

ANNO NUOVO

Ogni capodanno porta con se nuove aspettative, promesse che ogni persona si fa intimamente, ma che inevitabilmente si scontrano con una realtà spesso deludente.

C'è sempre qualcosa che ci impedisce di realizzare gli obiettivi che ognuno si pone, ciononostante ci riproviamo sempre.

Anche io, come la maggior parte delle persone mi sono fatto delle promesse: vorrei almeno per un anno essere quello che sono in realtà; senza più apparire, senza finzioni, senza eccessive maschere.

L'anno è appena cominciato e già mi accorgo di quanto sia difficile, spero di riuscirci con l'aiuto di tutti voi. Mi accorgo di essere sempre proiettato fuori della mia realtà intima, interessato più a rimpiangere il passato o a immaginare il futuro che a vivere interamente e intensamente il presente.

Perciò voglio impegnarmi a vivere ogni giorno come se fosse il primo e l'ultimo.

Fare che ogni mattina sia un giorno nuovo.

Come se cominciassi una nuova vita, e rendermi conto che questa è tutta nelle mie mani.

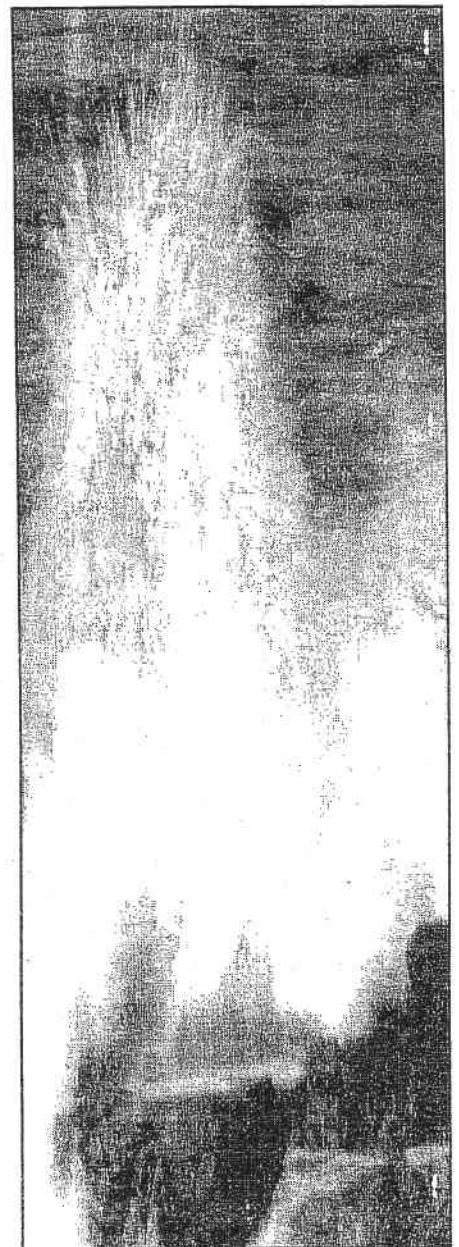
Essere in parole povere signore del mondo dei miei pensieri, delle sensazioni e delle emozioni; ed essere consapevole che tutte le altre persone hanno le mie stesse aspirazioni e meritano tutto il mio aiuto e il mio rispetto.

Questo è l'augurio che faccio a me stesso e a tutti voi.

piero

QUANDO AMATE
PROFONDAMENTE, LA
VOSTRA MENTE
CESSA DI ESISTERE
IL PASSATO NON ESISTE
SOLO IL MOMENTO
PRESENTE
DIVENTA OGNI COSA

OSTO



ascoltando musica

La colonna sonora del film **braveheart** ha il potere di rapirmi di portarmi lontano, in luoghi da favola.

Vedo davanti a me spazi verdi e sconfinati che si alterano a sinuose lingue di mare in un dolce gioco che parla di pace.

La bellezza del paesaggio non basta a trattenere la mia attenzione e alzo lo sguardo verso il cielo luminoso; non sento più il peso del corpo e inizio a levitare verso una felicità senza tempo e senza ritorno.....
 .sento solo un'eco di nostalgia per le persone che lascio..... e un vago rimpianto per le parole taciute, i sorrisi celati....
 i momenti non vissuti.

GABRIELE

PS. morale della favola:

vivere significa anche
comunicare sorridendo

HO FATTO UN SOGNO

Questa notte ho fatto un sogno
*ho sognato che camminavo sulla sabbia
 accompagnato dal Signore
 e sullo schermo della notte erano proiettati
 tutti i giorni della mia vita*

*Ho guardato indietro e ho visto che
 ad ogni giorno della mia vita , proiettato nel film
 apparivano orme sulla sabbia
 una mia e una del Signore.*

*Allora mi sono fermato e ho notato indietro
 che in certi luoghi c'era solo un'orma...
 Questi luoghi coincidevano con i giorni
 più difficili della mia vita;
 i giorni di maggior angustia,
 di maggior paura, e di maggior dolore....*

Ho domandato allora.

*“ Signore, tu avevi detto che saresti stato con me
 tutti i giorni della mia vita .
 e io ho accettato di vivere con te
 ma perchè mi hai lasciato solo
 proprio nei momenti peggiori ? “*

E il Signore mi ha risposto:

*“ Figlio mio, io ti voglio bene
 ti ripeto che sarei stato con te durante il cammino
 e che non ti avrei lasciato solo neppure per un attimo
 e non ti ho lasciato
 i giorni in cui tu hai visto solo un'orma sulla sabbia
 sono i giorni in cui ti ho portato in braccio “*

anonimo brasiliano



A CUORE APERTO

*d*a quando ho chiesto a SWAMI di aprirmi il centro dell'amore e della bontà sto subendo una vera e propria rivoluzione interiore.

Non provo più gli interessi di un tempo; tutto quello che fino a due mesi fa riempiva efficacemente la mia giornata, ora mi annoia: dal bricolage alla televisione, dal collezionismo alla settimana enigmistica, ecc..

Da quando sono tornato dall'india, sento spesso il desiderio di aprire il cuore alle persone con le quali ci sia anche solo una minima affinità spirituale, aprire il cuore per offrire e ricevere, per confidare ed ascoltare, in un dolce scambio ispirato da affetto e da grande rispetto.

Perchè tutto ciò mi disorienta, fino a farmi provare una profonda sofferenza?

Perchè non riesco a viverlo come un dono che ho chiesto e ottenuto a Puttaparty?

Perchè non riesco ad accettarlo come un positivo momento di cambiamento e di crescita?

Le prime risposte che mi vengono da dare è che non so descrivere quello che mi sta capitando, che non so più che cosa voglio e che la vita che faccio mi va stretta.

Sono spesso con la testa fra le nuvole a fantasticare dialoghi che nascono dal cuore, con le persone più diverse.

Ecco perchè, da qualche tempo, ho finito con lo scrivere a tutte le persone più care.

Credo di poter quindi dire una cosa, ho un gran bisogno di vivere l'amicizia e gli affetti.

Questo mio nuovo cuore chiede prepotentemente di nutrirsi di solidarietà, intima intesa e profonda affinità di ideali.

Penso pertanto che mi dedicherò presto al volontariato, anche perchè se l'essere non diventa azione, è veramente? E a che vale?

GABRIELE

XX



DESIDERIO

Fa che il tuo desiderio sia il desiderio di tutti ;
chi nulla desidera è il più ricco degli uomini
poichè ha già ciò che gli altri cercano
appagando i loro desideri.

Se desideri sapere, sappiti istruire
ma non ti istruire per essere considerato un maestro
e per ciò essere amato;
piuttosto ama !

Non adorare i morti per quanto degni possano essere stati,
anche questa è una forma subdola di desiderio,
ama i vivi, ma non far dipendere da essi la tua felicità,
infelice l'uomo che fa dipendere dagli altri la sua gioia.

Non aver paura del dolore,
se non sai nulla della sofferenza,
cosa puoi sapere della felicità ?
Se non hai patito un sopruso,
cosa puoi sapere e come puoi amare la giustizia?

Ricorda : l'uomo deve conoscere la felicità e il dolore,
il bene e il male,
per essere al di là di essi !!.

Maestro Orientale



IL TARASSACO

Pianta diffusa e conosciutissima
Ha fiori gialli a capolino, foglie
dentate , radice dura, bianchic-
cia e sugosa.

E' uno splendido esempio di
cura naturale e semplice, es-
sendo il tarassaco una pianta
medicinale preziosissima .

Come azione principale ha un
importante effetto diuret-
tico, dell'apparato digerente e
del sangue , ma è anche un
ottimo disintossicante del fe-
gato.

Quindi, come diuretico, ha be-
nefici effetti in alcune forme
reumatiche, idropiche e gottose
Come disintossicante e depura-
tivo è ottimo nelle malattie del
ricambio e del fegato.

Per essere semplici diremo che
è ottima cosa usarlo come in-
fuso o al limite come decotto a
fine inverno e in autunno, nel
cambio delle stagioni, pressa-
poco verso gli equinozi, per de-
purare e rinfrescare tutto l'orga-
nismo e mantenersi così più gio-
vani evitando un sacco di pic-
coli disturbi derivanti dal so-
vraccarico dell'organismo.

L' azione sul fegato viene raf-
forzata col decotto di radici.

Si fa bollire, si filtra e si beve
tiepido (due tazze grandi al
giorno).

La depurazione è assicurata.
piero

