



Il viaggio

La partenza

Il saluto

Il cammino

La ripartenza

Il primo pensiero, figlio della mente, ci porta alla partenza e all'arrivo, non al cammino di per sé. La mente ci lega ad una partenza che è già avvenuta e ad un arrivo che non c'è creando obiettivi, speranze e aspettative, fertile terreno per potenziali delusioni.

Ogni giorno la mente si confronta e ci spinge a lottare con un passato e un futuro che non esistono: esiste solo il presente.

Riscoprire e valorizzare il presente e quindi il cammino, vivendo ogni istante come nuova partenza e arrivo, accettando quello che ci offre la vita come esperienza per sperimentare sé stessi.

