



Praticare, meditare dovrebbe essere cambiare la propria mente, trasformarla in positivo...coltivarsi nel vivere...imperativo di cambiare questo aspetto cognitivo disfunzionale

Saggezza-Metodo...

Spesso si pensa che basti la pratica per diventare migliori: faccio i kata, i kihon...ma guardando bene, non è: cambiato nulla la predisposizione negativa è sempre lì, bella radicata.

Meditare è usare l'intelligenza positiva che volge lo sguardo al proprio interiore....

La sfida che ho avuto nel costruire il rapporto d'amicizia con Davide è la metafora del rapporto che vorrei con il mio Shanga della Fikta.

Una sfida nata a colpi di curiosità, ironia, provocazioni...discorsi seri...sempre nell'ottica di condividere...capire...

Contro tutti i pronostici Davide è nuovamente riuscito ad offrire un momento evolutivo per gli studenti di Sensei Shirai ..per la Fikta e non...  
Si perchè si parlava di etica....tema caldo...

E non aggiungo altro ..ognuno per il suo grado evolutivo e la sua intelligenza emotiva tirerà le sue conclusioni che saranno o positive o negative, mettendo a nudo la propria immagine interiore.

Grazie Davide

Massimiliano Ferri