

SETTIMANA

ATTUALITÀ PASTORALE

Numero: 31

Data: 2 settembre 2012

Pagina: 15



LIBRI

PRALONG J., *Combattere i pensieri negativi*, EDB, Bologna 2012, pp. 115, € 9,90.

La pace interiore è talvolta turbata dall'insorgere di pensieri, sentimenti, emozioni di cui spesso non troviamo la radice: collera, paura, tristezza, gelosia... Quando si alleano alle passioni (bramosia, lussuria, avarizia...), essi provocano una profonda inquietudine fino all'angoscia di non poterne uscire, di dover soccombere. Invece una via d'uscita esiste. L'autore di queste pagine, parroco nella diocesi di Sion (Svizzera), propone un cammino spirituale per ritrovare la pace perduta. Suggestendo come antidoti la preghiera di Gesù, la meditazione della Parola, l'esercizio della lode e l'esempio di Maria di Nazaret, egli – attingendo dai padri del deserto e dai maestri di spiritualità – traccia dei sentieri per uscire vittoriosi da questo combattimento. Non si tratta di "formule magiche", ma di medicine per l'anima che, se prese regolarmente, provocano benefici effetti. Perché non provare? (BS)