

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 convergere.

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!

