Tempo di vacanze, tempo di riflessioni

Durante la pausa estiva si tende a pensare in modo diverso, si cerca di riposare corpo e mente, si ha quasi la tendenza a rimuovere pensieri collegati ai lunghi periodi di impegno continuo scanditi dal tempo invernale ed a dedicarsi a quei pensieri occasionali che scaturiscono con la bella stagione ed i minori impegni quotidiani. Come se si vivessero realtà parallele, collegate solo dal fatto che son parte di un'unica entità, cioè noi stessi.....

Consiglio a tutti di fare cose diverse e che comunque creino forti interessi. Partecipate a qualche seminario, a qualche corso d'arte o di qualsiasi altra cosa che vi possa affascinare. Mantenete alta la soglia della vostra curiosità e non assopitevi completamente dietro la scusa della stanchezza e del desiderio di riposare. La nostra mente sa riposare in attività e ogni cosa che la sollecita con interesse la rilassa e la rigenera. Fare cose per dovere stanca. Farle per piacere emoziona e fa star bene. Siate curiosi in attesa della ripresa dei vostri impegni autunnali e cercate tutto ciò che possa collegare i vostri interessi in modo da generare esperienze ed arricchimenti preziosi per altri periodi di vita. Per concludere, oltre a stimolare tutti i praticanti di arti marziali e non solo (!)Â a non "dimenticarsi" del tutto quanto studiano, invito tutti a fare qualche seduta di allenamento estivo, magari in uno stato mentale più rilassato eÂ vi lascio augurandovi una buona estate accompagnati da un bellissimo passo di Gibran che dovrebbe aiutarci a ponderare su noi stessi e l'universo che ci circonda....
Buone vacanze e buone riflessioni.....
Osu
Sensei

Nell' ombra del tempio vedemmo, il mio amico ed io, un cieco che sedeva in disparte.
E il mio amico disse: "Guarda,l'uomo più saggio della nostra terra".
Lasciando il mio amico mi avvicinai al cieco, salutandolo. E prendemmo a parlare.
Poco dopo dissi: "Perdona la mia domanda: da quanto tempo sei cieco?"
"Dalla nascita" rispose.
Dissi io: "E quale sentiero di sapienza percorri?"
Disse lui: "Sono astronomo".
E appoggiando la mano sul petto disse: "Scruto questi soli, lune e stelle".

(Kahlil Gibran)