

Titolo categoria: Articoli e riflessioni | Titolo articolo | Saṅgha – il legame del profondo nel profondo



Lo Yoga non è soltanto un insieme di movimenti: è qualcosa che ti attraversa e ti guida verso una direzione che esiste, *nell'atto stesso di cercarla*.

Le āsana sono forme che entrano in dialogo con i tuoi bisogni, traiettorie che possono sembrare isolate, ma che – come linee invisibili – portano sempre in un punto in cui convergono.

La Meditazione è *una fame, una sete* che non riguarda solo il capire, ma il cogliere i significati che affiorano nel campo silenzioso della mente.

Da questo intreccio nasce il *Saṅgha* (la comunità di praticanti buddisti, sia monaci che laici, che seguono gli insegnamenti del Buddha). .

Non si sceglie chi.

Non si sceglie come.

Ognuno entra con il respiro della propria esperienza, portando con sé il proprio cammino.

E accade che non tutti i fili reggano: alcuni si spezzano, altri si allentano, si lasciano andare. Così come tutte le relazioni, anche nel *Saṅgha* si costruisce e a volte si cede.

E proprio nelle interruzioni non c'è fallimento: solo un'altra forma di appartenenza che non ha bisogno di partecipazione costante per esserci.

Chiunque abbia sfiorato anche solo un istante di verità nella propria pratica resta parte del e nel *Saṅgha*, vicino o lontano che sia.

Perché c'è un filo che non chiede di essere visto, eppure è sempre lì: un sapere-silenzioso che tiene insieme: *ed è questo un legame del profondo nel profondo.*

Quando siamo *Saṅgha*?

Siamo *Saṅgha* del mondo e nel mondo.

Siamo *Saṅgha* come attitudine interiore.

Siamo *Saṅgha* nella nostra consapevolezza.

Buona pratica!

