<h1>In mezzo ai mercanti del sonno </h1> &#65533; LA CONSAPEVOLEZZA CHE PORTA ALL'AZIONE &#65533; I mass media e il sistema politico-industriale ci rinchiudono in una prigione, facendoci continuare a pensare, vedere e agire sempre nello stesso modo. Sta a ognuno di noi, a livello individuale e collettivo, liberarci da questa prigione di opinioni, paura e violenza.   Thich Nhat Hanh, monaco buddhista
 &#65533;

Il 22 gennaio scorso &#65533;morto all&#65533;et&#65533;di 95 anni Thich Nhat Hanh, monaco buddhista nato in Vietnam, grandissimo maestro di meditazione, scrittore, poeta, filosofo ha fondato la rete di monasteri di Plum Village. Attivo pacifista, negli anni '60 e '70 il suo impegno contro la guerra e le prese di posizione nei confronti dei governi sia del Vietnam del Nord sia del Vietnam del Sud, oltre che degli Stati Uniti, lo avevano costretto a lasciare il suo Paese.
 E&#65533; autore di circa 130 libri, dedicati in gran parte all&#65533;arte della consapevolezza, sviluppata con la pratica della meditazione. Una condizione che non porta all'isolamento, ma al contrario ad un ruolo pi&#65533; attivo nel rapporto con il mondo. La meditazione, sostiene il maestro pi&#65533; volte citato da Jacques Vigne, non &#65533;una fuga dalla societ&#65533; ma &#65533;un tornare a noi stessi e vedere quello che succede. Una volta che si vede, ci deve essere azione. Con la consapevolezza sappiamo cosa dobbiamo e non dobbiamo fare per aiutare.
 Nel libro &#65533;La scintilla del risveglio&#65533; troviamo parole molto adatte al periodo in cui viviamo:
 &#65533;Quando la paura si fa collettiva, quando la rabbia si fa collettiva si corrono grandi pericoli: diventano forze travolgenti.
 (&#65533;) Ti puoi esprimere alla luce della verit&#65533; anche se la maggioranza non ha visto la verit&#65533;che tu hai gi&#65533;percepito sei abbastanza coraggioso per andare avanti; e una minoranza che vede la verit&#65533; che &#65533; risvegliata, pu&#65533;modificare totalmente la situazione. Proprio come la nostra coscienza individuale &#65533;creata e influenzata dalla coscienza collettiva, pu&#65533;a sua volta influenzare la coscienza collettiva, anzi contribuire a generarla.
 (&#65533;) I singoli individui e i piccoli gruppi possono scoccare la prima scintilla di un cambiamento di coscienza; se sentiamo di avere una visione profonda in grado di farci uscire dalla difficile situazione attuale dobbiamo avere il coraggio di esprimerci apertamente pur essendo in minoranza. (&#65533;) Vi invito a far sentire la vostra voce in modo da potervi unire agli altri. (&#65533;)&#65533; &#65533; <a href="it/negozio-libri/detail/1-esse/flypage_new/83-neurobiologia-della-meditazione?sef=hcfp"

target="_parent">
 •
 <hr width="80%" size="1" />
 <h2 style="text-align: center; display: block; margin: 0px; padding: 0px; color: #202020; font-size: 22px; font-style: normal; font-weight: bold; line-height: 125%; letter-spacing: normal" class="null">PERCEPIRE IL MONDO PER ESSERE GIUSTI</h2> • A noi, dei subalterni, •affidata la creazione; grazie a noi, se siamo vigili, un giorno il mondo sar•creato. Perci• amici, passate senza fermarvi in mezzo ai mercanti del sonno, e se vi fermano, ditegli che non cercate n•un sistema n•un letto. Non smettete di esaminare e di comprendere e lasciatevi dietro tutte le vostre idee, bozzoli vuoti e crisalidi rinsecchite. Leggete, ascoltate, discutete, giudicate; non temete di far vacillare i sistemi; camminate sulle rovine e rimanete bambini.
 Alain (•ile Auguste Chartier) •
   I mercanti del sonno: con questo discorso Alain (•ile Auguste Chartier), insegnante di Simone Weil, si rivolgeva ai propri allievi del liceo parigino Condorcet in occasione del diploma finale. E concludeva con un invito che •anche un augurio: •esercitatevi a percepire il mondo per essere giusti•. •Troverete sul vostro cammino ogni tipo di mercanti del sonno. I pi• abili vendono un sonno in cui i sogni sono proprio il mondo. Per quale motivo, quindi, svegliarsi?
 Vi diranno che il reale •ci•che • che non lo cambierete in nulla e la cosa migliore •accettarlo senza problemi.
 Ad ogni momento potete dormire o rimanere svegli e comprendere: il mondo ammette tutte e due le scelte.•
 Ancora scuotono queste parole e comprendo il cammino che hanno fatto nella mente e nel cuore di Simone Weil al punto di farle dire: •Non potrei desiderare di essere nata in un•epoca migliore di questa, in cui si •perduto tutto•• (dall•introduzione di Michela Bianchi).

 •