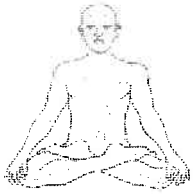


Gocce di Armonia

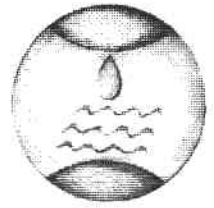
<http://utenti.lycos.it/GocceDiArmonia/>



Anno VIII — N° 66

Giugno 2004

E-mail: goccediarmonia@lycos.it



Il senso della vita

Tu avrai capito la vita non quando farai il tuo dovere in mezzo agli uomini, ma quando lo farai nella solitudine .

Non quando, pur raggiunta la notorietà, potrai avere una condotta esemplare agli occhi degli uomini, ma quanto l'avrai e nessuno lo saprà , neppure te stesso .

Non quando tu farai il bene e ne vedrai gli effetti, ma quando lo farai e non ti interesserà avere gratitudine, né conoscere l'esito del tuo operato .

Non quando tu potrai aiutare efficacemente e disinteressatamente, ma quando aiuterai pur sapendo che il tuo aiuto a nessuno serve, nemmeno a te stesso .

Non quando ti sentirai responsabile di quanto fanno i tuoi simili, ma quando conserverai intatto il senso della tua responsabilità, pur sapendo di essere l'unico uomo al mondo .

Non quando avrai compreso che gli uomini hanno tutti gli stessi tuoi diritti, ma

quando tratterai l'essere più umile della terra come se fosse colui che ha nelle sue mani le tue sorti .

Non quando amerai i tuoi simili, ma quando tu stesso sarai i tuoi simili e l'amore .



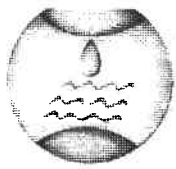
Quando avrai capito che sono le tue limitazioni che rendono diversi, soli, divisi e ciononostante amerai il tutto di un amore impersonale e privo di passionalità, allora trascenderai la condizione umana, a te non più necessaria, e

vivrai unicamente della comunione dei santi

Kempis

P.S.: per quanto tu possa fare, se la tua meta non è questo stato, il tuo sarà solo un intrattenimento, un diversivo, un modo piacevole o ingannevole di trascorrere la vita.

(Testo proposto da Piero Lamon)

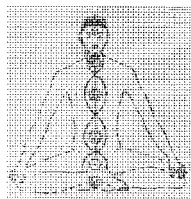


Cesclans (UD) Full-Immersion dal 16 al 20 giugno 2004

Programma

Mercoledì

- ॐ Sistemazione della casa
- ॐ n. 1 meditazione

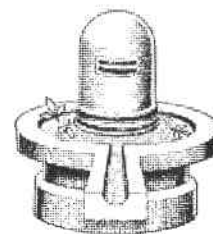


Giovedì

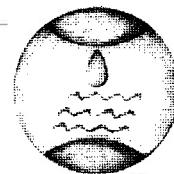
- ॐ n. 2 meditazioni
- ॐ studio degli yogasutra di Patanjali (2 momenti)
- ॐ massaggio del piede.
- ॐ passeggiata
- ॐ meditazione notturna 'fuori dal mondo'.

Venerdì

- ॐ Arathi mattutino
- ॐ n. 2 meditazioni
- ॐ studio degli yogasutra di Patanjali (2 momenti)
- ॐ canto
- ॐ passeggiata
- ॐ meditazione notturna nel bosco.



(Continua a pagina 3)



Sabato

- ॐ n. 2 meditazioni
- ॐ studio degli yogasutra di Patanjali (1 momento)
- ॐ massaggio del piede
- ॐ incontro con Swami Sarvadananda
- ॐ japa-mantra notturno



Domenica

- ॐ n. 1 meditazione
- ॐ verifica dell'anno trascorso/progetto per l'anno prossimo.

N.B.; Nel corso delle giornate altre tecniche saranno proposte in relazione alla atmosfera che riusciremo a creare.

Pur consapevoli che il silenzio interiore non scaturisce automaticamente dal fatto di sedersi a gambe incrociate, è certo che l'atteggiamento verso le pratiche proposte influenza la mente.

Per questo, nel rispetto di ogni stato d'animo e situazione personale, l'invito e l'augurio è che, nel partecipare alla Full-Immersion, ognuno sia così centrato in se stesso da essere ispiratore e modello per gli altri.

Il ritratto della persona vincente

Ciascuno nasce con la capacità di realizzare il progetto della propria vita, di essere un vincente. Quando si dice vincente non si intende uno che fa perdere gli altri, ma che sa reagire in modo autentico, che è credibile, degno di fiducia, sensibile, genuino. Perdente, invece, è colui che, in una parola, non è autentico. È ciò che intendeva Martin Buber con l'esempio del rabbino, al quale in punto di morte fu chiesto se era pronto per andare all'altro mondo: «Sono pronto — disse il rabbino — perché dopo tutto non mi verrà chiesto perché non sei stato Mosè, ma solo, perché non sei stato te stesso». Si tratta di piccoli passi: nel momento stesso in cui uno si mette in azione per essere vincente, le sue possibilità di diventarlo aumentano. Il "vincente" conosce i propri limiti, vive le proprie responsabilità; più che al successo mira all'autenticità. Non si forma un'immagine ideale di se stesso; non recita; non manipola

né se stesso né gli altri. Non si lascia distruggere dagli errori; ascolta, senza lasciarsi condizionare. Sa che c'è un momento e una stagione per ogni cosa: conosce il passato, aspetta fiducioso il domani, ma vive nel "qui ora". Non si spaventa per i propri limiti e contraddizioni. Ama la vita così com'è. Si interessa degli altri, senza isolarsi. Affronta i problemi secondo le concrete possibilità personali.

Il perdente, invece, dà la colpa agli altri; vive come dipendente, senza assumersi le proprie responsabilità; manipola se stesso e gli altri. Non fa che parlare di successo, con ansia. Razionalizza tutto; è verboso, ripetitivo. Non sa autenticamente amare; non riesce a costruire intimità. Si sente annoiato, sconfitto. Non fa che costruire la propria gabbia, su questi tre ritornelli: *se soltanto* avessi avuto dei genitori migliori, avessi sposato un altro, facessi un lavoro diverso, fossi stato più ricco, fossi stata più bella...; *quando* arriverà il mio mo-

mento, i figli saranno cresciuti, giungerà il principe azzurro, o la donna ideale, creperà il capo...; *cosa mi succederà* se perdo il lavoro, se divento pazzo, se mi butto nella mischia, se mi rompo una gamba, se sbaglierò, se non piacerò... Il perdente perpetua il ruolo dell'infanzia. La sua vita non è quella che poteva essere. Il suo potenziale rimane come assopito.

J. Muriel—D. Jongeward, *Born to win* (quarantesima edizione americana); trad. italiana, *Nati per vincere*, Paoline, Roma 1992.

Tratto da *A piedi* - Condizione necessaria per entrare nelle cose. Padre Silvio Zarattini. Edizioni Messaggero Padova.

