CARTOLINE DA MEDITAZIONE

- pillole per testa e cuore -

C'erano una volta le cartoline, occasione di scrittura sintetica per parlare al cuore di qualcuno. Queste si basavano su di una struttura precisa che richiedeva concentrazione per perseguire lo scopo di parlare al cuore, oltre che alla testa. I buoni scrittori meditavano il testo e lo sfornavano come dei figli, sicuri di ammaliare chi l'avrebbe letto. Nel mio piccolo ho ripreso quest'abitudine trasformando le cartoline in meditazioni: ogni giorno una, prima di dormire, al mare sotto l'ombrellone o in un eremo a pregare. Non meditazioni teoriche, ma molto pratiche: la natura meditativa di questo volume non è ascetica, ma di riflessione sulle tante cose del mondo che possono e devono essere cambiate. Posologia: da leggere a piccoli sorsi, ogni giorno una meditazione; poi immergetevi nel silenzio e fare emergere la reazione della vostra anima. Effetti collaterali: possibile smania di cambiare le cose. Controindicazioni: nessuna. Ticket: esente.

Ugo Albano, assistente sociale, giornalista, formatore, marito e padre. Ha tanti difetti ma di sicuro un pregio: sa osservare. Così come i vecchi scrivani, passa dal vedere allo scrivere col preciso scopo di essere fedele narratore non solo dei fatti, ma anche dei significati, spesso nascosti, degli agiti umani. Amante della sintesi giornalistica si spinge, con questo testo, a portare a livello di meditazione i tanti aspetti della vita. E' un seduttore ed ammaliatore dell'anima umana: se con questo libro c'è riuscito, fateglielo sapere: ugo.albano@libero.it