

Il buio nell'anima

Nadia Guarnaschelli

IL BUIO NELL'ANIMA

racconto

Dedico questo mio primo libro alla mia famiglia, a mio marito, che mi ha fatto apprezzare l'estasi del primo amore, ma ancor di più a conoscere e desiderare il Vero Amore, quello che prende tutto, accettando senza chiedere nulla in cambio, AMARE per il piacere di AMARE.

Ai miei figli, alla mia dolce piccola grande -donnina- e in particolare al secondogenito, che ha stimolato la mia mano nel scrivere, e dico: non ripetete i miei stessi errori, gli errori dei padri non devono ricadere sui figli, anzi devono essere da esempio, istruttivo non negativo.- Ascoltate il Vostro cuore, prima di usare la mente, il problema del progresso è che si sta perdendo l'ascolto, il dialogo, non si sa più ascoltare.

Con amore, miei per sempre

VOGLIO VIVERE COSI'

Voglio vivere così, - col mondo che gira intorno a me, fra
gioie e pene vorrei goder,
Libero, - col cuore in gola che palpita per te,
Voglio vivere così, - girando il mondo insieme a te,
Libero, - amandoti ogni giorno che sei con me,
Voglio vivere così, - tra mari e monti accanto a te,
Libero, - di amarti ogni istante che sei con me,
Voglio vivere così, - col cuore in mano, lo dono a te,
LIBERO,- fin che la morte non vien da me, non per questo,
non amo Te.

Nadia Schelly

Commento e critica personale

Ho voluto scrivere questo mio racconto di pensiero e stralci di vita personale non per far sapere i miei momenti vissuti, ma per aiutarmi a comprendere i miei errori commessi e non.

Nella vita quotidiana, purtroppo, tutti abbiamo bisogno di un appoggio morale che spirituale, ma la maggior parte di noi, io compresa, non chiediamo aiuto ne comprensione altrui, non per orgoglio o presunzione, ma per autostima, così più delle volte ci facciamo del male senza accorgercene.

Chi come me, si è danneggiata con le sue mani, non può lagnarsi con nessuno tranne con se stessa e così ho imparato che il miglior modo per vivere serenamente è vivere giorno per giorno come fosse l'ultimo senza pretendere o ricercare l'oro, il ferro può dimostrarsi più unico che raro.

Non servono sedute di psicanalisi per essere in pace con se stesse, basta liberarsi di ogni rancore che portia-

mo così ignorantemente dentro di noi, e liberare la mente, libera la mente e lascia parlare il cuore.

Un suggerimento per coloro che mi hanno letto; - ritenete di aver bisogno di aiuto da un psicologo? Bene!, sedetevi, prendete carta e penna o il computer e scrivete tutto ciò che vi passa per la testa, bello o brutto che sia, scrivete senza pensare a nulla, esternate tutto il vostro rancore o cattiveria che portate dentro, poi, il giorno dopo rileggete attentamente e così per giorni fin che non vi accorgete voi stessi che se non vi liberate dei vostri scheletri o fantasmi o ancora meglio delle vostre paure non sarete mai sereni e contenti.e se non siete in pace con voi stessi non lo sarete con il resto del mondo. Non dimenticate mai che la paura - uccide la mente - e ci fa fare cose che non avremmo mai fatto.

Liberatevi dalla paura, scrivete, rileggete, modificate i vostri pensieri e senza che ve ne accorgete sarete liberi e sereni come l'aria.

Il miglior psicoanalista siete VOI, solo Voi conoscete la Vera verità del Vostro male.

Io ho ritrovato la mia serenità, dico serenità perché ritengo che la felicità quella interiore non sia di questo mondo terreno ma di un mondo Divino, quello dell'anima, immortale, la felicità è dentro in ognuno di noi, solo che siamo noi a farla fiorire, ad alimentarla, è quell'energia che ti illumina o ti oscura in base alla tua polarità, se positiva o negativa, ma ricordiamoci sempre che quando si nasce siamo tutti sulla stessa misura

d'onda energetica, è il tempo e il comportamento che poi ci identifica.

Si chiama - Causa ed Effetto - , non diamo che tutto sia scontato, una vita è un atto d'amore, non può essere negativa.

Il bene e il male sono sempre esistiti, è il nostro libero arbitrio che ne stabilisce l'esistenza sul nostro io, sulla nostra persona e se ne ciba.

Ho liberato la mia mente, ho aperto il mio cuore ho ritrovato la voglia di vivere e finalmente sono in pace con me stessa e con il mondo, anche se non posso negare che mi manca la mia vita di prima, ma è un ricordo e i ricordi fanno parte del passato, è storia e come tutte le storie vanno ascoltate, non per solidarietà o compassione, ma per ricordare e non ripetere gli stessi errori fatti in precedenza da qualcuno nato prima di te.

Ogni storia ha una sua vita e ogni vita insegna a una generazione futura.

