

RITIRO DI MEDITAZIONE CRISTIANA: LA PASQUA - VILLANOVA STRISAILI – NU (20 – 24/3/2008)

La meditazione del ritiro di Pasqua si è articolata in due “semplici” domande:

- **Per quale causa vivo?**
- **Quale è la fonte della mia ispirazione nella vita?**

Sono due domande molto importanti, che inconsciamente ci facciamo spesso, ma che evitiamo di affrontare seriamente.

Non si tratta di domande speculative, di carattere filosofico, ma di riflessioni che riguardano la nostra personale esistenza, per capire “chi” o “che cosa” ci fa muovere in ogni momento della nostra giornata. E’ difficile dare una risposta compiuta, esaustiva. Ma quando affrontiamo l’impegno di cercare di rispondere seriamente a queste domande è come se prendessimo un mezzo che ci fa andare più veloci, ci fa crescere, ci fa affrontare meglio la nostra quotidianità.

Per quale causa vivo?

Un cristiano risponde che vive per Gesù, il quale è il modello a cui si ispira. E’ un modello irraggiungibile per noi? Troppo elevato? Sarebbe un controsenso. Tanto vale che non fosse mai venuto su questa terra, se noi non avessimo avuto la concreta possibilità di imitarlo. Come ha vissuto Gesù? E’ sufficiente leggere il Vangelo: si vede chiaramente che ha passato la propria esistenza ad aiutare le persone, amandole fino all’estremo sacrificio. Noi abbiamo la forza di imitarlo perché Gesù è come l’acqua: prende la forma del recipiente in cui entra. Così, entrando dentro la nostra natura, prende la forma di ciascuno di noi, è parte integrante di noi stessi: è sbagliato pensare che sia solo “altro” rispetto a noi. Abbiamo già in noi stessi gli strumenti per imitarlo! Ecco che quindi dobbiamo far “rifiore” la nostra natura (le nostre aspirazioni), guardando Lui ed il suo esempio, facendo germogliare quei semi che sono già presenti in noi.

Se Gesù è il modello, per quale causa Lui viveva? Cosa ci insegna con la sua vita, la sua testimonianza, prima ancora che con le sue parole? Cosa lo ha spinto, ogni giorno, a dare la sua vita? Occorre capire per quale causa Lui si è dato e ha sofferto la croce. Se capiamo i motivi per cui Lui è vissuto, capiremo anche i motivi per i quali noi oggi stiamo vivendo.

Una persona che non è credente, nel tentativo di rispondere a questa domanda, non pensa ad imitare Gesù, ma vuole comunque che la sua vita lasci un segno profondo, una scia luminosa, un senso che sopravviva. Cosa voglio lasciare di me in questo mondo? Proprio questo tentativo di vivere una vita profonda, ricca di senso, porta naturalmente a Gesù. L’uomo è *naturaliter christianus* (naturalmente cristiano), nel senso che, nella misura in cui vive una vita profonda, fondata sull’amore, si avvicina, senza saperlo, a Gesù.

Quindi tu, che ora leggi, quando fai meditazione, dopo aver svolto un esercizio di rilassamento, fermati un po’ a meditare su questa domanda: per quale causa vivo?

Quale è la fonte della mia ispirazione nella vita?

La seconda domanda – “quale è la fonte della mia ispirazione nella vita?” – riguarda le fonti dalle quali attingiamo la forza per agire, quelle fonti che ci ricaricano e ci aiutano nel cammino. Che cosa mi aiuta (o mi ostacola) nel seguire Gesù, oppure (ciò che è lo stesso), nel seguire le mie aspirazioni più profonde? A questa domanda, nel corso di una condivisione, sono date diverse risposte da parte dei partecipanti:

- Ciascuno di noi è aiutato dall’avere ideali, aspirazioni personali ed è ostacolato dalla mancanza di questi.
- È un aiuto la presenza vicino a noi di buoni testimoni di Gesù: persone che facciano bene il proprio dovere (lavoro), con amore e dedizione. Cerchiamo di notare queste persone: avremo stimoli per imitarle e per crescere.

- E' bene frequentare ambienti dove si possano attingere amicizie vere, esempi buoni. E' utile crearsi una famiglia, ma anche frequentare ambienti di persone che credono in questi valori e che concretamente li vivono.
- Se non c'è un ambiente favorevole, lo dobbiamo creare noi, facendo del bene, togliendoci dalla mente l'idea del nostro tornaconto (sempre presente in noi!) e la pigrizia.
- Soprattutto l'ambiente di lavoro e dello studio devono essere luoghi che noi dobbiamo "rendere vivi", compiendo bene le nostre mansioni e facendo del bene agli altri.
- Dovremmo percepire che molti hanno bisogno di noi: è questo il segnale che siamo sulla strada giusta.
- Naturalmente incontreremo degli ostacoli, che arriveranno prima di tutto da noi stessi e poi dagli altri. Evitiamo che le delusioni, provocate dalla presenza di questi ostacoli, ci facciano chiudere in noi stessi, ma apriamoci sempre agli altri, con umiltà.

Cosa mi aiuta e cosa mi ostacola nel seguire gli ideali profondi che ho nel mio cuore?

E' questa è la meditazione che ha costituito l'asse portante del ritiro di Pasqua 2008 a Bau Mela (Villagrande Strisaili - NU) per cinquantadue meditanti provenienti da Cagliari, Oristano e Sassari. La maggior parte di loro era composta da famiglie con bambini.

Durante il ritiro, che si è svolto in un clima di silenzio e di meditazione, si sono svolti i riti della settimana santa.

Nella condivisione finale, un meditante, alla prima esperienza di un ritiro della Scuola di Meditazione, ha ben descritto con tre aggettivi, il modo con il quale i partecipanti allo stage si sono rapportati fra di loro durante la permanenza a Bau Mela:

- semplicità: ci siamo svelati agli altri quali noi siamo, senza finizioni, senza doppi fini;
- profondità: è una qualità che nasce dall'essere semplici. La profondità di un rapporto si misura dal fatto che ci si collega con l'interiorità dell'altra persona e si cerca di venire incontro, con rispetto e con dedizione;
- qualità: se ci sono i primi due presupposti (semplicità e profondità), i rapporti sono di qualità. Non è facile, oggi, vivere dei rapporti di qualità.

Il tempo atmosferico non è stato "clemente", ma – diceva padre Piras – bisogna accettare la neve, la pioggia e "le cose della vita" "come vengono", per poter svolgere la nostra parte. Se le cose non vanno bene, non bisogna mai incolpare l'ambiente o aspettare che esso sia favorevole, ma dobbiamo noi muoverci per primi. La meditazione, e quindi il ritiro, è una sosta, che serve solo per ripartire con più slancio!"

- Non abbiate paura! Combattetelo scoraggiamento!
- Sviluppate i doni e le potenzialità di bene che sono in voi.

Ecco le consegne del ritiro.

Buona rinascita a tutti!