

Proverbi sulla gratitudine

Fin dall'antichità e in ogni lingua, cultura e comunità, le persone hanno sintetizzato la profonda saggezza in forme concise, pratiche e facili da ricordare. Il proverbio è una forma popolare di saggezza efficacemente condensata. Un proverbio – chiamato anche adagio, massima o epigramma – è potente; in una singola e sintetica affermazione, trasmette una verità universale o un consiglio prezioso. I proverbi esprimono principi tramandati da una generazione all'altra, principi su come vivere una vita piena di significato e di scopo, su come affrontare qualunque situazione si incontri nella propria vita.

Negli Stati Uniti, la festa del Ringraziamento è un'occasione per ricordare e celebrare la gratitudine. Sul sentiero Siddha Yoga, Gurumayi Chidvilasananda ha stabilito che l'intero mese di novembre sia dedicato alla *gratitudine* e alla riflessione. Durante il mese, godetevi e riflettete su questo banchetto di proverbi da tutto il mondo sul tema della gratitudine.

