

# Se non ora quando?



La pace è solo “qui e adesso”. È ridicolo dire:

“Quando questo sarà a posto, allora potrò finalmente vivere in pace”

Questo, cosa?

La laurea, il lavoro, una casa, il pagamento di un debito?

Pensando così, non avrai mai pace. C'è sempre un altro “questo” che ti aspetta. Se non sei in pace in questo preciso momento, non lo sarai mai. Se vuoi davvero essere in pace, devi esserlo adesso. Altrimenti ti culli nella vaga speranza di avere pace “un giorno o l'altro”. Dobbiamo fermarci e trovare una pratica adatta a noi, che favorisca pace e felicità. La pace non ha bisogno di lunghi periodi di pratica. Ciò che importa è la tua spinta motivazionale. Se la determinazione è forte, l'effetto seguirà la causa più veloce di un lampo. Puoi nutrire la pace con il respiro, con il sorriso, con pensieri positivi, osservando la bellezza della natura finché sarai uno con essa.

(liberamente tratto dagli scritti del monaco buddhista Thich Nath Hanh)