

Antiqua Tau

PRESENTA:

Roberto Fantini, Cesare Maramici

ESPERIENZE DI MEDITAZIONE

54 praticanti si raccontano



 Edizioni **Efesto**

“Prendendo le mosse dalla constatazione del crescente interesse che oggi giorno viene rivolto alle pratiche meditative, che possono essere di diverse matrici spirituali o anche laiche, i due autori (più entusiasta e convinto il praticante Cesare Maramici, più prudente Roberto Fantini, non praticante – e la diversa impostazione mi sembra una delle ottime idee del libro!) hanno compiuto un lungo viaggio tra “meditanti”: 54 incontri-intervista con persone che da tempo praticano convintamente la meditazione, le quali hanno raccontato le loro aspettative, le loro esperienze, le loro impressioni, i risultati ottenuti, le potenzialità insite nell’esercizio regolare e costante della meditazione. Esercizio riservato, in tempi non molto lontani, ai maestri orientali e ben poco conosciuto qui da noi.

Gli intervistati sono assai diversi tra loro: sacerdoti cattolici, responsabili di movimenti di matrice orientale, insegnanti di yoga, persone appartenenti a organizzazioni internazionali, maestri di Buddismo e maestri induisti, *sufi*, psicologi di indirizzo transpersonale, atei, teosofi, ricercatori indipendenti e altri ancora.

A tutti è stato chiesto quale sia per loro il valore e il significato della meditazione, quali tecniche mettono in atto, quali sentieri seguono, se abbiano avuto un maestro o se siano autodidatti, se la meditazione ha sortito l’effetto di cambiare in meglio la loro vita, perché hanno iniziato a meditare. In più tutti hanno fornito consigli a chi desidera avvicinarsi alla meditazione. Ne esce un quadro straordinario, e per molti aspetti sorprendente, che consente di rendersi conto che anche da noi in Italia la meditazione sta diventando una pratica nota e apprezzata, capace di far crescere le persone, di renderle più consapevoli e in grado di affrontare la vita in ogni suo aspetto, più aperte al trascendente.”

Paola Giovetti

€ 16,00

ISBN 978-88-94855-03-6



9 788894 855036

<http://www.libreriaefesto.com/edizioni-efesto.html>

<http://www.fantiniartemente.com/>