

Il movimento WakeUp



WakeUp è un movimento giovanile nato dall'incoraggiamento del maestro Thich Nhat Hanh nell'estate del 2008. I giovani monaci, monache e laici residenti nella comunità di Plum Village si sono immediatamente incontrati ed hanno accolto questa proposta con grande entusiasmo.

Nel corso degli ultimi tre anni, grazie al sostegno e all'ispirazione di numerosi monaci e praticanti laici, sono nati Sangha di WakeUp un po' in tutto il mondo. In Inghilterra, Germania, Italia, Thailandia, Stati Uniti, e in molti altri posti, i giovani hanno iniziato a riunirsi settimanalmente.

Il desiderio di ognuno è quello di trovare il sostegno per poter vivere una vita felice e rilassata, nel bel mezzo della nostra società troppo stressata. Nel nostro gruppo o Sangha troviamo il sostegno necessario per vivere la nostra vita da persone libere e per non soccombere alle pressioni che ci vengono imposte dalla società o alle necessità scolastiche o lavorative. Il nostro Sangha è un rifugio dove possiamo ritornare ogni settimana, e dove siamo sempre sicuri di trovare persone in grado di sostenerci, ascoltarci e capirci.



I gruppi WakeUp hanno le loro radici negli insegnamenti di Thich Nhat Hanh, a partire da quello essenziale dell'apertura e dell'accettazione delle differenze di ognuno. WakeUp non è un movimento religioso e sono invitati a partecipare giovani (dai 18 ai 35 anni) – di ogni credo o religione, oppure di nessuno, dato che pratiche come la meditazione, la condivisione, o la respirazione consapevole non sono che metodi per rendere la nostra vita più rilassata e pacifica.

Per connettersi con la comunità dei giovani praticanti in Italia:

<https://www.facebook.com/groups/159285640774359>

Per accedere a materiali e rimanere aggiornati su eventi ed iniziative:

<https://sites.google.com/view/italiawakeup/home>