



# Ma che qual è l'Ultimo dei miei problemi?

Quello che questo corso si propone è di farti occupare di un aspetto della tua vita che normalmente **tralasci** e di farti scoprire come intervenire in quell'ambito sia quanto di meglio tu possa fare per il tuo bene.

Ma... ti starai chiedendo...

Ma quale è davvero "l'ultimo dei problemi" di cui si parla in questo corso?

Prendiamoci del tempo per arrivarci gradualmente.

Prima bisogna **"sentire la sete"** (esegui la meditazione con questo titolo). Bisogna capire quanto si desidera stare meglio.

Nella sete, c'è l'acqua.

Le informazioni per trovare l'acqua con determinazioni sono contenute nella diretta esperienza della sete.

Devi perdonarmi se preferisco in questa fase non fornirne ancora una definizione specifica di questo importante argomento.

Spesso ti sarà accaduto di perdere le chiavi di casa, di affannarti a cercarle ovunque per poi trovarle (a sorpresa) in tasca o nel primo posto dove avevi cercato.

Questo accade perché in qualche caso, nonostante abbiamo tutta l'intenzione di trovare le chiavi di casa, non siamo davvero concentrati, abbiamo fretta, questo sì, ma la nostra mente induce una sorta di cecità selettiva accecandoci con il fastidio, la rabbia, che sabota i nostri piani.

In questo caso la questione è la stessa. Trovare la chiave di casa (l'ultimo dei nostri problemi) passa attraverso ***l'indebolimento della cecità*** selettiva che ci impedisce di vederla e trovarla.

Se io adesso ti dicesse "guarda in tasca" tu mi risponderesti "ho già guardato" e ci perderemmo in un soffio ***tutto il cuore*** dell'intero corso.

È esattamente come se a me, carponi nelle acque delle gole dell'Alcantara, qualcuno avesse detto "distribuisci meglio il peso e offri meno resistenza all'acqua".

Io avrei risposto ***"che cosa pensi stia facendo?"***.





Cerca di vedere bene, con nitidezza, la tua sete.

Ricordati, qui non stai seguendo un “vecchio” corso che si basa sull’acquisire ancora “nuove” tecniche o “nuove” informazioni, qui ci occupiamo di riorganizzare il tuo punto di vista sulle cose che hai già a tua disposizione.

Le chiavi ce le hai **in tasca**. Il problema semmai è che ancora non le vedi, o non ci credi.

Useremo solo ciò che ha a tua disposizione da subito, qualcosa che puoi comprendere e applicare direttamente, usando le tue mani e le tue gambe.

Ecco perché il risultato è garantito.

Tu sei già in possesso della **chiave di casa**, non ti devo insegnare a costruirtela: ce l’hai in tasca, sei solo troppo occupato a fare altro per trovarla e usarla.

Dunque è fondamentale che ad un certo punto del cammino tu impari a fidarti innanzitutto del fatto che **sei perfettamente** in grado di trovare la chiave (tranquillo ci arriviamo).

Torna qui ogni tanto a rifare il corso (introduzione compresa) e scoprirai che in questa fase stavamo già lavorando insieme.

Buon viaggio dunque!

