

Abhinivesha

Uno dei cinque klesha o “afflizioni” secondo gli Yoga-sutra. Tradotto normalmente come attaccamento alla vita o timore della morte, indica la paura di qualcosa di cui non si ha esperienza. L’ansia di controllo, il timore dell’imprevisto e di ciò che è sconosciuto, blocca, impedisce di stare davvero nella vita, di percorrere il cammino godendone i tratti meravigliosi che spesso ci pone davanti agli occhi.

In questa stagione di paure ho incontrato la poesia che desidero condividere.

Buona lettura

Paola D'Altoè

GUIDO GOZZANO - LA DIFFERENZA

**Penso e ripenso: - Che mai pensa l'oca
gracidante alla riva del canale?
Pare felice! Al vespero invernale
protende il collo, giubilando roca.**

**Salta starnazza si rituffa gioca:
né certo sogna d'essere mortale
né certo sogna il prossimo Natale
né l'armi corruscanti della cuoca.**

**- O papera, mia candida sorella,
tu insegna che la Morte non esiste:
solo si muore da che s'è pensato.**

**Ma tu non pensi. La tua sorte è bella!
Ché l'esser cucinato non è triste,
triste è il pensare d'esser cucinato.**



SHANTI MARGA
Centro Yoga

