

San Biagio, 27 maggio 2017

Scorrere

Qui a San Biagio facciamo il sanzen in una ex-chiesa e riusciamo ad adattarci a tante situazioni. Abbiamo fatto delle sesshin nell'eremo, sanzen in una roulotte e all'aperto nel bosco. La nostra essenza si può esprimere in qualsiasi situazione.

Il nostro zen, povero ed essenziale, riusciamo a farlo vivere ovunque e siamo capaci di adattarci come l'acqua che scorre e come le nuvole nel cielo, cambiamo forma senza mai perdere la nostra vera forma. Questo lo facciamo da soli e insieme.

Nella nostra vita, stando attenti, possiamo intercettare il momento in cui abbiamo difficoltà a scorrere, a vedere la sofferenza di non lasciare andare, di essere attaccati ad una immagine di noi che in qualche modo ci impedisce di vivere pienamente.

Possiamo accorgerci di avere un'immagine di noi stessi nelle situazioni in cui ci sentiamo offesi, frustrati, quando siamo giudicanti verso di noi e verso gli altri, occasioni che capitano tutti i giorni.

Mantenere la capacità di fluire ad occhi aperti e chiari è una delle libertà che ci dà questa pratica, per gustarci la vita nella sua profondità e leggerezza. ✨