



1

L'anima sgombra  
in quieta attesa

2

Accorgersi

3

Tutto è fatto  
d'aria acqua luce

4

Setacciare il silenzio  
(nel silenzio non c'è io)

5

Con quel volo  
di alucce sbattute

6

Clorofilla  
è una parola luccicante

7

Il pensiero assolutizza se stesso  
e la testa sconfusiona

8

Il vento  
dimora nella fiamma

9

Distrazione: tirare di qua e di là  
Attenzione: tendere verso

10

Il fine di tutto questo  
è questo

11

Quel potere che fa ardere il fuoco  
e fluire l'acqua,  
germogliare i semi  
e crescere gli alberi

12

I pensieri a guardarli  
attentamente svaporano

13

La dormienza del seme

14

La nuda semplicità  
dell'essere

15

Nel punto esatto di luce

16

Quel pulsare senza nome

17

Accogliere ciò che viene  
e lasciare ciò che va

18

Abbandonare ogni senso  
di separazione e vedere  
se stessi in ogni cosa

19

L'immediato magistero  
di una presenza

20

Questa postazione  
di piccola antenna

21

Lasciare che le risposte  
vengano da sole

22

Felice significa  
fertile fecondo

23

Non stare in pensiero

24

Diventare terra per la salvia  
la lavanda il rosmarino