



Una calda domenica mattina a Venezia ci ha accolto per questo secondo incontro con il maestro Tenphel.

Mi hanno accompagnato Vania, appassionata di cultura orientale e Lara, mia figlia di dodici anni, non è stato facile per lei affrontare due ore di seminario sulla “motivazione”.

Chi si aspettava delle ricette facili e precostituite forse sarà rimasto deluso, il Maestro ha affrontato il tema indicato da un'altra prospettiva , *introducendo concetti come coltivare un'aspettativa di benevolenza , favorire una maggiore apertura verso le persone che frequentiamo, educare la mente verso delle attitudini positive.*

Ricordo con piacere la sua interpretazione della meditazione intesa non come un astrarsi dalla vita reale ma un coltivarsi nel vivere quotidiano, un calarsi nei problemi per cercare di risolverli.

Alla fine del seminario un pensiero è andato ai ragazzi che praticano del dojo dove insegno, mi sono chiesto come potrei aiutarli dopo la delusione di una gara andata male ?

Come potrei fare per far ritornare una motivazione forte, per essere di nuovo protagonisti ed entusiasti della loro pratica ?

Alberto Simonetto