

Carissimi allievi,

vorrei condividere con voi alcuni illuminanti pensieri che ho ricevuto dal mio insegnante Alberto Stipo. Come potete vedere egli ci porta alla riflessione senza però mai dimenticare una buona dose di leggerezza e di simpatia.

Mi auguro che queste sagge parole vi accompagnino durante questo anno yogico appena iniziato e siano spunto per dedicare tempo alle cose veramente importanti.

DETTI IRLANDESI

Non puoi scegliere il paese dove nascere, non puoi scegliere il colore della tua pelle, non puoi scegliere i parenti, ma puoi scegliere gli amici.
Vivere vuol dire scegliere, decidere che cosa fare, ogni giorno.

Trova il tempo per giocare: è il segreto dell'eterna giovinezza.
Trova il tempo per leggere: è il fondamento della saggezza.
Trova il tempo per l'amicizia: è la strada della felicità.
Trova il tempo per sognare : è attaccare il tuo carro a una stella.
Trova il tempo per amare ed essere amato: è il privilegio degli dei.
Trova il tempo per aiutare gli altri : la giornata è troppo breve per essere avari.
Trova il tempo per ridere : è la musica dell'anima.

In Paradiso non c'è la birra, ed è per questo che beviamo qui.

Un grande abbraccio a tutti voi
Rita



il tiglio e la luna

Centro Yoga - A.S.D