



IL SILENZIO E LA QUIETE

meditazioni quotidiane

ISBN: 88-87164-83-1
2015 - cm. 12x19 - pp. 380 - € 25

JOHN MAIN

Dom John Main (1926-1982) è entrato a far parte dell'Ordine dei Benedettini dopo aver prestato la sua opera in Estremo Oriente con il British Colonial Service ed essere stato lettore di Diritto Internazionale presso il Trinity College di Dublino. Ha fondato il Priorato Benedettino di Montreal ed ha dato vita ad una comunità spirituale diffusa in tutto il mondo e legata dalla comune pratica quotidiana della meditazione silenziosa.

PRESENTAZIONE

Lasciate che ora vi descriva la via della meditazione. Ripetendo il mantra entrate in una grande tradizione, una tradizione di uomini e donne che hanno meditato per secoli e che, nella meditazione, hanno cercato di trascendere i propri limiti, di entrare nell'incanto di Dio, nel cuore dell'energia divina, e di fare tutto ciò penetrando nel loro stesso cuore. Quando meditiamo siamo immobili, corpo e anima, corpo e spirito, totalmente aperti alla presenza di Dio, sapendo che tale presenza è puro amore, pura dolcezza, puro perdono. In quella presenza diventiamo chi siamo: esseri creati da Dio, creature redente dall'amore di Gesù, creature che sono templi dello Spirito santo, e in tale esperienza siamo resi completamente liberi, liberi di essere noi stessi, di amare noi stessi, il nostro prossimo e Dio. Meditare significa abbandonare tutte le schiavitù, tutti i limiti. Significa entrare nella libertà di Dio, della vita trinitaria. Dobbiamo solo aprire i nostri cuori a quella realtà e la via è quella del mantra.