

A te
un invito alla contemplazione e alla preghiera quotidiana

*“Batto le mani e con
l’eco sorge l’alba
La luna d’estate”*

Matsuo Bashō

**Nei giorni feriali da lunedì a venerdì, dalle ore 7:00 alle ore
8:00 iniziamo la nostra giornata stando a condividere il
Silenzio dello Zazen, l’Ascolto del Vangelo, la Preghiera di Lode.**

Modalità: Praticiamo una sessione di meditazione Zen Sōtō (zazen di 30 minuti), successivamente recitiamo la liturgia delle ore (la liturgia ufficiale della chiesa cattolica) seguita dall’ascolto del Vangelo del giorno.

Luogo: Fondazione Maitreya, via Clementina 7, Roma (a poche centinaia di metri dalla Metro Cavour).

Data d’inizio: 14 novembre 2022. (C’è in cantiere anche l’idea di ritrovarsi una volta al mese, il lunedì sera, per meditare e per leggere assieme classici di spiritualità orientale e occidentale).

Animatore: Isacco Zampini, *Pontificia Università Gregoriana*, isaccozampini@gmail.com - cell. 3331316825, con il patrocinio di

“La Stella del mattino – cammino interreligioso Vangelo e Zen”

Via Palermo 11, (20121) Milano vangeloezen@gmail.com - www.vangeloezen.org - cell. 338.10111018
(p. Luciano Mazzocchi, missionario saveriano).

“La preghiera è il respiro della vita, è il luogo dove ogni azione trova il suo senso”

Papa Francesco

