare con un loro segretario e ci scambiamo qualche mail. Nel frattempo il Prof. Mollica è rientrato negli U.S. Ma non si perde d'animo e continua a pensare al suo progetto. In questo è appoggiato da un suo team di lavoro con cui ha già collaborato in Italia in precedenti occasioni.

Il Prof. Mollica vorrebbe creare un centro dove poter fare incontrare le persone della zona terremotata con medici, psicologi e personale della protezione civile per offrire loro la possibilità di uno scambio di notizie e soprattutto aiuto. I problemi sono tantissimi. Gli abitanti delle zone più colpite dai terremoti hanno subito perdite gravissime, famigliari ed amici scomparsi sotto le macerie, chiese, case, scuole, strade distrutte, lavoro bloccato. Famiglie allontanate dai loro luoghi con conseguenze terribili. Vecchi che si lasciano morire perché hanno perso tutto, ragazzi che abbandonano la scuola, adulti senza più lavoro.

Nel 2018 i monaci benedettini aprono un nuovo convento vicino a Norcia, ed è gran festa per tutti. La vita riprende. Negli U.S. la National Italian American Foundation con il sostegno del Programma Refugee Trauma dell'Università di Harvard e dell'Italian National Trauma Center decide di sponsorizzare i lavori per la creazione di una sala polifunzionale collegata al nuovo edificio della scuola appena ricostruita.

Ed eccoci, dopo molte peripezie, al 19 febbraio del 2020. Il Professor Mollica mi invita come rappresentante della WCCM Italia all'inaugurazione della nuova sala NIAF (The National American Foundation) a Norcia! D'accordo con Padre Laurence e Fiorenza sono ben felice di partecipare alla cerimonia.



Arrivo a Norcia la sera prima e alloggio in una stanza in centro città. All'angolo di una zona 'rossa'. Era tanti anni che non visitavo Norcia e l'impressione è stata fortissima. Una cittadina ricca di bellezze e di storia ancora distrutta, chiese, case, strade, scuole, l'ospedale ancora inagibili. Che angoscia e che tristezza!

L'indomani a piedi raggiungo l'Istituto Omnicomprensivo De Gasperi-Battaglia. Una marea di ragazzi si avviano con professori e abitanti dei luoghi vicini verso la nuova sala. Si respira gioia e soddisfazione. Per il taglio del nastro aspettiamo nello spiazzo di fronte all'ingresso i vip, il sindaco, la rappresentante della Provincia, i carabinieri, la Preside. Il Prof. Mollica e Padre Basil sono già lì e mi accolgono molto affettuosamente. Ho portato loro in dono due libri : 'Monastero senza mura' e 'Il silenzio e la quiete'.

La cerimonia si svolge nella nuova sala pienissima e la presenza di tanti giovani rincuora tutti e tutti sottolineano l'importanza di andare avanti, non abbandonare Norcia, ritrovarsi in un luogo aperto a tutta la cittadinanza, un nuovo centro di accoglienza.

Padre Laurence mi aveva inviato delle parole di saluto in occasione di questa importante giornata a Norcia dopo i terribili momenti del terremoto che ho trasmesso nel mio breve intervento. Ha sottolineato fra l'altro “l'importanza e la preoccupazione in quanto monaco benedettino che lo spirito di San Benedetto e la compassione pratica della Regola possano essere una componente del processo di guarigione durante il quale si riesca a vedere come il mistero dell'avversità possa produrre molte manifestazioni di grazia e di altruismo”. E ancora ha augurato ogni bene “a tutta la comunità di Norcia e a coloro che lavorano per la ripresa della vita della città ed ha assicurato la preghiera ed il ricordo degli Oblati Benedettini di tutta la WCCM nel mondo e specialmente del nuovo centro di Bonnevaux”... “La sapienza di Benedetto nella vita di ogni giorno fondata sul ritmo di preghiera, lavoro e studio ha creato per generazioni condizioni di pace, cura e riconciliazione negli individui e nella società”. E continua Padre Laurence “Sono certo che quella stessa sapienza sarà la vostra nei luoghi dove egli è nato”.

Ci sono poi stati i saluti meno formali intorno ad una tavola imbandita di delizie locali. Molte persone mi domandavano della 'nostra' Comunità e dei nostri modi di meditare, un po' sorpresi, stupiti e curiosi. Poco per volta ho lanciato l'idea di meditare insieme in quella sala appena inaugurata ed ho sentito un grande interesse e forse anche la speranza di poterlo davvero fare.

Ho incontrato persone straordinarie che, malgrado le immense tragedie vissute, sono ancora lì in prima linea e vogliono sperare nel futuro, nei giovani, nella vita di nuovo.

E adesso il mio appello e il mio sogno: in tutti i nostri gruppi ci sarà qualcuno che vorrà venire a Norcia, magari passata questa ondata di virus, in primavera, un fine settimana a meditare insieme per dare una testimonianza della nostra piccola sapienza “benedettina” nell'amore e nel silenzio?





## NOTIZIE DALLA COMUNITÀ INTERNAZIONALE

Gli appuntamenti internazionali in programma sono tantissimi.

Ovviamente al momento tutto è un po' in sospeso.

Rimandiamo al sito <https://wccm.org> per tutti gli aggiornamenti.

Per gli ultimi aggiornamenti potete anche seguire la nostra **[pagina Facebook](#)** e il nostro **[profilo Instagram](#)**.