

Si è conclusa da poco questa due giorni con il Maestro Ghesce Tenzin Tenphel Oltre al piacere immenso di ricevere anche quest'anno la visita del maestro è anche l'anno per festeggiare l'ottantesimo compleanno del Lama.



In questa occasione mi è stato chiesto da Stefano Antichi di collaborare per il buon fine di questa visita Veneziana e così mi ritrovo alla stazione ad aspettare altri ospiti provenienti dall'India il Maestro si chiama Lobsang.

Ghesce Tenzin Tenphel arriva nel primo pomeriggio, con lui ci sono Anna, Massimiliano e Sonam, simpaticissimo ex monaco. Veloce andata in albergo da

Adriano e poi al vaporetto per andare al Padiglione Tibet ci ha raggiunto anche Chiara, una signorina conosciuta a Pomai qualche anno fa e che, grazie a Facebook, ci si scambia ogni tanto qualche complimento. Al padiglione Tibet si discuterà di Etica Laica trovo già Stefano seduto nell'auditorium. Il caldo è insopportabile, le gocce di sudore mi fanno decidere di assecondare il problema e far fare alla natura della mediazione. Il respiro si rallenta e una sorta di lucido ascolto mi fa scoprire il pensiero del Maestro. Anna traduce con un filo di voce e l'attenzione sale ancora di più non è colpa sua ma dell'assenza dell'impianto di diffusione!

Ghesce parla di Etica, non menziona mai la religione, la sua lezione ci fa intendere che la mente deve essere concentrata e indirizzata alla risoluzione e comprensione dei problemi etici che la vita ci impone di affrontare. Negatività e volontà distruttive così care al mondo moderno devono essere comprese e rimosse grazie all'educazione della propria mente e al modificare dei nostri proponimenti.

Alla fine dopo qualche foto di rito raggiungiamo il ristorante da Gianni alle Zattere ceniamo tra una battuta e l'altra e il buon cibo" Massimiliano si mangia un piattino di linguine con scampi e cozze da leccarsi i baffi" il tempo scorre, arrivano quasi le dieci di sera, il Maestro è stanco e così pure Massimiliano ma Anna e Sonam insieme con altri ragazzi di Treviso mi chiedono di accompagnarli a San Marco. La passeggiata mi distende e mi aiuta a rilassarmi ancora di più. Fa ancora caldo!

I miei ospiti rimangono estasiati dalla bellezza di questa città di mare e, citando Massimiliano che dice: "Tra oriente e occidente; tra sacro e profano; tra musei e bancarelle; tra donne bellissime e anziane signore.

Anche questa è Venezia..."

Arrivati a San Marco, un breve saluto, qualche raccomandazione sulla strada da fare e ci si dà appuntamento per la mattina successiva.

Chi mi conosce sa che dormo poco ma è stata una notte infernale, tra il caldo, la mia zanzarina "le sorelle le ho mandate in ricognizione nelle stanze di Ghense, Massimiliano, Sonam, Anna e Chiara" una sola per stanza, soffrissero un po' pure loro!! Comunque sembra che nella mia camera da letto ci sia una festa gli altoparlanti e le voci di un disk jockey già alterato dalla mezzanotte il mio riposo diventa impossibile e così alle 5 di mattina mi ritrovo in divano a pensare a cosa ancora mi manca da fare:

- Ricordarsi che Denise è celiaca e che devo informare la cuoca di fare attenzione con almeno il primo;
- Ricordare il riso e patate per il Maestro
- La tovaglia bianca sul tavolo della palestra

A questo punto decido di andare direttamente in palestra a rassicurarmi sia tutto a posto.

Un bel giro in vaporetto all'aria aperta mi sveglia definitivamente, la mente è reattiva, salgo, controllo e già che ci sono mi stendo sul nudo pavimento a riposare almeno un po' in quella pace che è il mio Dojo. Bello, lucido in faccia alla laguna silenziosa ancora per un po'.

Scendo e vado in ristorante, un bel caffè offerto da Donatella e una definitiva occhiata al menu (alla fine mi sono reso conto che avevo la Rizzo Fosca vegetariana e che voleva anche lei il riso con patate, pure Stefano....) vabbè l'errore ci sta in fin dei conti sono rimasto solo in questa organizzazione. Monica mi aiuta ed è la sola atleta presente. Claudio e Claudia presi dal lavoro non sono presenti ma il loro aiuto è stato fondamentale, gli altri.... Desaparecidos ma non importa.

Quando arrivo al Guerrini sono tutti ben svegli e pronti si parte per il Mushotoku Shirai Ryu.



Trovo Monica ad attendermi e numerosi ospiti la sorpresa è il mio ex fisioterapista Gianni, vedo Diego sempre più giovincello, arriva anche Roberto e Simonetto con famiglia al seguito, altri di cui non so il nome ma non importa la sala si riempie e il Maestro inizia a parlare sulla Motivazione, Anna prontamente traduce, non serve l'impianto ci sentiamo benissimo e dalla terrazza arriva una dolce brezza, siamo al Mushotoku!

Parlare di motivazione sembra semplice ma in realtà motivarsi significa prefiggersi degli obiettivi, motivazione può essere perseguire la felicità, la benevolenza, la sopportazione, l'amore per l'altro e la ricerca interiore del proprio benessere attraverso l'uso preciso della mente, una mente reattiva e analitica. Per me è dirigere la mente.



Il Maestro ci invita a trovare un metodo per arrivare a coltivare la mente. IL meditare per meditare non ha scopo crea confusione, meglio addestrare la mente alla risoluzione o all'accettazione della non risoluzione. Il pericolo è l'attaccarsi ai credi mentali e alle proiezioni che la mente alle volte propone come strumento risolutore la mente mente, alle volte. Ripete tantissime volte che l'essere umano è intelligente e

anche l'intelligenza va adoperata per risolvere, per stare bene per Ritrovarsi ad uno stadio dove il tutto diventa positivo con uno sguardo alla propria interiorità intelligente.

La mia domanda diventa impellente, è una domanda non molto complessa e sono felice che alla fine il mio modo nel gestirla e cercare di risolverla sia considerato opportuno.

Ora andiamo al cerchio a pranzo. Tutto o quasi vegetariano, solo l'occhiata di disappunto di Fosca mi fa capire che non l'ho pensata a sufficienza.

Ringrazio tutti ma proprio tutti in particolare Massimiliano che con la sua amicizia costante

Ringrazio *Ghesce Tenzin Tenphel* per la sua educazione, per le sue risate e per la bella persona che è.

Davide