

"Consentire a un pensiero brutto e triste di invadere la nostra mente è tanto pericoloso quanto i germi della scarlattina" (Frances Hodgson Burnett)

Carissimi,

purtoppo il nuovo DPCM del 08.03.2020 inserisce la provincia di Padova tra quelle ad alto rischio di contagio del CORONAVIRUS e stabilisce prescrizioni ancora più restrittive rispetto al resto d'Italia.

Leggendo l'articolo 1 nelle varie lettere si DISPONE la **SOSPENSIONE** di tutte le attività sportive, culturali, ludiche, didattiche e ricreative di **TUTTE** le associazioni sportive e centri culturali **fino al 03 aprile 2020**.

La sospensione riguarda tutte le attività svolte in luoghi pubblici e privati, comprese le sedi delle associazioni, pena sanzioni molto pesanti.

Con tristezza infinita, siamo tenuti ad allinearci alle nuove norme nel rispetto in primis di Voi associati.

E' una situazione non piacevole e nuova per tutti ed è in continua evoluzione. E' chiaro che siamo immersi in una grande nuvola scura di pesantezza, incertezza e preoccupazione. L'energia che prevale in questo momento è quella della paura e della diffidenza di molte persone che nello stesso momento stanno facendo questo stesso tipo di pensiero. Ogni volta che noi stessi abbiamo paura andiamo ad alimentare e ad assorbire proprio questa stessa energia negativa.

Ma lo Yoga ci insegna che in ogni momento possiamo SCEGLIERE: non possiamo decidere e controllare gli eventi ma possiamo decidere e SCEGLIERE come rispondere agli eventi stessi. Possiamo SCEGLIERE se accogliere e nutrire la paura e la negatività o accogliere e nutrire l'energia positiva e la luce. Possiamo scegliere di AGIRE con consapevolezza e positività, anziché RE-AGIRE in maniera automatica con frustrazione e rabbia. Possiamo SCEGLIERE di lasciarci abbattere dalla situazione oppure di trarre dal momento di crisi ogni possibile opportunità di crescita personale. Possiamo SCEGLIERE di isolarci oppure di renderci utili, come possiamo.

L'unica cosa certa è che tutto questo passerà, e quando sarà passato probabilmente avremo imparato qualcosa in più e ritorneranno forza ed entusiasmo. A noi la scelta del COME far passare questi giorni "strani" che ci stanno mettendo di fronte a fragilità ma anche a risorse che forse avevamo dimenticato di possedere.

Respiro, pratica, meditazione e contatto con la natura sono strumenti potentissimi!

Concludo scusandomi ancora una volta per i disagi di questi giorni non dovuti chiaramente alla nostra volontà e ringraziando tutti per la comprensione.

Sarà nostra cura tenervi aggiornati qualora ci fossero cambiamenti; faremo il possibile e vi aggiorneremo anche circa l'eventuale recupero delle attività sospese.

Siamo comunque a disposizione anche telefonicamente per dubbi o informazioni....ma anche semplicemente per un saluto!

A prestissimo!!!

E oggi più che mai un grandissimo abbraccio di Luce!!!

Barbara

e tutto lo staff Shangri-la

