

Paola Gabrielli



L'OMBRA DI OMERO

Manuale per conquistare
la Felicità e tenercela stretta



FONTANA
EDITORE

L'OMBRA DI OMERO

Manuale per conquistare
la Felicità e tenersela stretta

Paola Gabrielli



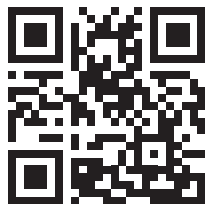
FONTANA
E D I T O R E

Titolo: L'OMBRA DI OMERO
Manuale per conquistare
la Felicità e tenersela stretta

Autore: Paola Gabrielli

Formato: 17 x 24 cm
Pagine: 288
ISBN: 9788898750528
Pubblicato nel: 2018

Editore: Fontana Editore
Corso Ausugum, 98
Borgo Valsugana (Tn)
38051 Italy
info@fontanaeditore.com
www.fontanaeditore.com



Tutti i diritti sono riservati. Nessuna parte del libro può essere riprodotta o diffusa con un mezzo qualsiasi, fotocopie, microfilm o altro senza il permesso scritto dell'Editore.

Sommario

Prefazione dell'editore	5
L'autrice	7
Premessa	9
Cavalcare le proprie emozioni	12
Tema 1 - Dalla rabbia all'accettazione dei limiti dell'altro	15
Il racconto - L'angelo della neve	17
L'accettazione	27
Tema 2 - Dalla tristezza alla gioia	33
Il racconto - Il silenzio	35
Il silenzio	47
Tema 3 - Dall'odio all'amore incondizionato	53
Il racconto - Fasha	55
Il problema	87
Tema 4 - Dalla paura al coraggio	93
Il racconto - Amore e morte	95
L'abbondanza	107
Tema 5 - Dall'ansia alla calma	111
Il racconto - La Lena e le rose d'oro	113
La competizione	125
Tema 6 - Dal disprezzo alla compassione	129
Il racconto - Il giusto colpo	131
Amare se stessi	145
Tema 7 - Dall'imbarazzo alla sicurezza	151
Il racconto - Le fusa del gatto	153
Dare amore per ricevere amore	165

Tema 8 - Dalla gelosia alla fiducia	169
Il racconto - Epifania, una vita	171
Rendere chiara la struttura genealogica dell'esistenza	185
Tema 9 - Dall'alessitimia all'empatia	193
Il racconto - Coriandoli rossi	195
Riordinare la casa e dare un ordine simbolico agli oggetti	207
Tema 10 - Il narcisista come ladro di emozioni	209
Il racconto - Trato marzo	211
Rendere conscio l'inconscio nella dualità maschile-femminile	219
Alimentare il fuoco interiore e coltivare il riso	227
La relazione con l'altro	243
I sette livelli dell'esistenza	251
I quadri delle correnti e gli obiettivi	259
La trasformazione alchemica	
Abbracciare la propria ombra	273
Conclusioni	281
Bibliografia e sitografia	285

PREFAZIONE DELL'EDITORE

Strano essere è l'uomo: s'affanna, si dannna, muore anche, nel tentativo di raggiungere la Felicità. La cosa strana è che, sovente, questo gran "mulinare" lo porta invece nella direzione opposta: l'infelicità. Questo avanzare, correre verso la Felicità, in realtà è scappare a gambe levate da essa. Perché? Vale la pena di porsi questa domanda.

Ora che ci penso, tutta la mia attività come Editore ha origine da questa domanda.

Perciò mi "arrivano" libri da pubblicare come questo e perdonatemi se qui vi sembra troppo enfatico.

Questo libro è un manuale per conquistare la Felicità e tenersela stretta.

Tanti Editori hanno in catalogo un "Manuale per trovare la Felicità", ma non hanno questo manuale.

Questo manuale è fatto di carne. È fatto di racconti, di lotta

tra Omero e Felicità, tra ombra e luce che si riappacificano in un abbraccio liberatorio.

Questo manuale è incompleto, come tutti i veri insegnamenti indica la strada ma lascia lo spazio al lettore affinché la completi da sé [come potrebbe essere altrimenti?].

Paola Gabrielli, l'autrice, ci conduce sicura, racconto dopo racconto, tappa dopo tappa, in questo viaggio. Alla fine troveremo quello che non ci aspetteremmo di trovare: noi stessi ! [...ma dove sei stato fin adesso?]

Questo manuale è tanti manuali diversi, tanti quanti saranno i suoi lettori.

Rocco Fontana

L'AUTRICE

Paola Gabrielli è nata e cresciuta a Cles, in Val di Non. Suo padre la sommergeva di libri; quei libri in cui lei e sua sorella si tuffavano con curiosità e bramosia, assaporandone il profumo fino all'ultima pagina. Anche a notte fonda.

Ha sempre amato l'arte e la conoscenza fin quasi a perdersi. Un'attrazione che lei attribuisce a "un demone interiore che ci insegue e ci affligge sempre, finché non trova giusta soddisfazione".

Dopo gli studi liceali e musicali in canto e pianoforte, si è laureata, a Trento, in Lettere moderne con specializzazione in Storia dell'Arte. È stato l'inizio di un lungo e complesso viaggio.

Ha sondato infatti il mondo delle scritture antiche in tutte le molteplici forme: dalla catalogazione del libro antico, allo studio delle forme documentarie private e cancelleresche, diplomandosi in Archivistica, Paleografia e Diplomatica all'Archivio di Stato di

Bolzano e approdando successivamente alla ricerca storica. Lavora per Comuni, come bibliotecaria, Provincia e Musei.

Ultimamente, alla scrittura ha affiancato l'attività di insegnante in Lettere e Arte, con laboratori per bambini e ragazzi sul territorio. Danza dal 2010 nella compagnia di danza ATS (American Tribal Style) di Cristina Maida e studia il colore secondo il metodo Aura-Soma ("Tu sei i colori che scegli").

PREMESSA

Cles, 16 luglio

Abbiate il coraggio di traghettare le vostre emozioni da una sponda all'altra del lago, di passare il ponte che vi divide dalla vera felicità, perché, non basta leggere libri su libri di crescita personale; consultare sensitivi, cartomanti e applicarsi con dovizia di particolari agli esercizi di visualizzazione proposti dalla Legge d'Attrazione; credere nel karma che ci porta a reincarnarci di vita in vita, fare costellazioni e guarire le radici familiari.

Non basta, per risolvere il vostro problema. E lo dico per esperienza.

Infatti le difficoltà incontrate, fra tutte i gravi problemi di salute a cui la medicina ufficiale non trovava risposta, come la mia innata curiosità ad indagare i misteri dell'animo umano, mi hanno spinto negli anni ad avvicinarmi a questi saperi, cosicché la consapevolezza maturata e le tecniche sperimentate, mi hanno permesso di stare meglio, ma non hanno risolto il problema.

Vi sentite anche voi così? Ebbene, questo è il libro che fa per voi, che vi permetterà di lasciar andare il problema.

Voi sapete qual è.

E siate certi che al termine della lettura avrete la chiave che vi permetterà di passare il ponte che vi divide dalla vera felicità.

Era l'anno 2000, l'anno santo del Giubileo quando, durante una lezione universitaria di letteratura latina, iniziai ad avvertire forti giramenti di testa. Avevo mangiato poco a pranzo; l'aria dell'aula era pesante e le ore di studio ininterrotte erano parecchie.

La mano prese a tremarmi; il cuore a martellarmi nel petto mentre il respiro si faceva più e più affannoso. Mi sentivo sempre più scollata dal corpo come se fossi sul punto di sfasciarmi. Riuscì a finire la lezione concentrandomi sul respiro - mancavano pochi minuti - a prendere le mie cose e a scendere lentamente le scale che, dal primo piano della facoltà portavano al piano terra. Ebbi appena il tempo di sdraiarmi sulle sedie addossate alla parete e chiedere aiuto, prima di sentir le gambe cedere. Chiamarono l'ambulanza e venni portata via di corsa. Ero a un passo dal limite, tanto che mi sentivo tra la vita e la morte. Fatti gli accertamenti e non trovato nulla di rilevante che potesse far pensare ad una malattia, mi diagnosticarono stress, che avrei dovuto curare con gli psicofarmaci e la terapia psicologica di supporto.

Feci come mi dissero per un paio di mesi, ma la situazione andava sempre più peggiorando. Durante le lezioni ero in allarme continuo. Avevo paura di poter stare male nuovamente, di perdere il controllo e di morire. In più gli psicofarmaci mi causavano ronzii continui alle orecchie e sonnolenza, cosicché non riuscivo a seguire le lezioni e a prendere appunti in modo corretto.

Stetti male nuovamente, questa volta a casa. La psicologa mi disse che era del tutto normale: mi ero fatta carico di troppe responsabilità in pochi anni. Infatti, poco più che ventenne, mi ero sposata e cambiato casa; avevo avuto una figlia rischiando di morire durante il parto; mio padre era morto tragicamente in montagna e, ciliegina sulla torta, mi ero trasferita con la mia famiglia a Trento. Il tutto dicevo, continuando gli studi portati ai massi-

mi livelli, portando avanti l'attività imprenditoriale nel ramo del network marketing; lavorando nelle ore serali e spostandomi per corsi di aggiornamento nelle varie città nel fine settimana. Il mio tempo libero era una chimera: il mio sogno che non mi permettevo di ricevere.

Fu così che, in preda alla disperazione più cupa, avvolta dal senso di morte pressoché costante, incontrai Germana che, utilizzando varie tecniche energetiche e massaggi, riuscì a riportarmi in equilibrio. Riuscì così a terminare gli studi universitari laureandomi con il massimo dei voti e la lode. Cosa era successo? Capii che la mia anima si era ribellata al troppo dolore, soffocata dal senso di dovere. Quindi dovevo semplicemente sfiatare la pentola a pressione e riappropriarmi del mio tempo libero.

CAVALCARE LE PROPRIE EMOZIONI

Passare da un'emozione al suo opposto attraverso l'interregno come tempo alchemico di trasformazione.

Per ogni punto verrà proposto un racconto - la narrazione come guarigione: prendere consapevolezza delle proprie emozioni - e uno spazio per scrivere il tuo racconto personale. I mandala da colorare, proposti ad ogni inizio di capitolo, sono un momento di raccoglimento e concentrazione prima della lettura.

Con interregno intendo un periodo di tempo variabile e soggettivo in cui praticare il distacco dalla situazione che ha generato l'emozione 'negativa' così da risolverla nel suo opposto (il contenitore). Tempo in cui praticare la presenza, che significa star dentro l'emozione, per poi lasciarla andare.

Con tempo alchemico di trasformazione s'intende il processo di

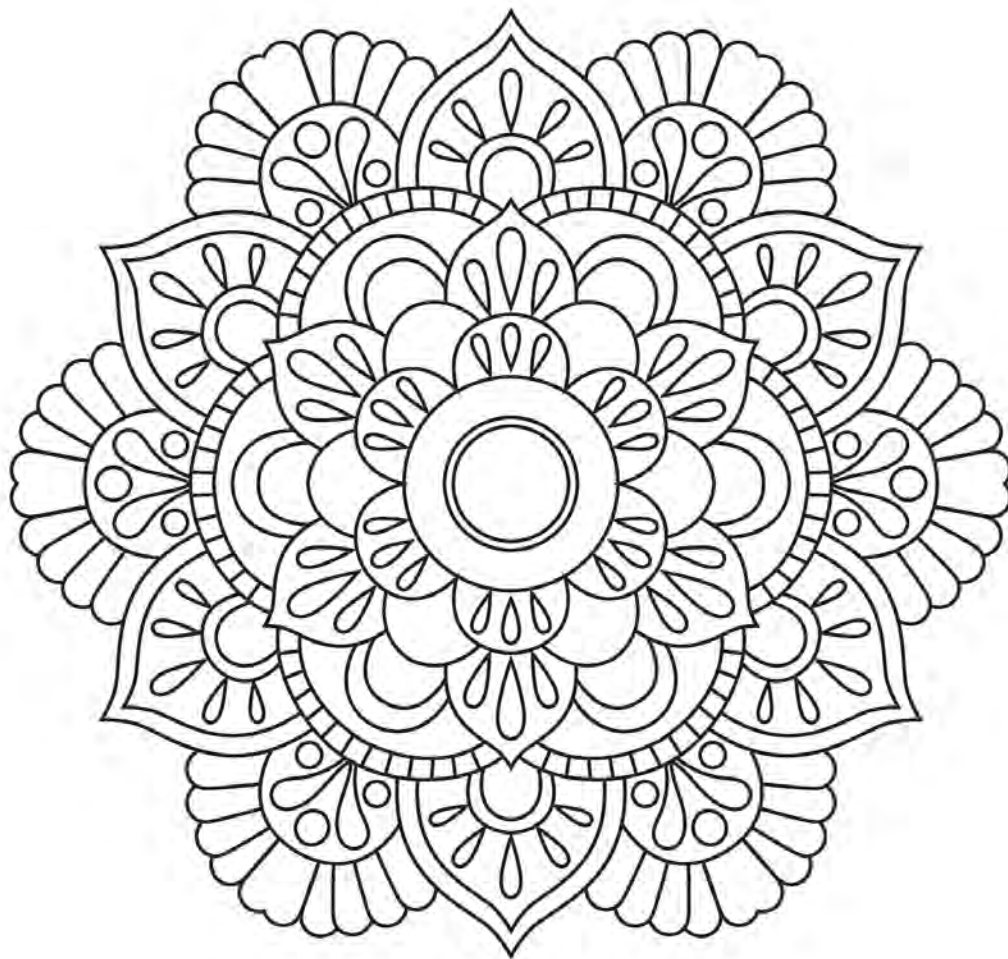
raffinamento dell'individuo alla ricerca del proprio sé: la trasmutazione dei metalli pesanti in oro altro non è, fuor di metafora che la realizzazione dell'individuo. Quando questo oro si manifesta, l'individuo raggiunge l'immortalità. (il contenuto)

La trasmutazione delle tenebre avviene su più livelli. Attraverso questi gradi si giunge all'illuminazione, alla comprensione del Tutto, di ciò che ci circonda come apparenza, perché il Tutto come l'Uno siamo noi: non c'è nulla infatti al di fuori di noi che non sia già in noi.

Queste le 10 porte attraverso cui passeremo:

1. Dalla rabbia/risentimento all'accettazione dei limiti dell'altro.
2. Dalla tristezza alla gioia.
3. Dall'odio all'amore incondizionato.
4. Dalla paura al coraggio.
5. Dall'ansia alla calma.
6. Dal disprezzo alla compassione.
7. Dall'imbarazzo alla sicurezza.
8. Dalla gelosia alla fiducia.
9. Dall'alessitimia all'empatia.
10. Il narcisista come ladro di emozioni.

Suggerimento: colora il mandala in tonalità rosso-verde



**DALLA RABBIA
ALL'ACCETTAZIONE DEI LIMITI
DELL'ALTRO**

Il racconto

L'ANGELO DELLA NEVE

Marta era lì, sprofondata nella sedia a sdraio di tela arancione, le gambe atletiche piegate e appoggiate al parapetto del terrazzo in cemento armato dipinto di bianco. Gli occhi chiusi, la testa a ciondoloni, assaporava gli ultimi raggi di sole e si leccava le ferite della vita che infossa.

Si sentiva un mucchio di ossa rotte, buone solo, si diceva, per essere rosicchiate da qualche randagio, morto di fame. Morto lui, morta lei, Marta, senza alcun colore.

Teneva tra le mani un gratta e vinci. Aveva gettato la speranza in quel biglietto, in quei cinque euro che ora teneva tra le mani, nervine nonostante la giovane età. Si guardava le dita lunghe e affusolate, temprate dall'esercizio quotidiano al pianoforte; le unghie curate, laccate di rosa pastello e pensava a quanto fossero fragili, nonostante le cure a base di calcio e poi di ferro. Ad un certo punto

della crescita si spezzavano e poi si sfaldavano, proprio come lei, a cui la vita le si era fermata in grembo, un guscio liscio e lucido.

Si potevano vincere 500.000.00 euro, così c'era scritto.

Con la punta dell'unghia del pollice iniziò a grattare la vernice e a visualizzare una cifra vincente: dicono che il pensiero creativo anticipa la realtà e Marta voleva crederci, nonostante il cuore la tradisse, nel suo ritmo a batteria.

Le cifre emergevano una di seguito all'altra, rincorrendosi come pagliacci dal sorriso largo e dall'occhio spento. Marta si fermò sull'ultima cifra, respirò a fondo, e iniziò a mordicchiarsi l'unghia del pollice, assaporando il sapore metallico della vernice. Era la sua ultima possibilità.

Si guardò l'indice, lo piegò e lo posò sul biglietto, scostando la vernice a poco a poco, come un'abile restauratrice. Ventuno! L'improvviso successo diede a Marta un capogiro, l'adrenalina rimbombò nello stomaco e si diffuse in tutto il corpo.

Corse in camera da letto e iniziò a rovistare nel cassetto. Il catalogo era lì, tra le cose a lei più care, i biglietti d'auguri, i confetti rossi della laurea, le lettere d'amore di Lorenzo che in un momento di rabbia aveva stracciato e poi raccolto in una busta, le due pietre di granito che aveva raccolto con Laura sul greto del fiume. Le cose che ogni tanto, la sera prima di andare a dormire, prendeva tra le mani per odorarne i colori sbiaditi dalla polvere. Il catalogo misurava 15x20. Il letto era disegnato lì, in tutta la sua bellezza.

Finalmente sarebbe stato suo, il letto dei suoi sogni. Lo voleva così: caldo come l'abbraccio di sua madre, profumato come la Provenza in primavera, resistente agli assalti notturni.

Marta ne considerò per l'ennesima volta la struttura a due piazze, in legno d'acero laccato di bianco e la testiera a forma di cuore spiralitato. Col pensiero accarezzava le lenzuola di lino lilla risvoltate ed il copriletto di batista bianco a grandi rose.

Aveva vinto 500.000 euro.

Voleva dirlo ad Alice. Alzò la cornetta e compose il numero.

“Pronto?”

“Cica Alice, da queste parti butta nuovo!”

“Ciao bella! Butta nuovo anche per me!”

Marta scarabocchiò una margherita, caricando sui bordi con la biro nera. “Ci vediamo per un caffè?”.

“Benissimo, a dopo, al Solito posto”.

Marta si avvicinò all’armadio e scelse un maglione color terra ed una gonna corta di jeans. Si tolse la tuta ed infilò le calze facendo attenzione a non romperle. Tese la punta del piede e srotolò la calza lungo una gamba, poi passò all’altra, osservando il disegno geometrico formato dalla successione di linee a zig-zag di diversi colori e trame. Le aveva viste in vetrina e non aveva resistito alla tentazione di comprarle. Costavano. Lei si era sentita un po’ in colpa. Adesso avrebbe potuto comprarne cento paia senza batter ciglio.

Si guardò allo specchio e si compiacque. Prese il berretto di lana bordò e se lo ficcò in testa portandolo all’indietro. Alitò sullo specchio e col naso disegnò un cuore. Si scostò e lo osservò mentre svaniva a poco a poco; si riavvicinò, chiuse gli occhi e lo sfiorò con le labbra calde, rosso mattone.

Alla radio davano la canzone della Pausini “Con la musica a la radio” e SOFIA si sentiva forte cantando a squarciagola “Il tuo sguardo resterà senza alcuna impurità, in ricchezza e povertà non si consumerà. E balliamo a piedi nudi con la musica a la radio più forte mentre gli anni passano ...”

Seguiva il ritmo col corpo, e si piaceva vedersi saltare a piedi uniti davanti allo specchio “Avvicinati anche tu e permettimi di più, la tua bocca sulla mia per non andare via”.

Alice viveva in cinquanta metri quadrati di mattonelle arabesche e polverose, pagati a duro prezzo contrattando la sua voglia di vivere con le serate passate all’Olympus pub. Sorrideva ai clienti, stampigliando i suoi sorrisi da post-it come una diva del cinema. Una bocca da favola, forse troppo grande per quel viso da topino lentigginoso, incorniciato da una massa di capelli rosso tiziano. A chi la scherniva per il suo aspetto, lei rispondeva mostrando la linguaccia fragolina e stringendo gli occhi fino a farne una fessura.

Aspettava Marta seduta al tavolino. Aveva ordinato un bicchiere d'acqua frizzante con una fetta di limone. Le piaceva osservare le bollicine d'anidride carbonica salire una di seguito all'altra e avvertirne il pizzicore sul palato.

Il viso era come al solito luminoso e i capelli ricadevano scomposti sulle spalle. Portava al collo un'agata muschiata, legata con un doppio cordoncino. La prese tra le mani e la strinse forte, mentre guardava la gente che passeggiava sul corso. Seduta di fronte, una donna s'accarezzava il ventre gonfio sotto la t-shirt grigio topo. Alice sentì salirle la nausea alla gola. Chiuse gli occhi, alzò il braccio e avvicinò il polso al naso. Inspirò il profumo di lavanda e si concentrò sul respiro. L'aria entrava ed usciva con forza dalle narici dilatandole come canne d'organo. Allungò la mano verso la donna per accarezzarla, ma urtò il bicchiere che rovesciò a terra. Alice guardò i frammenti di vetro ai suoi piedi e l'acqua che scivolava sul terreno. Non si era accorta del sangue che le rigava il braccio.

Ora tocca a te!

Di seguito, trovi le pagine bianche che aspettano
la tua interpretazione del tema:

“L'accettazione”

Buon svolgimento!

A series of horizontal dotted lines spanning the width of the page, intended for writing or drawing.

A series of 30 horizontal dotted lines for writing.

A series of 28 horizontal dotted lines spanning the width of the page, providing a guide for handwriting practice.

L'ACCETTAZIONE

L'accettazione dell'esistente nelle sue manifestazioni e la sua comprensione amorevole.

State provando rabbia, tristezza, paura, gelosia o qualsivoglia altra emozione in questo preciso istante? Siete stati attratti dalla vostra emozione a leggere questo libro, così da porre fine alla situazione che state vivendo. Un'emozione, se protratta a lungo nel tempo, crea una stasi del flusso energetico, una cancrena nel campo aurico che si manifesta dapprima con lievi malesseri, poi con una malattia vera e propria.

So come vi sentite: siete sconvolti; non vi concentrate su ciò che state facendo e ve la prendete con voi stessi perché non riuscite a dominarvi e rimettervi in carreggiata, come il carro. Perché, se state leggendo questo libro, siete consapevoli che un problema c'è, e che lo volete risolvere, altrimenti vivreste brutalmente in preda all'emozione stessa, coinvolgendo le persone che vi stanno accanto e svuotando il barile della vostra spazzatura sugli altri, senza rite-

gno e nulla fare, e forse totalmente indifferenti alle conseguenze.

Quindi, prendetevi del tempo per percorrere questo sentiero di auto-consapevolezza nel momento presente, perché nulla si risolve e nulla si ricrea se non nell'ancoraggio al qui ed ora.

Vedetevi come una grande albero dalle radici possenti che con forza e costanza affondano nel terreno fino al centro della Terra legandosi ad un grande quarzo ialino. Le emozioni fluiscono dalla pietra nel corpo attraverso le radici. Ora siete pronti, senza più spazzatura. La Terra accoglie le vostre emozioni purificate dal quarzo ialino e le pone in disponibilità per il vostro cambiamento in positivo.

Poi fermatevi ed abbandonate ogni occupazione; concentratevi solo su voi stessi e divenite consapevoli che il primo passo da fare consiste nell'accettare la situazione che state vivendo, perché, che lo vogliate o no, siete stati voi a generarla. Assumetevi la responsabilità della situazione presente e accettatela. Un motivo c'è per quello che vi sta accadendo, anche se ancora non vi è chiaro o non si è manifestato il senso. Il tempo e il lavoro su voi stessi vi daranno la risposta.

Più vi opponete alla situazione che state vivendo, più questa persisterà creando tensione. Se mollate la presa e lasciate andare, il nuovo avrà modo di manifestarsi in abbondanza.

Quante volte avete notato che l'insistenza provoca l'allontanamento di ciò che desiderate? La vostra domanda avrà sempre la stessa risposta se persistete nel porla. Ma se voi smettete di chiedere, cosa potrebbe mai accadere? Provateci.

Per alcuni risulta molto semplice vivere nel flusso e lasciarsi trasportare dalla corrente. Una quieta pacatezza la definisco; per altri, invece è molto difficile lasciare che la vita accada. E così lo è stato per me. Si potrebbe definire come tendenza al controllo generata dalla paura di perdere o come bisogno di certezza in un mondo che di certezze non ne dà.

Accettare significa vedere il bello in ogni cosa che si fa; riuscire a vedere il bicchiere sempre pieno, perché di mezzo vuoto e di

mezzo pieno ne abbiamo già bevuto abbastanza.

È necessario scuotere le corde del sonno che avvolge le menti stagnanti come fosse una pizzicata d'arpa.

Non vogliate cambiare il mondo, ne uscirete perdenti.

Create un accordo e lasciate che si manifesti.

Ricordate però: prima è necessario crearlo. Non lasciate la presa prima di aver compiuto questo fondamentale passaggio, pena lo smarrirsi dell'intenzione, perché, va bene visualizzare il risultato come se fosse già stato raggiunto, ma, se voi non ci mettete la giusta azione, se non date il via al cambiamento, la risposta potrebbe non arrivare.

A volte lasciar andare per accettare, necessita di azioni forti, come spegnere il cellulare e disconnettersi dai social network per alcuni giorni, così da mettere in pace la mente e fare pulizia in sé, perché non sempre ciò che si vede aiuta a curare le emozioni, anzi può essere fango gettato sulle nostre fragilità.

Accettare significa essere consapevoli che un grosso dono ci è stato fatto dall'Universo come possibilità di trasformazione, e che qualcosa di meglio è per noi in arrivo. Non ci credevo, ma è stato così anche per me.

Ad un certo punto della mia vita pensavo di aver trovato l'anima gemella ma non fu così, perché si trattava di un legame karmico. Come mai mi disse Maria, vuoi proprio lui se puoi avere qualcosa di meglio? Ma allora mi ostinavo a credere che lui era l'uomo giusto, quando avrei semplicemente dovuto imparare a lasciar andare con amore.

L'attaccamento ci rende schiavi di noi stessi.

Per questo motivo, non avendo compreso la lezione, mi si era ripresentata una seconda volta. Assolutamente dovevo imparare a vivere nell'incertezza, a lasciar andare, accettando le difficoltà che avevamo per incontrarci e conoscersi, lasciando a lui la decisione di quanto sarebbe accaduto.

Dovevo fidarmi.

Pensate a quanti dubbi nutristi. Infatti mi chiedevo: Quanto mi vuole se i suoi impegni sono più importanti della mia presenza? Se poi leggevo i manuali di seduzione, la risposta era chiara: perché

non gli piaci abbastanza - anche se i lavori energetici svolti concordavano nell'aver pazienza e fiducia. Il mio animo dunque viveva in contraddizione.

Affidarmi alle sue mani e alla Giustizia dell'Universo accettando di poter vincere o perdere la partita. Questo era il mio compito.

Ed uno motivo c'era, perché vivevo tutto questo, ed era legato al mio angelo del cuore. La fiducia. Mettere la mia salvezza nelle mani di qualcuno, quando la mia vita, appesa ad un filo durante il parto, aveva rischiato di essere tranciata da una mano, era ancora possibile? Mi ero affidata allora, così mi dicevo, anche se durante il colloquio preliminare all'intervento, avevo nutrito seri dubbi. Presagi o paure che avevano trovato manifestazione? Non avevo forse accettato con fiducia la situazione? No, non avevo avuto fiducia, del mio intuito. Sensitiva ero nata e per questo avevo cercato sempre di nascondermi, perché diversa. Strana mi dicevano, tu sei. Io ero strana. Meravigliosamente strana.

In me scattava la paura di essere abbandonata, perché appena nata ero stata messa nell'incubatrice e quindi allontanata dall'abbraccio amorevole di mia madre; o perché mio padre era morto improvvisamente? Sta di fatto che non accettavo di perdere la partita.

Ma la paura attira proprio ciò che si vuole evitare.

"Perché ti fissi così su una persona?" mi chiese Franco. *"Morto un papa se ne fa un altro?"* *"Forse perché difficilmente mi innamoro"*, gli risposi.

Lo vuoi capire o no che devi affidarti, mi disse Yana, tirandomi le orecchie durante un corso sugli angeli, perché se non lo capisci con le buone, la prova estrema sarà molto dura.

Avevo iniziato a sudare freddo. Quale sarebbe stata la prova estrema? Non ne avevo già passate abbastanza? Oddio cosa mi capiterà di così brutto, le avevo chiesto?

Ecco che, ad un mese di distanza dal corso, conobbi Omero e la prova per fede iniziò a prender forma. Per quattro mesi durò la prova di resistenza, poi decisi di buttarmi con il deltaplano nell'incertezza del volo.

Non avevo altre possibilità.

Nel frattempo avrei cercato di manifestare gioia, centrandomi sul mio scopo di vita: il servizio attraverso la scrittura. Anche perché d'incertezza già vivevo nel lavoro. Un po' di qua ed un po' di là, tra ricerca e insegnamento: il mio ruolo come funzionario nel settore culturale, era stato bloccato per sette anni, nell'ottica della riduzione della spesa pubblica.

Tirando la corda e vivendo come un equilibrista avevo dovuto pazientare per capire ed arricchire la mia vita d'esperienze di crescita personale. Il mio scopo qui sulla Terra è quello di essere una ricercatrice di verità per comunicarlo al mondo attraverso l'insegnamento. Avevo alcuni progetti che volevo portare avanti, delle situazioni personali che intendevo chiudere definitivamente, ma che, per far quadrare i conti, avevo accantonato, per affrontarli solo al momento opportuno.

Accettate ciò che si manifesta e smettete di lottare.

Accogliete il dolore, la sofferenza, le emozioni di paura, rabbia e gelosia che vi prendono dentro, ed osservatele dall'esterno, proprio come si osserva la brezza che muove la superficie di un lago.

Nel profondo sapete che nulla vi turba; è l'Io che muove il principio della dualità, che brama, lotta e soffre, ma l'anima si ribella, ed è allora che gratta la scapola della vita e chiede di essere scoperta, accolta ed amata.

Quando riuscirete a gioire del profondo che si manifesta per farvi riscoprire la vostra vera essenza e vivere nell'incertezza del domani; quando riscoprirete che nulla è perfetto e la dualità è il principio di realtà di questo mondo.

Che per andare oltre è necessario accettarlo.

Allora sarete salvi e quello che prima era paura si trasformerà in coraggio.