

MEDITAZIONE CRISTIANA

Dallo «yoga cristiano» alla «preghiera del cuore»

Pagine: 140
Formato: 12 X 20,5
Prezzo: € 16,00
ISBN ISBN 978-88-6500-172-1



A partire dai Padri del deserto, la tradizione cristiana ha sviluppato diversi metodi di meditazione incentrati sulla ripetizione continua di una parola sacra o di una breve formula tratta dalle sacre Scritture. La formula più conosciuta è la «preghiera del cuore» o «preghiera di Gesù»: Signore Gesù Cristo Figlio di Dio, abbi pietà di me!

Alla base della preghiera di Gesù, come di tutti i metodi di meditazione cristiana caratterizzati dal silenzio della mente e del corpo, vi è la purificazione del cuore che, attraverso un “pellegrinaggio” interiore, conduce l’anima dalla superficie del proprio essere verso la profondità della grotta del cuore, il «centro contemplativo» di ogni essere umano.

Profilo biografico

Francesco Comandini (Roma, 1963), architetto, ha compiuto studi di arte e iconografia cristiana presso la Pontificia Università Gregoriana, il Pontificio Ateneo Sant’Anselmo e il Centro Russia Cristiana di Seriate. Impegnato da anni in un percorso di ricerca spirituale, è autore di: *Chiamati dallo Spirito: piccola guida a diciassette “nuove comunità” monastiche e contemplative*, (1998); *Come monaci nel mondo. Piccola guida al monachesimo interiore*, (2002); *Semi di meditazione* (2008); con lo pseudonimo di Jean Marie Muni, *Cristianesimo interiore*, (2013); *L’Abbazia di Sant’Anselmo in Roma*, (2018); *I Centri sottili dell’anima*, (2018); *Progettare una chiesa. Introduzione all’architettura liturgica*, (2019).

**LIBRERIA
EDITRICE
FIORENTINA**

Via de’ Pucci, 4 - 50122 Firenze
Tel. 055.579921 Fax 055.2399342
www.lef.firenze.it