RELIGIONI E MEDITAZIONE

Giornata di studi – Venerdì 13 dicembre 2024

SEMINARIO – 16.30-18.30

“La meditazione per i Padri del deserto”

LORELLA FRACASSA, Issr di Padova

Tra gli **eremiti egiziani** del III sec., gli **Abbas**, esperti dell’animo umano e capaci di discernere i ‘pensieri malvagi’, erano soliti ripetere in silenzio una **’parola biblica’**, ‘meditare’ un versetto: perché meditare aiutava a medicare il cuore. La pratica della ***melete*** era parte del training ascetico che esigeva un preciso stile di vita, fatto di ‘solitudine’, ‘silenzio’, ‘quiete’ psico-fisica. Raggiunto così il ‘vuoto interiore’, cioè il ‘silenziamento delle facoltà’, il meditante si affacciava alla ‘preghiera pura’ o ‘**silenzio dello spirito’**: aveva così maturato una più grande ‘capacità’ di accogliere il divino.

Lavorando su di sé, l’uomo manifesta di essere ***capax Dei***, capace di relazionarsi con la presenza divina che gli si dona, pur sempre oltre la umana comprensione. L’**intimità** con Dio è avvolta nel mistero, è **ineffabile**, è un’esperienza mistica. E, quando ciò avviene, al praticante è dato di raccogliere il frutto più intimo e gustoso della sua ‘meditazione’.

LETTURE OBBLIGATORIE PER GLI ISCRITTI AL SEMINARIO

- AXEL BAYER, *“Rimuovere i pensieri”: contemplazione cristiana e pratiche meditative monastiche*, in M. NICOLINI-ZANI (a cura), *I sentieri della meditazione. Vie cristiana, induiste, buddhiste*, Qiqajon, Bose 2024, pp. 73-96
- LISA CREMASCHI, *“Sii come un portinaio alla porta del tuo cuore” Vivere da cristiani per i padri del deserto*, https://www.alzogliocchiversoilcielo.com/2016/06/lisa-cremaschi-padri-chiesa-i-padri-del.html.
- GIOVANNI CASSIANO, *Conferenze ai monaci (1)*, Città Nuova, Roma 2000.

TESTI CONSIGLIATI

BAYER A., *Meditazione*. *Dalla “preghiera pura” di Evagrio Pontico al “raja-joga” di Patañjali*, Appunti di Viaggio, Roma 2017.

CHIALÀ S. – CREMASCHI L., *Detti editi e inediti dei Padri del deserto*, Qiqajon, Bose 2002.

FRACASSA L., *A caccia della lepre*. *La meditazione silenziosa della tradizione cristiana*, Lindau, Torino 2021.

FRACASSA L., *Meditazione e contemplazione tra Oriente e Occidente*, in A. BERTAZZO (a cura), *La possibile via. Meditazione e preghiera*, Triveneto Theology Press, Padova 2024, pp. 69-91.

SPIDLIK T., *Piccole perle dei Padri della Chiesa*, Gribaudi, Torino 2007.

SWAN L., *Le Madri del deserto*, Gribaudi, Torino 2005.

MATERIALI VIDEO

Compilation:
https://www.youtube.com/playlist?list=PLMNvL0FcAU01ohQNB9MkK5KnD1ExpAfqe

Monachesimo, uomini e deserti, compilation: https://www.youtube.com/watch?v=Apb-JvsUvVw&t=59s