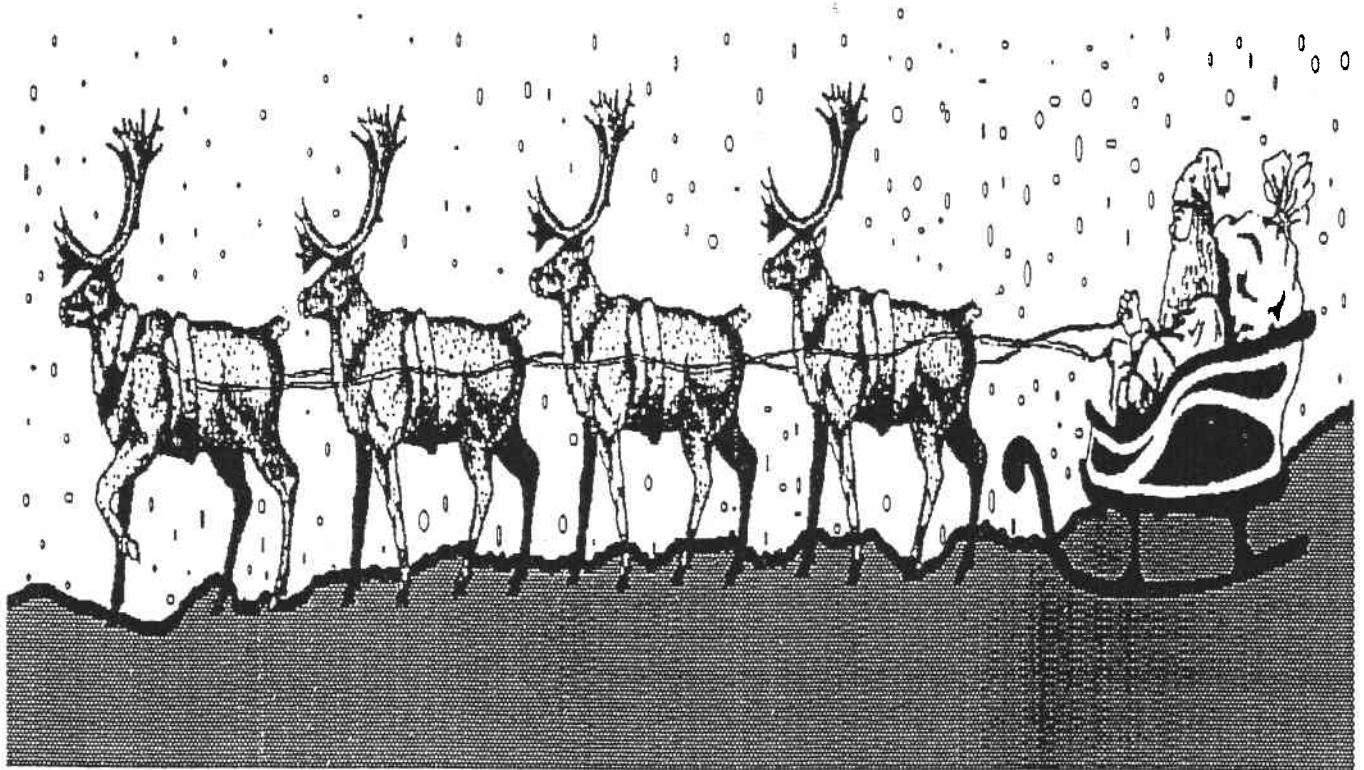


NATALE



Il mese di dicembre forse più di ogni altro è gioioso. Pur essendo un mese freddo, la natura spoglia, le giornate corte è gioioso.

Ciò deve farci riflettere. Perché? Forse perché è una attesa; attesa delle feste, attesa dell'anno nuovo, dei regali, di una mano amica.

Qualunque sia il motivo la maggior parte degli individui vive questo mese in modo più gioioso.

La commemorazione della nascita del Cristo ha una influenza positiva su di noi.

La riflessione non può

che farci comprendere che qualunque siano le situazioni esterne, con un giusto atteggiamento della mente, noi possiamo trovare la costante gioia del cuore.

E ancora per riflettere.

Che senso può avere per un ricercatore del senso della vita, la nascita del Cristo avvenuta duemila anni fa?

Possiamo proporre una fra i tanti che certamente ognuno di noi ha in mente.

Quello simbolico della nascita dell'uomo interiore, della scoperta della propria vera natura, del Divin Bambino che è sepolto in noi e attende il nostro vero Natale.

E allora si che gli angeli canteranno per noi e pastori e magi ci porteranno doni, e la gioia vera non scomparirà più né dal nostro cuore né dal volto qualunque siano le situazioni che incontriamo.

L'augurio sincero che ciò avvenga presto.

Piero

BUONE FESTE

La mia Anima

La mia anima è come una barca ferma in mezzo al mare in una notte senza luna.

Da che parte andare?

Devo osservare queste regole:

- Accendere i motori e alzare le vele, cioè: utilizzare la mia energia, essere positivo, credere nelle mie possibilità.

Togliere le ancore, cioè: lavorare sui limiti che misono creato, sulle paure,

sulle repres-

sioni,

sulle cen-

sure,

e

e

e

e

e

e

e

e

e

e

e

e

e

e

e

e

e

e

e

e

e

e

e

e

e

e

e

e

e

e

scegliere se restare così o cambiare.

E' meno facile, pur se più importante, dire cosa intendo con la frase "abbandonarsi al flusso dell'energia". La presenza del Divino, non dipende da un atto della mia volontà, la percezione dell'armonia non la posso acquistare, capire che ogni cosa che mi succede è perchè serve a me, alla mia maturazione, non la posso ottenere recitando un certo numero di preghiere, di mantra o altro. In una parola: Dio non si compra. Ma quello che posso fare è mettermi nella giusta attitudine, rizzare le orec-

chie, frequentare persone migliori di me. In India dicono che non è importante vedere un

santo, ma è importante

che il

santo

veda...
vedate. Io so per esperienza che non appena le mie mani sono raccolte a formare una coppa la fontana dell'acqua della vita la riempie sino a traboccare.

vedate. Io so per esperienza che non appena le mie mani sono raccolte a formare una coppa la fontana dell'acqua della vita la riempie sino a traboccare.

vedate. Io so per esperienza che non appena le mie mani sono raccolte a formare una coppa la fontana dell'acqua della vita la riempie sino a traboccare.

vedate. Io so per esperienza che non appena le mie mani sono raccolte a formare una coppa la fontana dell'acqua della vita la riempie sino a traboccare.

vedate. Io so per esperienza che non appena le mie mani sono raccolte a formare una coppa la fontana dell'acqua della vita la riempie sino a traboccare.

vedate. Io so per esperienza che non appena le mie mani sono raccolte a formare una coppa la fontana dell'acqua della vita la riempie sino a traboccare.

vedate. Io so per esperienza che non appena le mie mani sono raccolte a formare una coppa la fontana dell'acqua della vita la riempie sino a traboccare.

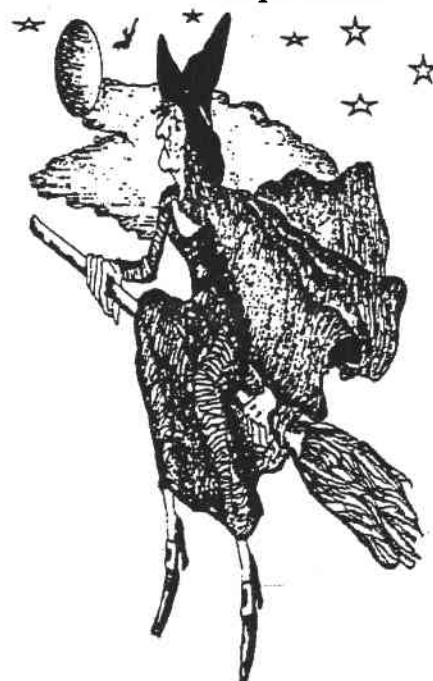
vedate. Io so per esperienza che non appena le mie mani sono raccolte a formare una coppa la fontana dell'acqua della vita la riempie sino a traboccare.

vedate. Io so per esperienza che non appena le mie mani sono raccolte a formare una coppa la fontana dell'acqua della vita la riempie sino a traboccare.

La nostra felicità

La nostra felicità dipende da quello che siamo, dalla nostra individualità, mentre per lo più prendiamo in considerazione soltanto il nostro destino, vale a dire ciò che abbiamo e ciò che rappresentiamo.

- Shopenhauer -



Renzo



Un martedì particolare

Ogni martedì sera è da me atteso con gioia e nessun altro impegno mi distoglie da questo appuntamento.

Ogni incontro col gruppo riserva sempre sorprese, emozioni, piacevoli sensazioni, un lavoro di interazione e una maggiore conoscenza della propria potenzialità e del proprio "Sè".

Nel susseguirsi di questi martedì ne è arrivato uno molto particolare, decisamente diverso dai precedenti in quanto era mancato, qualche giorno prima, all'improvviso, l'amico che ci mette a disposizione la sua palestra.

L'entrare in questo posto, credo, sia stato, per tutti coloro che conoscevano Franco, un momento di grande emozione.

Renzo, anche questa volta, ha dato il massimo di se stesso e, con la sua sensibilità, ha allentato la comune emotività. Entrando in palestra mi aveva detto che avremmo rivolto un pensiero a Franco. Mi sembrava una cosa giusta e mi aspettavo che questo avvenisse alla fine del nostro lavoro invece, durante il rilassamento guidato, dopo che ci aveva fatto nuotare in un "mare" tranquillo, rassicurante, accattivante anche per chi teme l'acqua più bassa, ci ha portato dentro ad una calda ed accogliente grotta dove c'era un'urna che conteneva delle ceneri e portava la scritta «mai nato, mai morto, ma solo di passaggio in questa terra» (Franco è stato cremato).

Credo che un miglior tributo, il nostro amico Franco, nella sua palestra dove aveva trascorso tante ore piacevoli, non potesse ricevere.

Rosanna

Ansura

*Basta una foglia per costruire un albero
e un filo d'erba basta per distendere un prato
Basta una sola goccia per disgregare il sasso
Ma quante quante foglie son cadute dagli alberi
senza formare un bosco e quanti fili d'erba si sono
bruciati al sole senza formare un campo e quante
quante lacrime sono cadute dagli occhi senza
spaccare il cuore degli uomini.*

M.L.A.M.

La mia crescita

Prima di tutto un ringraziamento speciale a tutto il gruppo che, in questi due anni, ha contribuito moltissimo alla mia crescita interiore.

Tramite questa esperienza personale e di gruppo, cerco di raggiungere la consapevolezza del mio essere che, a sua volta, mi consente di vivere serenamente accanto agli altri e di affrontare, fiducioso, i rapporti interpersonali.

Devo ringraziare, in particolar modo, Renzo il quale è un vero amico. Si è impegnato ad organizzare le serate. Tale compito, riconosco, non è da poco. Il merito va a Cristina che, con la sua presenza, ha contribuito alla riuscita degli incontri aiutandolo a trovare sempre nuovi stimoli per proseguire, nel nostro cammino di gruppo.

Sono rimasto sorpreso quando Renzo ha detto a tutti che, finito questo ciclo, avrebbe cessato.

Spero che si riposi e si ricarichi per nuovi incontri perchè, questo gruppo, non dimenticherà tale esperienza.

Un augurio e un grazie di cuore

Giovanni ZANON

DICO GRAZIE

E' stato un piacere e una sorpresa continua seguire questi "meetings" (è il primo anno che vi partecipo e spero ci siano altre occasioni per continuare).

Sono stata colpita da molte cose: la prima è stata la capacità quasi immediata di armonizzarmi in maniera incredibilmente naturale, con persone che non conoscevo, sentire l'energia sottile e lo scambio reciproco, che ci ha uniti tutti.

Altra cosa fondamentale, ho ricevuto ed elaborato moltissimi input che hanno stimolato la mia mente e i miei pensieri, facendomi soffermare su me stessa, i miei bisogni e le mie esigenze.

A cercare di concentrarmi su ciò che sento e poter intervenire in maniera positiva per migliorare situazioni e pensieri negativi.

Altri punti di riflessione li ho tratti da questo stesso notiziario, che mi ha portato (anche se ero quasi pronta...ma avevo bisogno di una piccola spinta) a chiudere una situazione della mia vita che ormai mi opprimeva e non mi faceva crescere come persona.

Perciò dico grazie alla mia migliore amica che mi ha coinvolto in questa piacevole assemblea di persone.

Dico grazie a queste stesse persone e ancora grazie a Renzo che ci ha guidato con molta sensibilità, in questo breve percorso di vita.

LUANA