

Cos'è

E' una ricerca "orante" che si svolge nel cuore, il centro profondo e nascosto dell'uomo, là dove vive ed opera Dio Padre, Figlio e Spirito Santo (Gv 14,23)

Dal latino meditatio: esercizio, esercizio dello spirito.

Si tratta di un lavoro di assimilazione di ciò che l'orecchio ha udito, di ciò che la memoria ha ritenuto, di un masticare ed assaporare delle verità al fine di penetrarsene completamente. Tale attività meditativa va accostata all'ascesi di cui costituisce una parte essenziale.

Quando si applica questa attività di assimilazione ai contenuti della fede cristiana, si parla di meditazione cristiana: una forma di preghiera contemplativa che fa accogliere l'ineffabile **MISTERO** dell'Amore Salvante.