

In mezzo ai mercanti del sonno

LA
CONSAPEVOLEZZA CHE PORTA ALL'AZIONE

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

Il 22 gennaio scorso è morto all'età 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.

È autore di circa 130 libri, dedicati in gran parte all'arte della consapevolezza, sviluppata con la pratica della meditazione. Una condizione che non porta all'isolamento, ma al contrario ad un ruolo più attivo nel rapporto con il mondo. La meditazione, sostiene il maestro più volte citato da Jacques Vigne, non è una fuga dalla società ma 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 *La scintilla del risveglio* troviamo parole molto adatte al periodo in cui viviamo: Quando la paura si fa collettiva, quando la rabbia si fa collettiva si corrono grandi pericoli: diventano forze travolgenti.

(♦) Ti puoi esprimere alla luce della verità anche se la maggioranza non ha visto la verità che tu hai già percepito sei abbastanza coraggioso per andare avanti; e una minoranza che vede la verità che è risvegliata, può modificare totalmente la situazione. Proprio come la nostra coscienza individuale è creata e influenzata dalla coscienza collettiva, può a sua volta influenzare la coscienza collettiva, anzi contribuire a generarla.

(♦) 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. (♦) Vi invito a far sentire la vostra voce in modo da potervi unire agli altri. (♦)

it/negozio-libri/detail/1-esse/flypage_new/83-neurobiologia-della-meditazione?sef=hcfp

target="_parent"></div>
<p> </p><p>◆
</p><hr width="80%" size="1" /><p> </p><div>
</div><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><p>◆</p><div align="left">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)</div><p>◆
</p><p> </p><div><div style="text-align: justify"> <div align="left">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◆.</div> <div align="left">◆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).</div> </div></div><div>
</div><div>
</div><p>◆</p>