



**Power is in Dreams**

**© Copyright 2024 - Tutti i diritti riservati**

Il contenuto di questo libro non può essere riprodotto, duplicato o trasmesso senza l'autorizzazione scritta dell'autore o dell'editore.

In nessun caso l'editore o l'autore potranno essere ritenuti responsabili di eventuali danni, risarcimenti o perdite monetarie dovuti alle informazioni contenute in questo libro. Sia direttamente che indirettamente.

**Avviso legale:**

Questo libro è protetto da copyright ©.

Questo libro è destinato esclusivamente all'uso personale.

Non è possibile modificare, distribuire, vendere, utilizzare, citare o parafrasare qualsiasi parte o contenuto di questo libro senza il consenso dell'autore o dell'editore.

**Avviso di esclusione di responsabilità:**

Le informazioni contenute in questo documento sono state fornite solo a scopo educativo e di intrattenimento. È stato fatto ogni sforzo per presentare informazioni accurate, aggiornate, affidabili e complete. Non sono dichiarate o implicite garanzie di alcun tipo.

I lettori riconoscono che l'autore non si impegna a fornire consigli legali, finanziari, medici o professionali. Il contenuto di questo libro è stato ricavato da varie fonti. Si consiglia di consultare un professionista abilitato prima di provare le tecniche descritte in questo libro. Leggendo questo documento, il lettore accetta che in nessun caso l'autore è responsabile di eventuali perdite, dirette o indirette, subite in seguito all'uso delle informazioni contenute in questo documento, compresi, ma non solo, errori, omissioni o imprecisioni.

**Copyright per storia e impaginazione grafica © 2024 Francesca Sacco**  
**Copyright per Illustrazioni 2024 © Mery Casanova**  
**Power is in Dreams editore © 2024**



**Power is in Dreams**

## Francesca Sacco



Nata a Belluno nel 1980, Francesca Sacco è graphic e web designer. Da più di 20 anni opera nel settore grafico creando identità visive cucite su misura.

Attenta osservatrice dell'essenza delle persone, i suoi lavori traducono in immagine i desideri del committente.

Curiosa, eclettica ed instancabile ricercatrice persegue l'ambizioso obiettivo di appagare lo sguardo e il cuore creando emozioni.

Fondamentale è il dialogo a tu per tu, la conoscenza dell'altro attraverso il confronto e la condivisione delle esperienze.

Proprio l'esperienza è diventata la chiave della sua comunicazione che, oltre ad esprimersi attraverso colori ed immagini, negli ultimi anni ha trovato terreno fertile nella scrittura.

I libri, che l'hanno accompagnata fin dalla tenera età, sono sempre stati i suoi migliori compagni di viaggio. Fondamentale l'aver frequentato il Liceo Classico dove ha incontrato professori ed autori che le hanno dato la possibilità di "aprire gli occhi" e quindi di sviluppare una visione critica, approfondita e mai immutabile, del vissuto e dei suoi accadimenti.

La sua scrittura è diretta, efficace: un'istantanea del reale vissuto interiore. Il suo scopo è scuotere dal torpore, far riaccendere il fuoco che abbiamo dentro, farci sentire di nuovo vivi attraverso le nostre emozioni, lasciandole tracciare strade inesplorate, donando colore a ricordi sbiaditi.

Ci mette davanti uno specchio che ci riflette, ci obbliga a guardarci dentro e ri-vederci, ri-conoscerci: un'occasione per osservarci e osservare ciò che ci circonda con sguardo sempre nuovo donandoci un arricchimento personale costante.

Con l'editore "Power is in Dreams" ha pubblicato come scrittrice e grafica "La storia di Batuffolo" (2023) e "Lol e la terra bruciata" (2024).

## Mery Casanova



Nata a Belluno nel 1976, Mery Casanova esprime sè stessa attraverso poliedriche espressioni artistiche, in un percorso libero e sempre in continua evoluzione. Disegnatrice, pittrice, illustratrice, negli ultimi anni si è specializzata anche nel disegno di cartoni preparatori per mosaici.

La realizzazione di questi disegni, creati per prestigiose committenze americane, è stata possibile grazie alla trasmissione della tecnica e alla condivisione delle commissioni con il Maestro d'Arte Vanni Samuele, allievo del grande Pietro Annigoni, accrescendo così ulteriormente il proprio know how professionale.

La sua formazione, dapprima come disegnatrice tecnica e successivamente come tecnica di restauro dei Beni Culturali, viene continuamente arricchita da studi e corsi dedicati al settore artistico – uno su tutti, il corso di disegno presso l'Istituto per l'Arte e il Restauro di Palazzo Spinelli a Firenze.

La sua competenza, che unisce conoscenze tecniche e approfondimenti specifici su tecniche artistiche dal passato, forma un bagaglio importante che le permette di avere al contempo la più ampia libertà di espressione e solide basi professionali.

Il desiderio di condividere questa passione per il mondo dell'arte la spinge nel 2018 a fondare Matite Curiose: una realtà dove convergono numerosi progetti legati da questo unico filo conduttore. Da qui iniziano Workshop itineranti di disegno, collaborazioni con artisti, lezioni individuali aperte a tutti, in cui Mery dedica spazio a coloro che, come lei, sono "Matite Curiose".

Con l'editore Power is in Dreams" ha pubblicato come illustratrice "Lol e la terra bruciata" (2024).

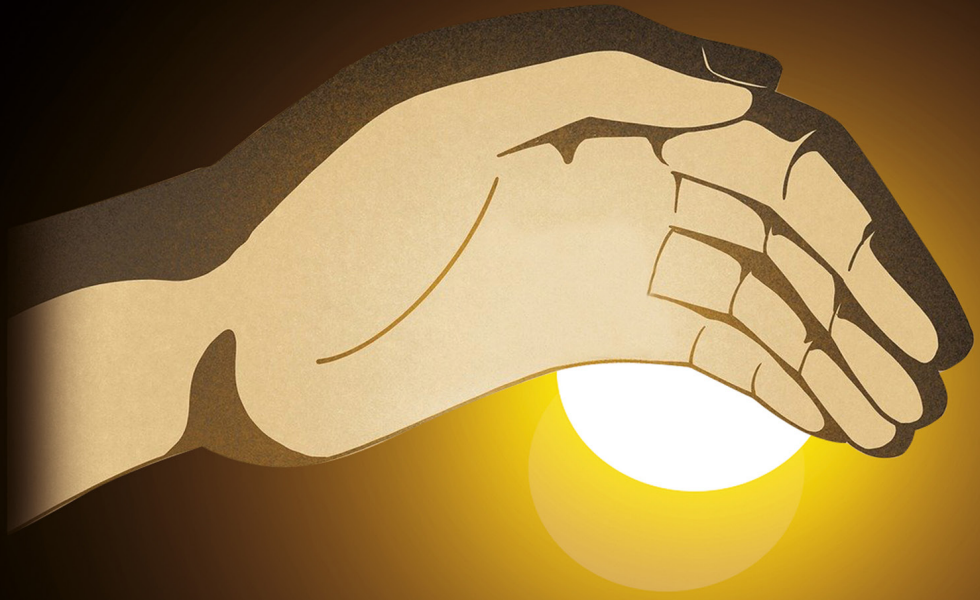




LOL  
E LA TERRA BRUCIATA

© EDIZIONI POWER IS IN DREAMS 2024





COSA È SUCCESSO?



LOL APRÌ GLI OCCHI:  
INTORNO A SÉ  
NON C'ERA PIÙ NIENTE.





*Tutto sembrava bruciato.  
Non riusciva a crederci*

*Tutto era immobile, pietrificato.  
Non un soffio di vento, un rumore.*

*Il sole era talmente forte  
che accecava.*



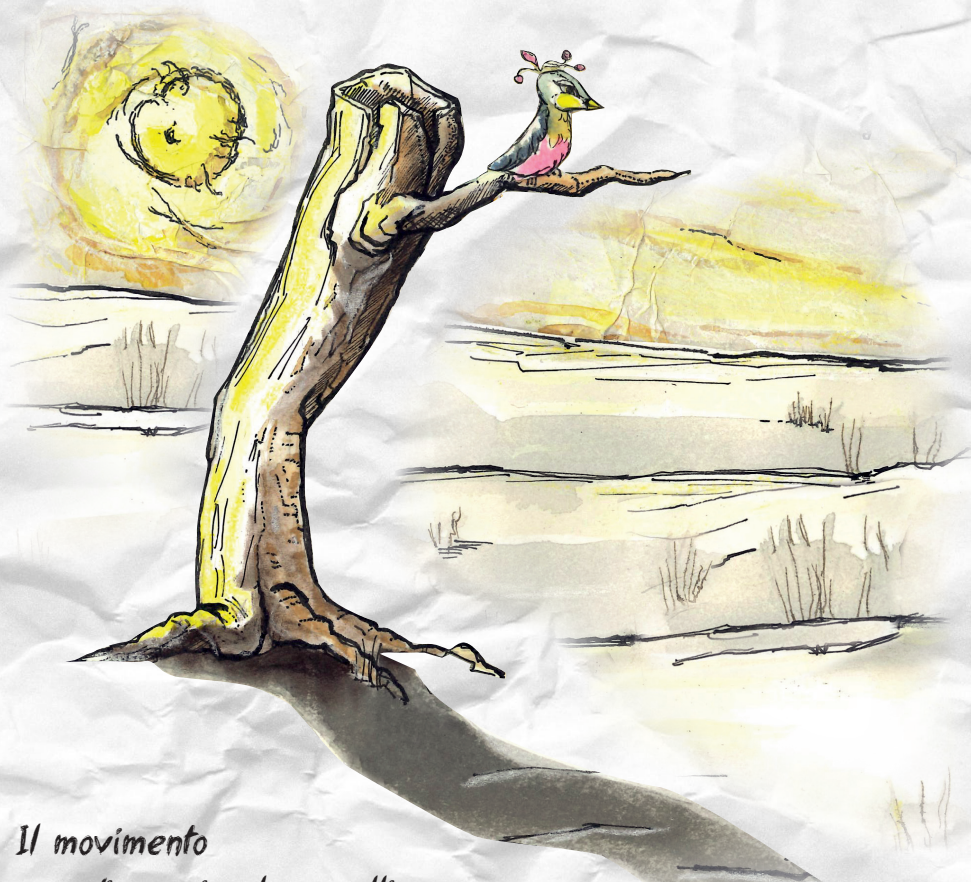


Con gli occhi a terra  
vide un'ombra lunga  
sul terreno.

All'improvviso,  
una figura  
si mosse veloce  
sopra di lui.  
La seguì e...



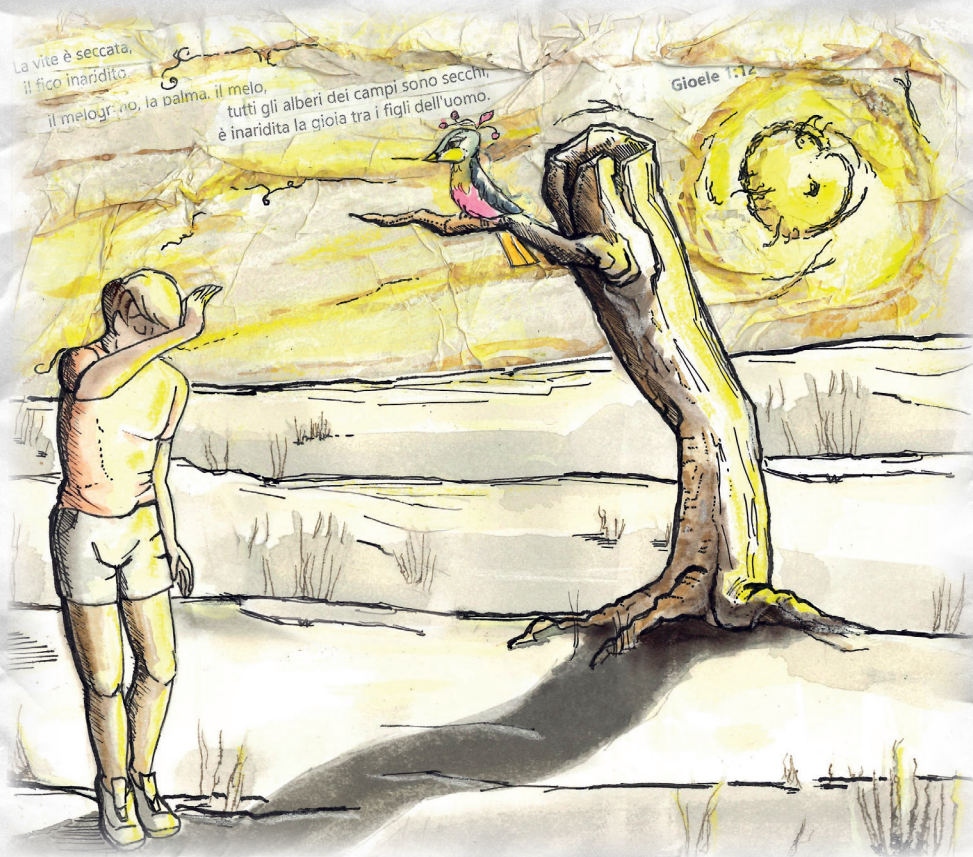
*Si accorse che l'ombra lunga era di un tronco,  
una specie di albero o quello che ne rimaneva.*



*Il movimento  
era di un piccolo uccellino  
che se ne stava lì, appollaiato, e lo fissava.*

**TUTTO ERA DAVVERO ASSURDO**

*Lol non riusciva a spiegarsi come fosse arrivato lì,  
che strada avesse fatto e, soprattutto, PERCHÉ?*



*Chi mai avrebbe deciso di trovarsi in un posto del genere?  
Solo a guardarlo metteva una tristezza infinita,  
come infinito era l'orizzonte della solitudine che lo circondava.  
Sembrava che lì la vita non avesse mai abitato.*

**“E ADESSO,  
CHE FACCIO?”**

Non giudicatemmi per i miei  
successi ma per tutte quelle volte che  
sono caduto e sono riuscito a rialzarmi.

Nelson Mandela

**“COME ME NE VADO VIA DA QUI?”**

Così è la vita  
Cadere sette volte  
e rialzarsi otto.

Proverbio giapponese



*Lo sconforto prese fin da subito il sopravvento e  
Lol si lasciò cadere a terra come un sacco vuoto.*

*Non c'era nemmeno un sasso su cui sedersi,  
un albero sotto il quale ripararsi.  
Solo quella specie di palo secco  
conficcato in terra  
e un piccolo uccellino.*



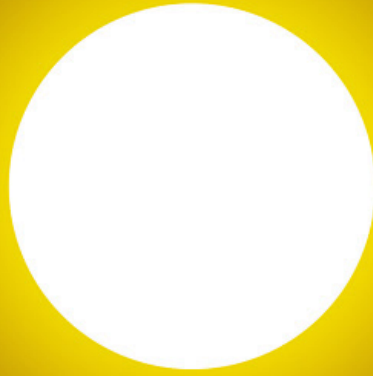
*Sentiva che quel luogo,  
pian piano, gli stava entrando dentro.*



"Nella vita, crescere significa scendere in profondità dentro te stesso  
lì è dove sono le tue radici."  
OSHO

*Le sue gambe sembravano radici che, attraverso il terreno,  
raccoglievano la solitudine, l'aridità e immobilità  
di quel paesaggio spoglio e senza vita.*

*Si sentiva smarrito.*



*“Non voglio stare qua, ma che posto è?”*

*“Ma perché?”*

Iniziò ad urlare ma la sua voce si perdeva nel vuoto.

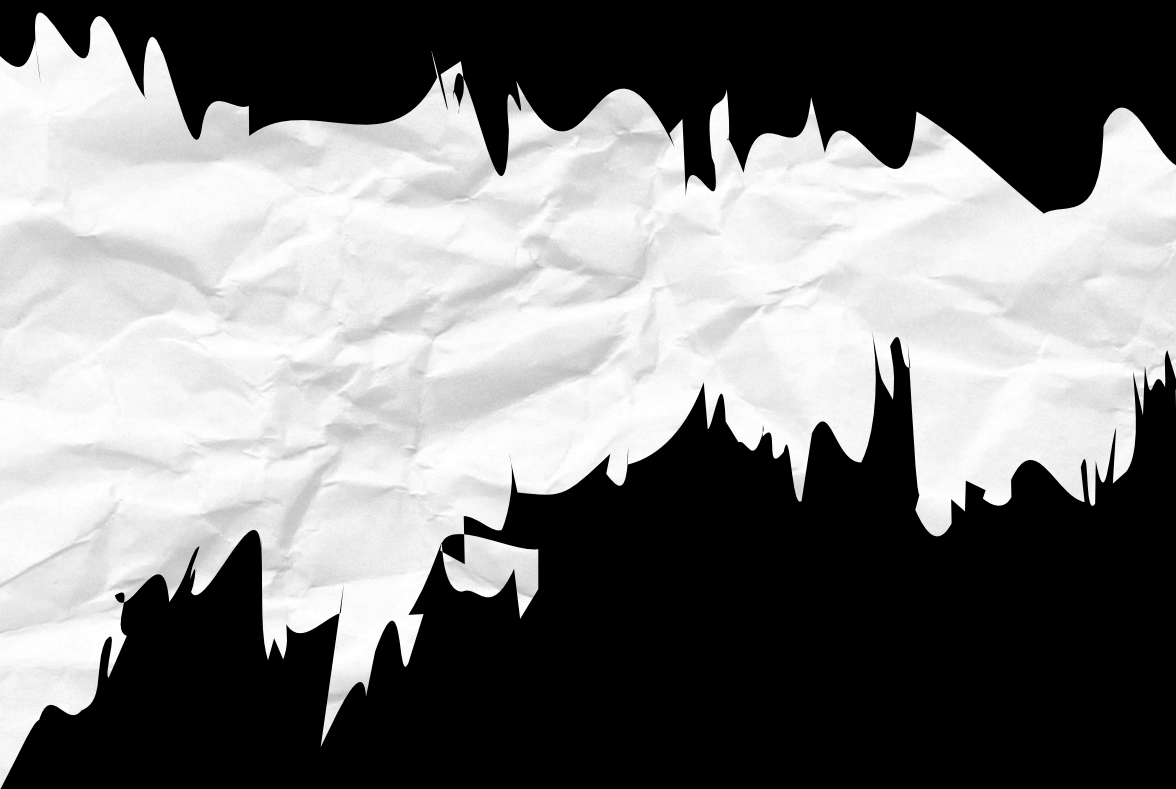



Avvertì salire da dentro, dal profondo,  
una **RABBIA INCONTROLLABILE** che gli offuscò la vista  
e fece scendere sulle guance delle lacrime calde.



*Questa reazione aumentò ancora di più la sua collera  
che divenne incontenibile e acchiappò il suo corpo:  
improvvisamente si sentì una marionetta  
nelle mani di questa furia che lo sbatteva  
da una parte all'altra con gesti e grida senza senso.*





A black and white photograph of a piece of crumpled paper. The paper is white and has a highly textured, wrinkled surface. It is set against a solid black background. The edges of the paper are jagged and uneven, suggesting it has been torn or crumpled. In the center of the paper, the Italian phrase "Poi di nuovo il silenzio" is written in a simple, handwritten-style font.

*Poi di nuovo il silenzio*

Lol si guardò in torno  
e cercò di ricomporsi come meglio poteva.  
Per fortuna quella rabbia incontenibile se n'era andata  
ma lo aveva lasciato senza forze.

“Adesso,  
cosa faccio?”

“Adesso,  
cosa faccio?”



“Adesso,  
cosa faccio?”

“Adesso, cosa faccio?”  
si ripeteva spaesato.

All'improvviso  
si alzò un venticello leggero, rinfrescante.



Lol fece un respiro profondo



**"HAI FINITO?"**

**"Chi parla? Chi sei?  
Dove sei?"**

*Chiese Lol in un misto  
tra stupore e spavento.*

*"Oddio, ho le  
allucinazioni..."*

**"Non hai  
nessuna allucinazione.  
Sei qui, vivo e vegeto, non  
vedi?"**

**"CHI SEI? NON TI VEDO! DOVE TI NASCONDI?"**

**"Non mi sto nascondendo. Guarda sù"**

*Lol guardò in alto.*



*L'unico essere vivente,  
oltre a lui, in quel luogo era l'uccellino.*

“Non sarà mica lui  
a parlare?”



*“Esatto, sono proprio io!”*

*“?!”*

*“Dai su, coraggio. Non fare quella faccia.  
E' meglio parlare con me che agitarti  
come un pazzo come hai fatto un minuto fa.”*

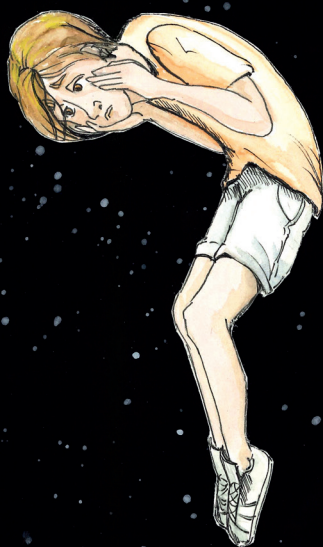
*“Hai perso la lingua?”*

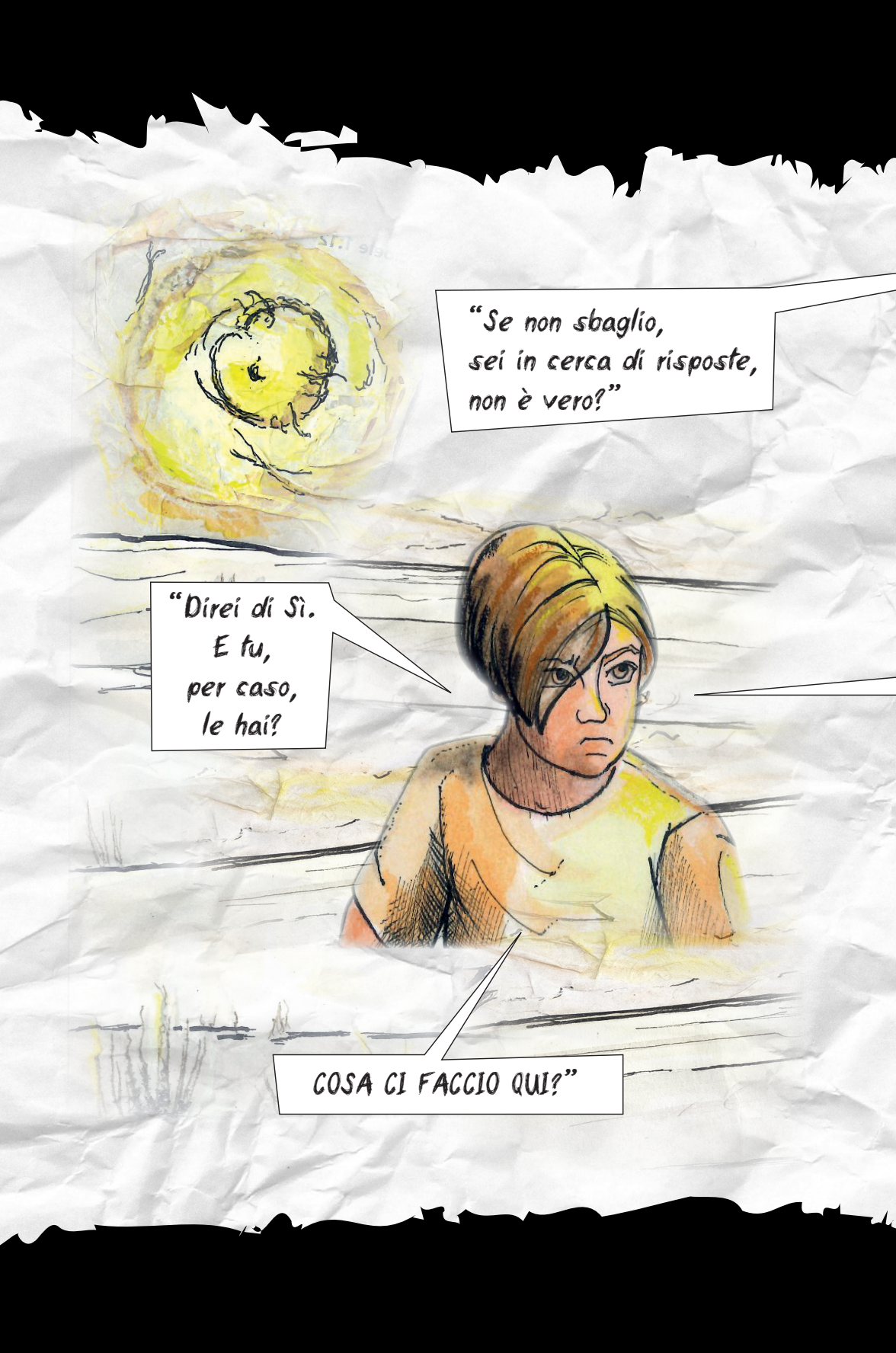


“NO!...NON SO...

NON SO COSA DIRE

NON SO COSA PENSARE”





*“Se non sbaglio,  
sei in cerca di risposte,  
non è vero?”*

*“Direi di Sì.  
E tu,  
per caso,  
le hai?”*

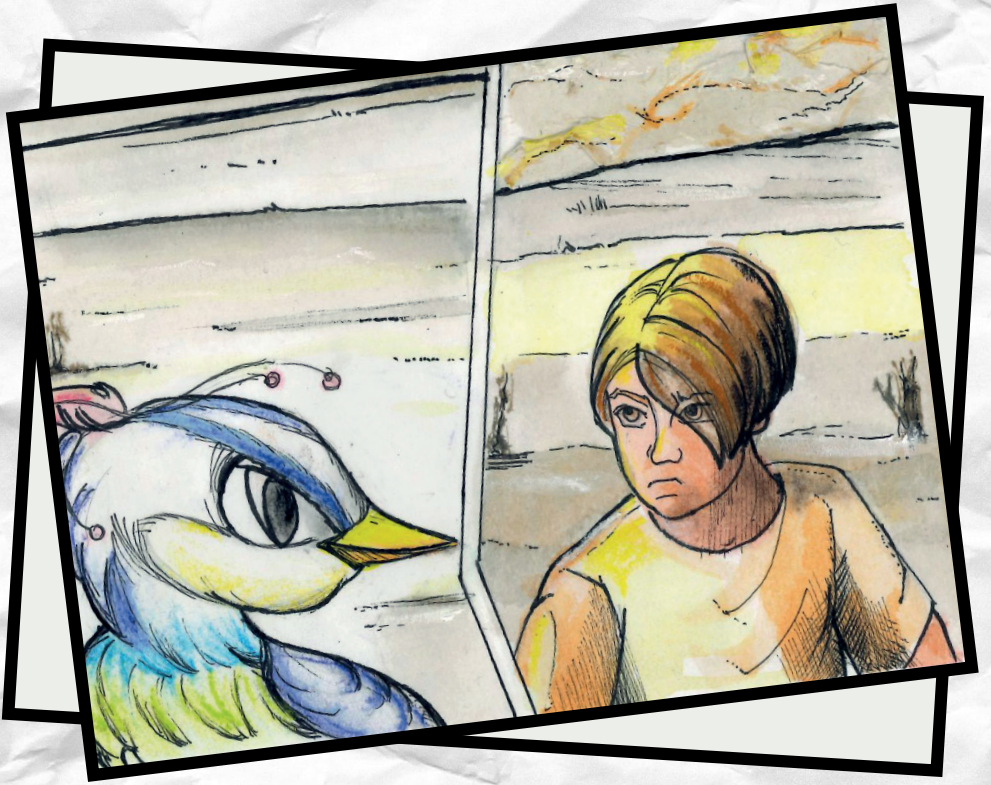
*COSA CI FACCIO QUI?”*



**“DAVERO  
NON RICORDI?”**

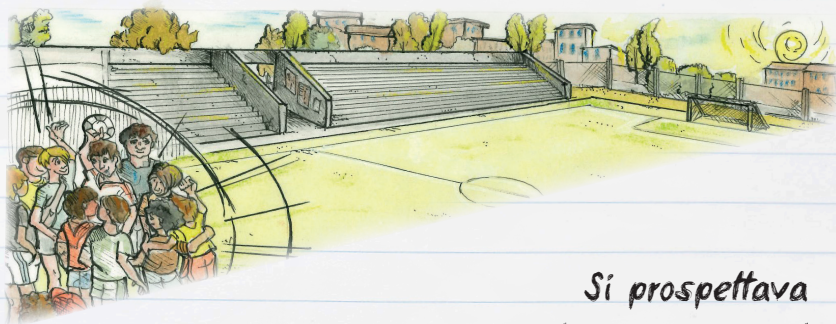
*“E cosa dovrei ricordare?  
Mi sono trovato, all'improvviso,  
in questo posto senza sapere  
come ci sono arrivato!”*

*“Sei sicuro? Prova a pensarci,  
fermati un attimo e rifletti.  
Riesci a ricordare  
l'ultimo posto in cui ti trovavi?”*



Ero al parco.  
Era una gran bella giornata!

Con i miei amici stavamo organizzando  
una **PARTITA A PALLONE**.  
C'erano anche quelli dell'altra classe.



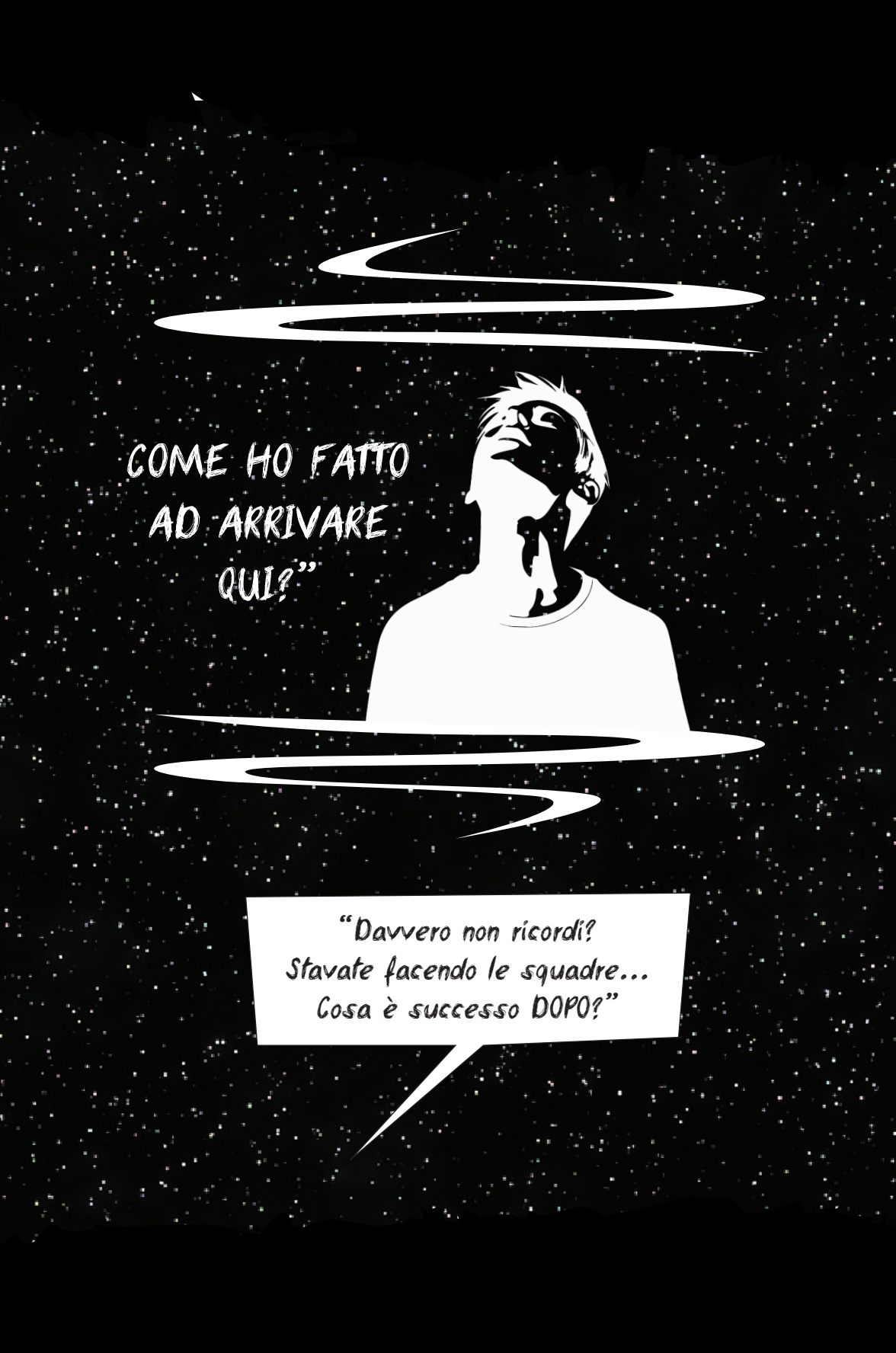
Si prospettava  
un grandioso pomeriggio!  
Stavamo facendo le squadre...

e poi non ricordo...  
**NON SO COSA SIA SUCCESSO DOPO**

...







COME HO FATTO  
AD ARRIVARE  
QUI?"

*"Davvero non ricordi?  
Stavate facendo le squadre...  
Cosa è successo DOPO?"*

*Giovanni stava facendo le squadre.*

*Io volevo giocare in attacco  
ma lui ha deciso  
che io dovevo stare in difesa.*

**NON VOLEVO FARE IL DIFENSORE,**  
*non era la mia specialità  
e tra gli avversari  
c'erano degli attaccanti molto forti.*



Durante la partita  
mi sono trovato di fronte Diego.

Noi siamo amici,  
ma quando gioca,  
non fa sconti  
a nessuno.



Ho provato a fermarlo anche  
se è il doppio di me  
in altezza e larghezza,  
ma quando è in campo  
sembra che voli  
e mi ha superato  
senza nemmeno vedermi.

Ho cercato di riprenderlo  
ma è stato impossibile:  
è andato in porta  
come se stesse  
giocando da solo.



**GOAL!!!**

*“Dai Lol, forza! Un po’ di impegno.  
Questa è andata, ma la prossima  
non lo facciamo passare!”*



*Grida Gigi dall'altra parte del campo.  
IO CE L'AVEVO MESSA TUTTA!  
Avevo detto a Giovanni che non volevo stare in difesa.*

*“Se va avanti così ci stracciano  
e magari viene fuori che è pure colpa mia!”*

*Iniziavo ad essere un po’ agitato,  
sentivo il fiato sul collo.*

La partita ricomincia.  
La squadra non si fa scoraggiare  
da questo primo punto.  
Andrea grida pieno di entusiasmo:  
“Dai ragazzi! Siamo solo al primo tempo,  
possiamo e dobbiamo farcela!”



E poi avanza.

Gli avversari sono tosti, lui non si fa intimorire,  
e, fra passaggi magistrali  
e dribblaggi memorabili...



riesce a fare GOOOOAAAL!

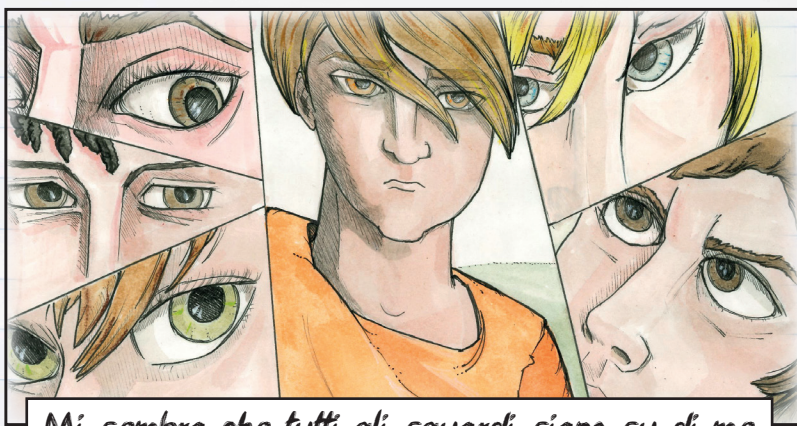
**"E VAI, MENO MALE! SIAMO PARI ADESSO"**

*e firai un sospiro di sollievo.*

*Sono tutti euforici. La partita entra nel vivo.*

*Chi segna il prossimo punto ha vinto.*

*La tensione è alle stelle.*



*Mi sembra che tutti gli sguardi siano su di me*

*I compagni fanno un gioco bellissimo, sono quasi vicini alla porta avversaria, ma vengono fregati*

*da Giulio che, con un passaggio formidabile, riconsegna la palla a Diego.*

*Il Gigante Buono in un baleno risale il campo.*

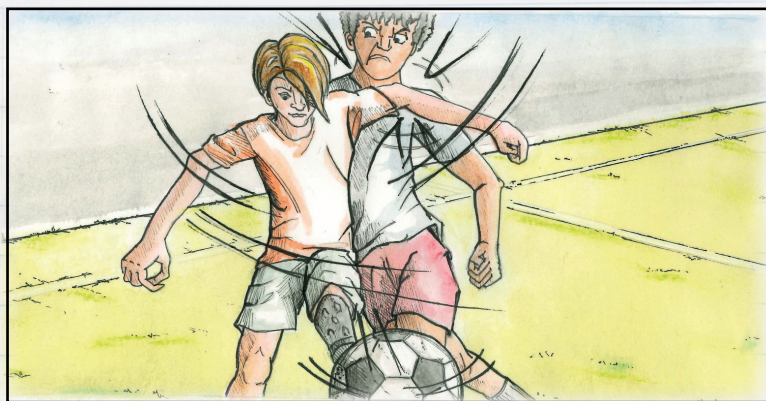
Ecco di nuovo Diego



“Devo recuperare  
la palla ad ogni costo.  
Sta volta NON  
posso sbagliare”

“Adesso ti frego io!”

e senza pensarci troppo, per prendere la palla,  
mi ci butto addosso usando tutta la mia forza.



“Fallooooo! Calcio di punizione.”

Il gioco si ferma.

*“Non ci credo:  
NON VOLEVO FARE FALLO,  
non ci ho mai nemmeno pensato!”*



*Avevo messo troppa energia in quell'azione:  
non era mia intenzione fare del male a Diego.*

"Scusami Diego!  
non pensavo ... non volevo farti male!"  
dissi a Diego che oramai era a bordo campo zoppicante.



Quel calcio di punizione  
non ci voleva proprio e  
nonostante i miei compagni  
stessero facendo di tutto per riprendere la palla,  
le cose non andavano per il verso giusto.

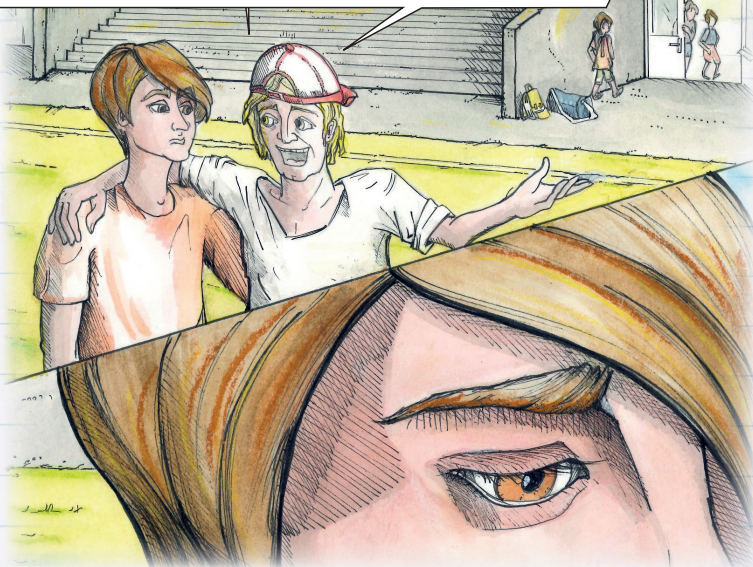
Ci fu una bella lotta ma alla fine il pallone entrò  
nella porta "sbagliata". "GOAL!"

**GLI AVVERSARI AVEVANO VINTO**

Gianni, che come sempre non le manda a dire, mi si avvicina e, mettendomi il braccio intorno al collo, mi dice:

“Ehi campione! La prossima volta portati anche una mazza da baseball, così sei sicuro che riesci a fermare l'avversario!”

Dai che andiamo a mangiarci un gelato da Marisa, che oggi fa un caldo assurdo!”



...SONO FRASTORNATO...

mi sembra di non sentire più niente.

Cammino come un automa

e intanto penso:



“Abbiamo perso, ho fatto male a Diego  
e Gianni mi prende pure in giro.

Se Giovanni mi avesse fatto giocare come attaccante  
non sarebbe successo!

E' COLPA SUA SE LE COSE SONO ANDATE COSÌ.  
NON ANDAVO BENE COME ATTACCANTE IO?”

In quel momento passa Diego  
ancora un po' zoppicante ma allegro e bonario  
come sempre e mi dice:



“Amico, oggi ti sei fatto un po' prendere la mano eh?  
Sembravi un toro impazzito! Se c'era qualcuno un po'  
più gracilino di me rischiavi di rompergli una gamba!”

Io sono solo riuscito a dirgli:  
“MI DISPIACE TANTO DIEGO...”

ma lui e se ne stava già andando  
accompagnato da una fragorosa risata.

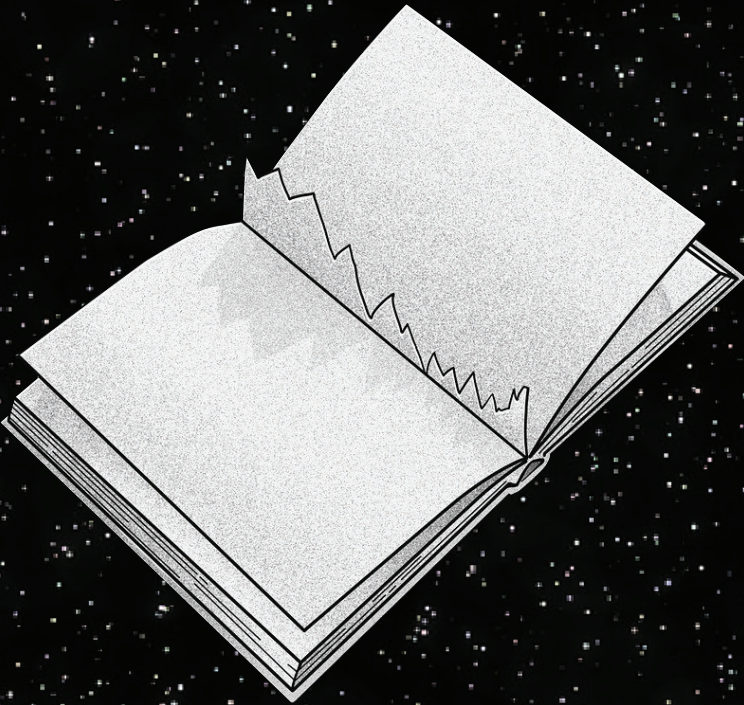
“Dai Looooo!  
Ti stiamo aspettando!  
Da Marisa, oggi  
c'è il gelato doppiogusto!”

“AHAHAH”



“DAI L0000L!”

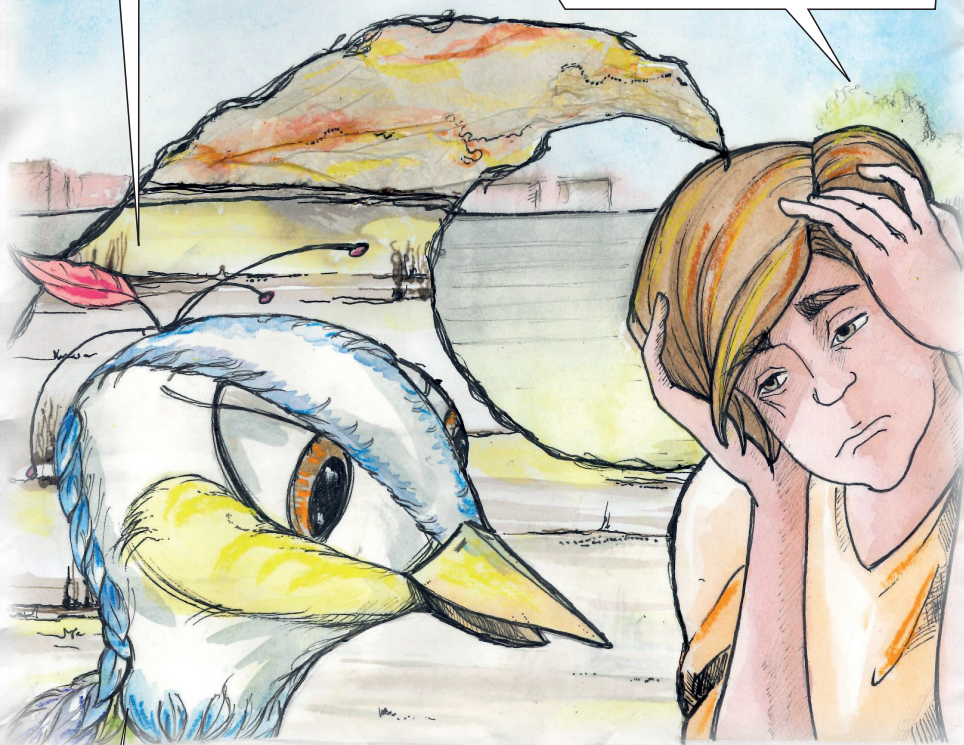
IL RACCONTO  
SI FERMA



LOL NON RIESCE A RICORDARE  
COSA È SUCCESSO DOPO

*“Sei sicuro di non ricordare?”*

*“Visto che sembra che tu ne sappia più di me  
prego, continua pure!”*



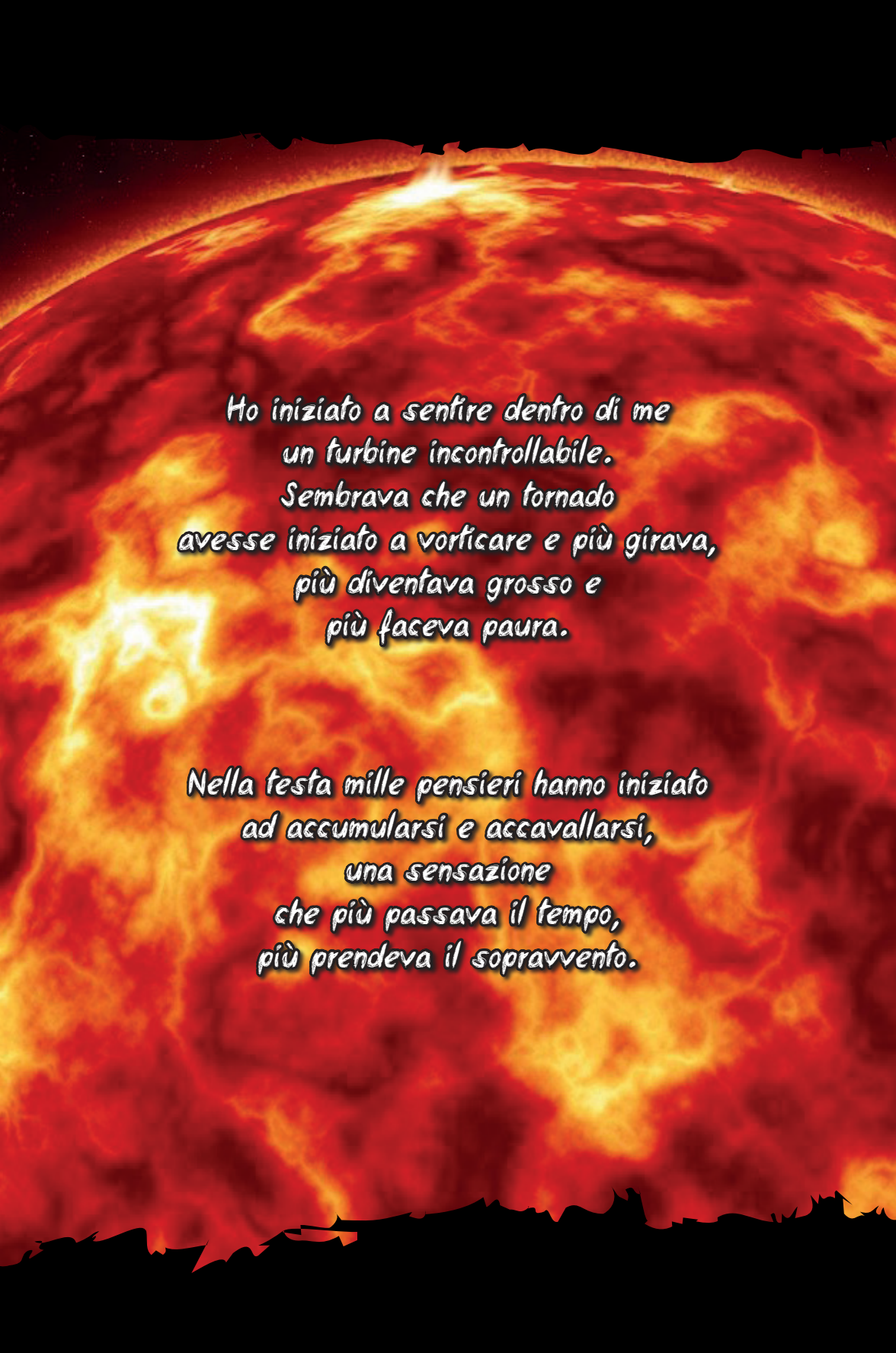
*Così Lol mettendo il broncio,  
volta le spalle all'uccellino incrociando le braccia.*

*“Ecco, molte volte, un gesto vale più di mille parole”*

*sentenzia il pennuto con sarcasmo.*

*Lol rimane così per un po',  
masticando quella brutta sensazione  
che si stava risvegliando in lui  
per le parole del piccolo amico.*

**POI RICORDA DI NUOVO**



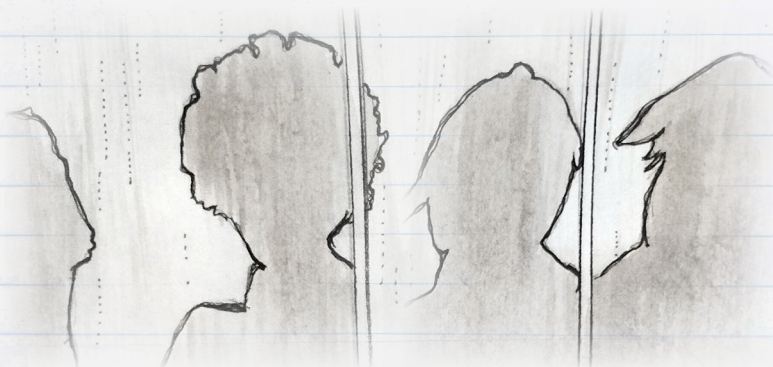
Ho iniziato a sentire dentro di me  
un turbine incontrollabile.  
Sembrava che un tornado  
avesse iniziato a vorticare e più girava,  
più diventava grosso e  
più faceva paura.

Nella testa mille pensieri hanno iniziato  
ad accumularsi e accavallarsi,  
una sensazione  
che più passava il tempo,  
più prendeva il sopravvento.

*Sembrava un'esplosione da film  
che parte da lontano e,  
mentre si avvicina,  
brucia tutto ciò che incontra  
finchè non trova uno sfogo.*



Mentre tutti ridevano,  
e parlavano delle azioni della partita e della giornata,  
non capivo come potevano essere così sereni e tranquilli.



“A nessuno interessa come è andata a finire?  
**ABBIAMO PERSO LA PARTITA!**”

Sicuramente se me ne vado, tutti inizieranno a sparlare di me,  
dandomi la colpa della sconfitta.”

“Le cose sono andate male perché Giovanni non mi ha dato  
il ruolo giusto, **L'HA FATTO A POSTA** per farci perdere.  
Lo sapeva che sono forte in attacco.”

All'improvviso

sento che non riesco più a trattenere quel senso di...

**OFFESA,  
FASTIDIO,  
VOGLIA  
DI VENDETTA**

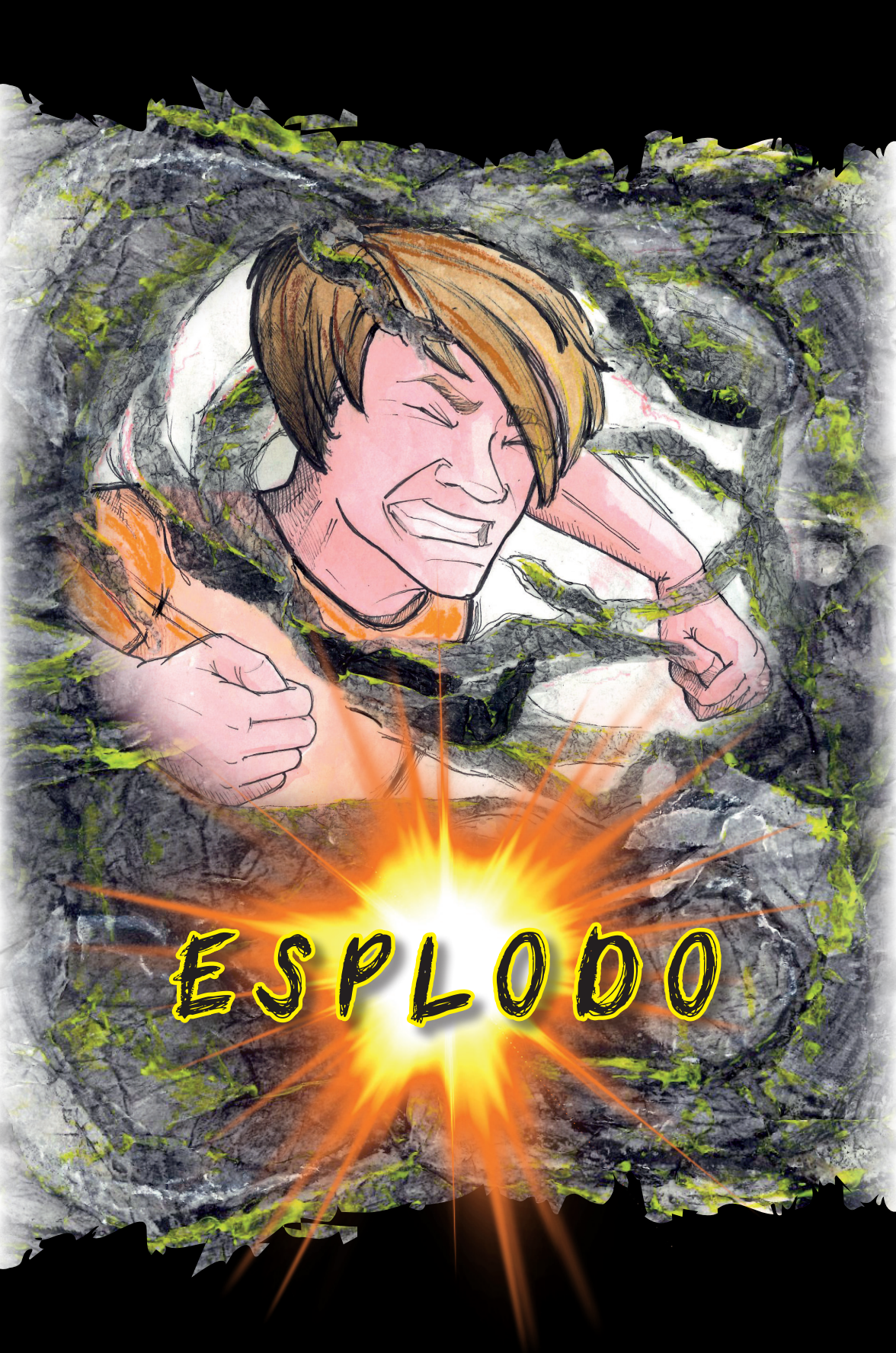
che si stanno  
muovendo  
dentro di me.

**MI SENTO  
SCOPPIARE!**

Quando Luca  
mi fa una battuta  
sul mio fallo a Diego ...

**...TUTTO DIVENTA BUIO...**





**ESPLODO**



**“Meglio che giochi a baseball”**

**“Sembravi pazzo”**

**Ho iniziato ad insultare tutti,  
a incolpare Giovanni per la sua scelta,  
Diego e Gianni per avermi preso in giro.**

**Ho urlato con tutto il fiato che avevo in corpo  
e poi me ne sono andato  
lasciando tutti a bocca aperta.**

**Credo che non abbiano nemmeno capito  
cosa stavo dicendo.**

*Mi sembrava che a loro non importasse niente di niente,  
che non gli importasse niente di me.*

*“COME POSSONO  
FARE COSÌ?  
COME POSSONO  
FREGARSENE  
IN QUESTO MODO?”*



*Abbiamo perso, Diego si è fatto male  
e stanno tutti lì con il loro gelato,  
a ridere e scherzare, tutti amici...*

**NON C'È PROPRIO NIENTE DA RIDERE!!**

*E poi quelle battute ...  
“Meglio che giochi a baseball” eh?  
“Sembravo un pazzo” eh?”*

*Più Lol ricordava, più le immagini e i pensieri  
si accartocciavano l'uno sull'altro.*




*Le mani iniziarono a sudare,  
la testa a ronzare, il cuore a battere  
e il respiro a diventare sempre più corto finchè...*

Con una forza inaudita sbattè i pugni a terra  
E SUCSESSE IL FINIMONDO.



**Bummm!!!**



*Il terreno intorno iniziò pericolosamente a tremare  
e, all'orizzonte, apparve una nuvola  
che più si avvicinava più sembrava un'onda scura  
accompagnata da un suono cupo e profondo.*

Gli uomini hanno paura di abbandonare le loro menti, perché temono di precipitare nel vuoto senza potersi arrestare.  
Non sanno che il vuoto non è veramente vuoto, perché è il regno della Via autentica.  
(Huang Po)




“Oddio,  
cosa è  
quella?”

Cosa sta  
succedendo?”

*Lol urlava e, preso dal panico,  
correva a destra e sinistra  
ma non trovava un posto dove proteggersi.*

*Il vento era diventato così forte che si aggrappò  
a quel gracile palo dove l'uccellino, imperturbabile,  
rimaneva serenamente fermo a guardarlo.*



“Cosa fai lì? Non scappi?  
Non hai paura?”

“Ma non vedi quella massa scura  
che sta per travolgerci?”

“Io assolutamente no.  
E perché dovrei avere paura?”

“Forse,  
sei tu che  
dovresti  
osservare  
meglio  
quello  
che vedi.”

Lol era stralunato, non ci capiva più niente.  
Il grande nero era sopra di loro.  
Ormai erano spacciati.





AD UN TRATTO



UN LAMPO

Il vuoto, che concettualmente rischia di essere scambiato per il puro nulla, nei fatti è il serbatoio di infinite possibilità.

(DT Suzuki)

Se apriamo le mani, possiamo ricevere ogni cosa. Se siamo vuoti,

(Buddha)

possiamo contenere l'universo.



“Vuoi dirmi che, visto che lì dentro ci sono le mie emozioni? Sono stato IO a creare tutto questo?”

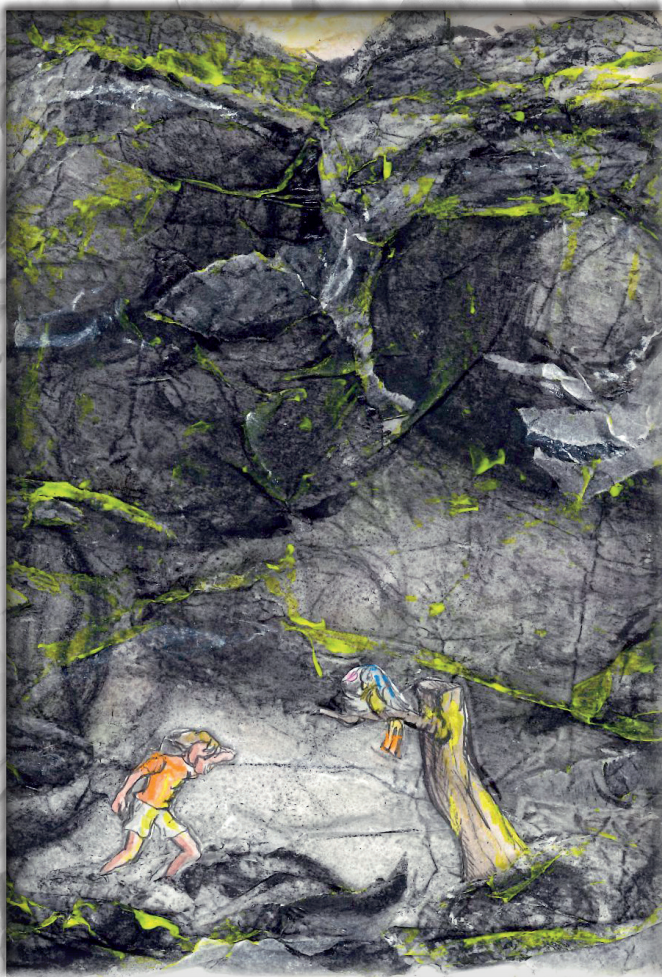
“Bravo! E' proprio così. Io non ho paura perché quella cosa nera non riguarda me. Io ci passerò in mezzo e ne uscirò senza un graffio ma, a te, cosa succederà?”

“AIUTAMI!  
Non so cosa fare!  
Come posso fermare da solo tutto questo?”

“Puoi fermare tutto questo nello stesso modo in cui lo hai creato.”

“Oh, andiamo!  
Non c'è più tempo ormai!  
Dammi una mano!”

“E tu ascolta quello che ti ho detto, hai già la soluzione.”



*Nel frattempo  
quel grosso, gigantesco mostro  
li stava inghiottendo,  
inesorabile,  
con tutta la sua forza  
e devastazione.*



**“OK: POSSO FERMARLO  
COSÌ COME L’HO CREATO**

**MA, COME HO FATTO  
A CREARLO?**

**OK, SONO LE MIE EMOZIONI  
E CI SONO PERCHÉ...?**

**... PERCHÉ ...**



*non ho potuto fare quello che volevo*

*non mi sono sentito  
considerato*

*mi sono sentito offeso*

*nessuno  
si è preoccupato  
per me*

*nessuno mi vedeva*

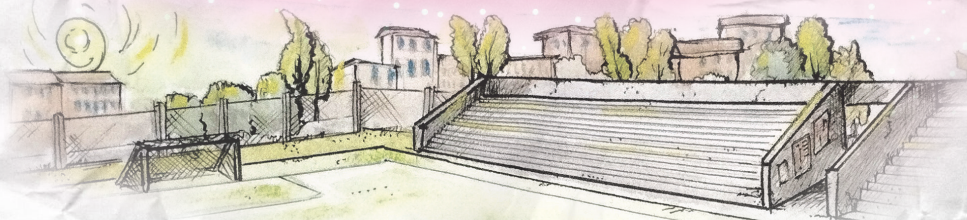
*Ad ogni parola di Lol, quella massa distruttiva  
sembrava perdere di potenza,  
diventare via via più chiara,  
dissolversi nel vento fino quasi a scomparire.*



*L'orizzonte si era fatto terso e intorno il paesaggio  
sembrava piano piano riprendere forma e vita.*

*“Dove è finito il mostro nero?  
Cosa sta succedendo?”*

*“Una magia: TI SEI ASCOLTATO.  
Hai compreso le tue emozioni,  
le hai riconosciute e loro  
si sono sentite accolte, viste  
e si sono calmate.”*

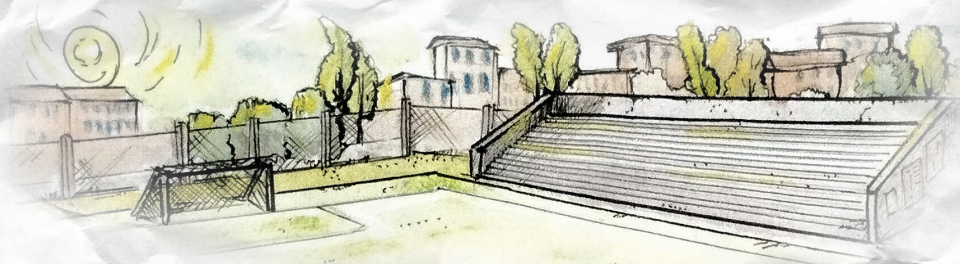


*Lol era rimasto  
a bocca aperta:  
non sapeva  
cosa dire e  
non riusciva  
a pensare.*

*“Ho riconosciuto  
le mie emozioni?”*



*Nel frattempo,  
il paesaggio intorno aveva cambiato aspetto:  
sembrava simile al parco dove Lol stava giocando,  
anzi, era proprio il parco!*



*E il deserto? Il palo conficcato a terra?  
L'uccellino?*

*Insieme a quel trambusto di emozioni  
era sparito anche quel bruttissimo scenario.*

*Tutto era tornato come prima della tempesta.*

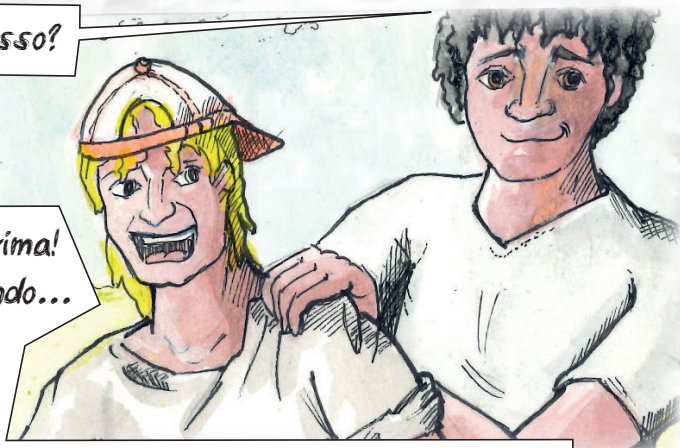
*Lol si senti chiamare.*

Cosa ti è successo?

Tutto OK?

Hai dato di matto prima!  
Sei andato via urlando...  
se è per la partita,  
**NON PRENDERTELA  
COSÌ TANTO!**

A noi non importa vincere o perdere ma stare tutti insieme.  
Giochiamo per quello! E poi, capitano certe giornate nere!  
La prossima volta andrà meglio, vedrai li straceremo!"

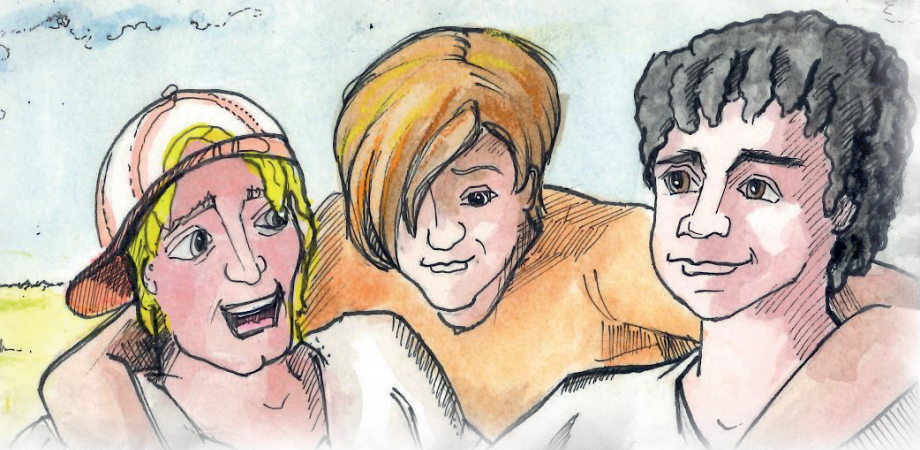


"Se ci metti metà della grinta che hai avuto oggi,  
quando ti sei arrabbiato, diventeremo imbattibili!  
Andiamo a mangiare sto gelato finalmente?  
Ho una fame che non ci vedo!"

Disse Diego incamminandosi verso la gelateria.

*Gianni e Diego erano veramente due grandi amici,  
i migliori che Lol potesse desiderare  
e glielo avevano dimostrato ancora una volta.*

*“Sono davvero fortunato”*



*“Ehi, aspettatemi! Oggi offro io!”*





IMPARIAMO  
DALLE NOSTRE ESPERIENZE

LE COSE NON SEMPRE



SONO COME SEMBRANO

"Dove è finito il mostro nero? Cosa sta succedendo?"

"Una magia" rispose cinguettando l'uccellino.

"Ti sei ascoltato. Hai compreso le tue emozioni, le hai riconosciute; così loro si sono sentite accolte, viste e si sono calmate."

Lol era rimasto a bocca aperta.  
Non sapeva cosa dire e non riusciva a pensare.

"Ho riconosciuto le mie emozioni?  
Ma, vuoi dire che, davvero, tutto questo è opera mia?  
Vuoi dire che, questo mondo, così immobile, vuoto e senza vita,  
rispecchia quello che avevo dentro?  
Tutto quello che provavo?"

Che le mie emozioni  
sono uscite fuori e si sono trasformate in tutto questo?  
Ma era spaventoso!" Disse Lol incredulo.



Solo nelle acque calme le cose si riflettono senza distorsioni. Solo in una mente tranquilla vi è una adeguata percezione del mondo.  
(Hans Margolius)

In quel momento Lol prende coscienza che ciò che vede non è quello che crede infatti l'uccellino inizia a spiegare come sono andate realmente le cose.

"Quando, dopo la partita, tutti i sentimenti che tenevi dentro sono scoppiati, uscendo, hanno letteralmente creato terra bruciata tutto intorno a te, proprio come fosse esplosa una bomba. Hanno creato un deserto di solitudine.

I tuoi amici non hanno capito cosa provavi e sono stati presi alla sprovvista dalla tua reazione. Per questo si sono allontanati. Si sono spaventati. Non sapendo cosa fare, hanno aspettato che tu ti calmassi per avvicinarti di nuovo.

Prima ti sei arrabbiato e poi ti sei chiuso in te stesso. Nessuno di loro poteva, in quel momento, raggiungerti dove ti eri rifugiato, quindi ti hanno lasciato in pace e allora ti sei sentito ancora più solo e incompreso. Quella sensazione-bomba ha creato un incendio che continuava ad alimentarsi con i tuoi pensieri che diventavano sempre più sconclusionati per giustificare la tua idea di essere stato offeso, di aver subito un torto, di essere stato preso in giro, non considerato e chi più ne ha più ne metta!"

Questa esperienza ti ha dato l'occasione per renderti conto che, il tuo essere così PERMALOSO, ha delle conseguenze davvero brutte. Grazie a questa vicenda hai imparato che, capire le tue emozioni dandogli il giusto peso, fa sì che tutto torni a posto permettendoti di vivere più serenamente. La permalosità potrà ripresentarsi in altre circostanze ma, se e quando succederà, dopo questa esperienza, saprai riconoscerla e saprai cosa fare. DIPENDE SOLO DA TE.

Non sempre troverai qualcuno capace di accogliere questo tuo modo d'essere, questo tuo stato d'animo che si trasforma in una "bomba ad

orologeria", perché racchiude molte emozioni e sentimenti diversi che possono essere fraintesi e non capiti. Ci sono molte persone che non hanno voglia di preoccuparsi per chi si arrabbia e tiene il muso, non hanno tempo di comprendere il perché di certe tue reazioni.

I tuoi amici, quelli veri, quelli che ci tengono a te, però ti staranno vicino. Sapranno accogliere i momenti in cui la permalosità si presenterà e ti aiuteranno ad allontanarla facendo una battuta per farti ridere o cambiando discorso per distrarti. Qualunque cosa facciano o dicano - una battuta, cambiare discorso, far finta di niente - sarà sempre e solo perché ti vogliono bene e vogliono passare dei bei momenti con te vedendoti felice e non triste o imbronciato per una sciocchezza. In questa maniera, a modo loro, ti offriranno l'occasione di riconoscere i tuoi sentimenti per quello che sono.

Se osservi "da fuori", con calma, quello che è successo, vedrai che Gianni voleva semplicemente fare una battuta per farti sorridere perché aveva visto che eri davvero abbattuto per aver perso la partita. Non pensava certo di offenderti.

Allo stesso modo Diego, che non si era arrabbiato se avevi esagerato un po' nel gioco, sapeva che quando si è in campo si è presi dal fuoco del calcio. Infatti si è fatto una bella risata anche se camminava zoppicando. Giovanni poi, nemmeno ci pensava di averti fatto un torto, semplicemente credeva che in quella partita, con quei giocatori, tu andassi bene in quel ruolo.

Attraverso questa esperienza hai imparato che, comprendere quando certe emozioni hanno ragione d'essere e quando possono trasformarsi in altro, è una cosa molto importante e questo puoi farlo solo quando ti guardi dentro, quando ti dai il tempo per ascoltarti, quando ti fermi ad osservare da dove provengono le tue sensazioni.

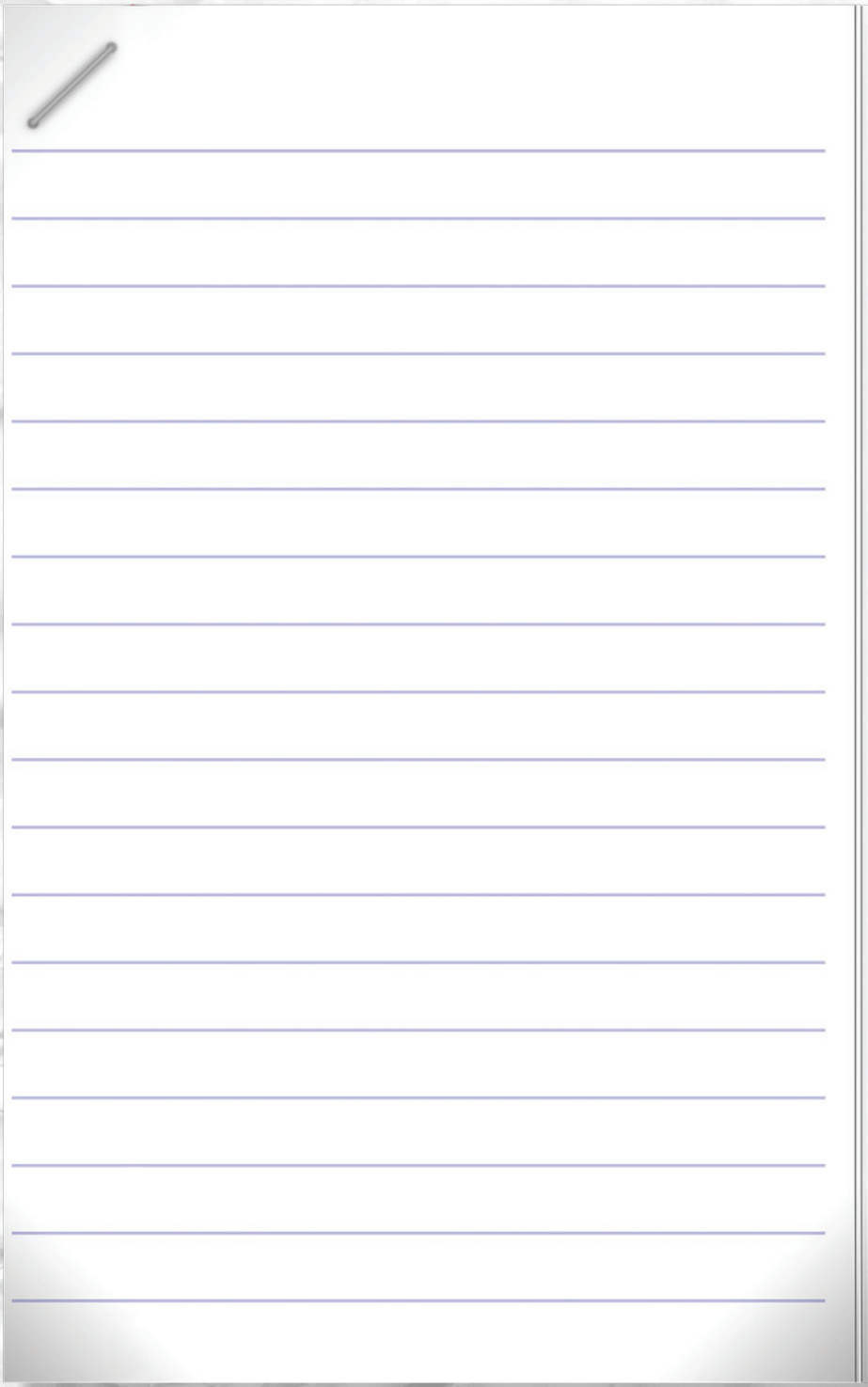
I genitori e gli amici possono aiutarti in questo ma solo se glielo permetterai".

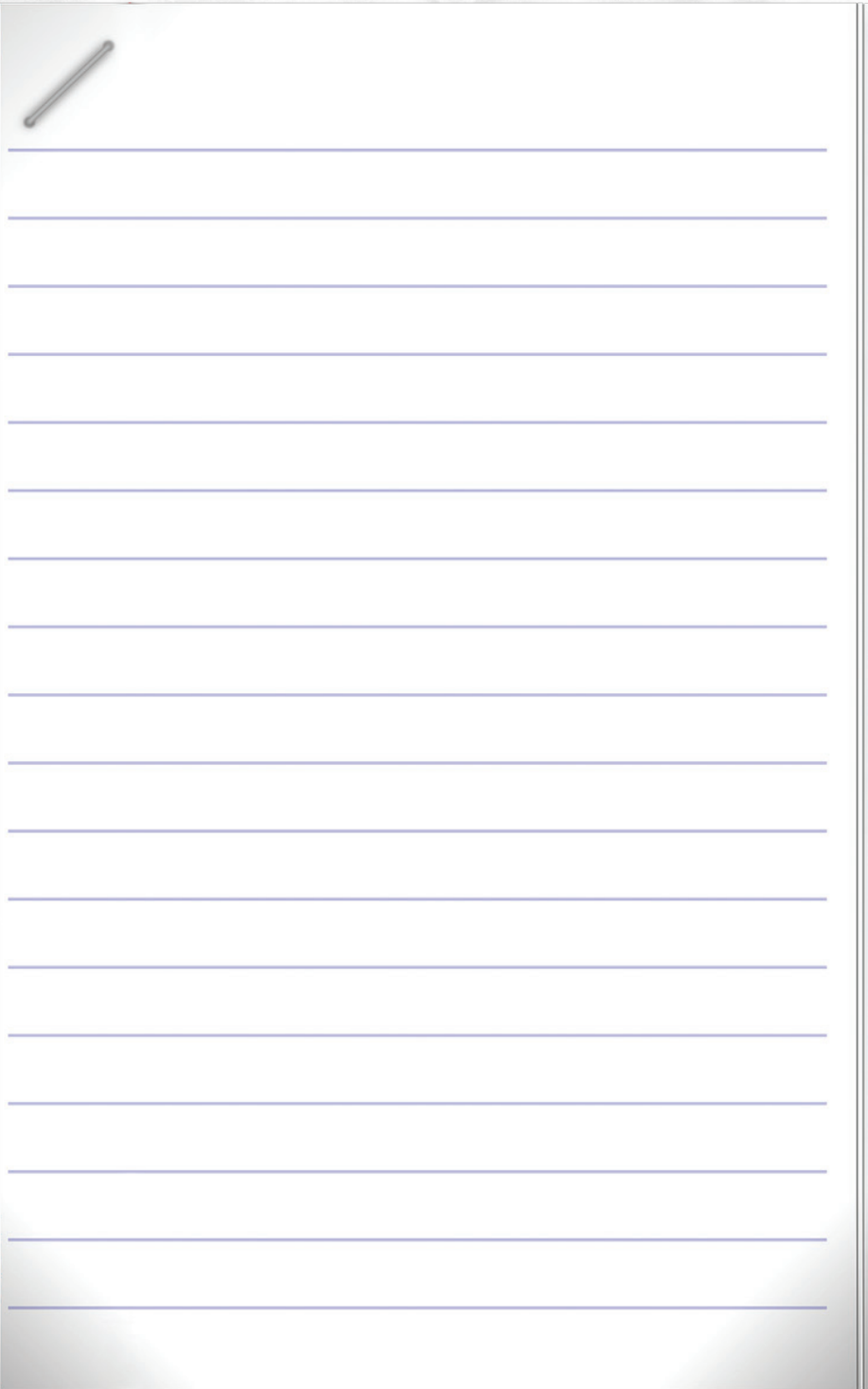
La felicità più grande non sta nel non cadere mai, ma nel risollevarsi sempre dopo una caduta.  
(Confucio)

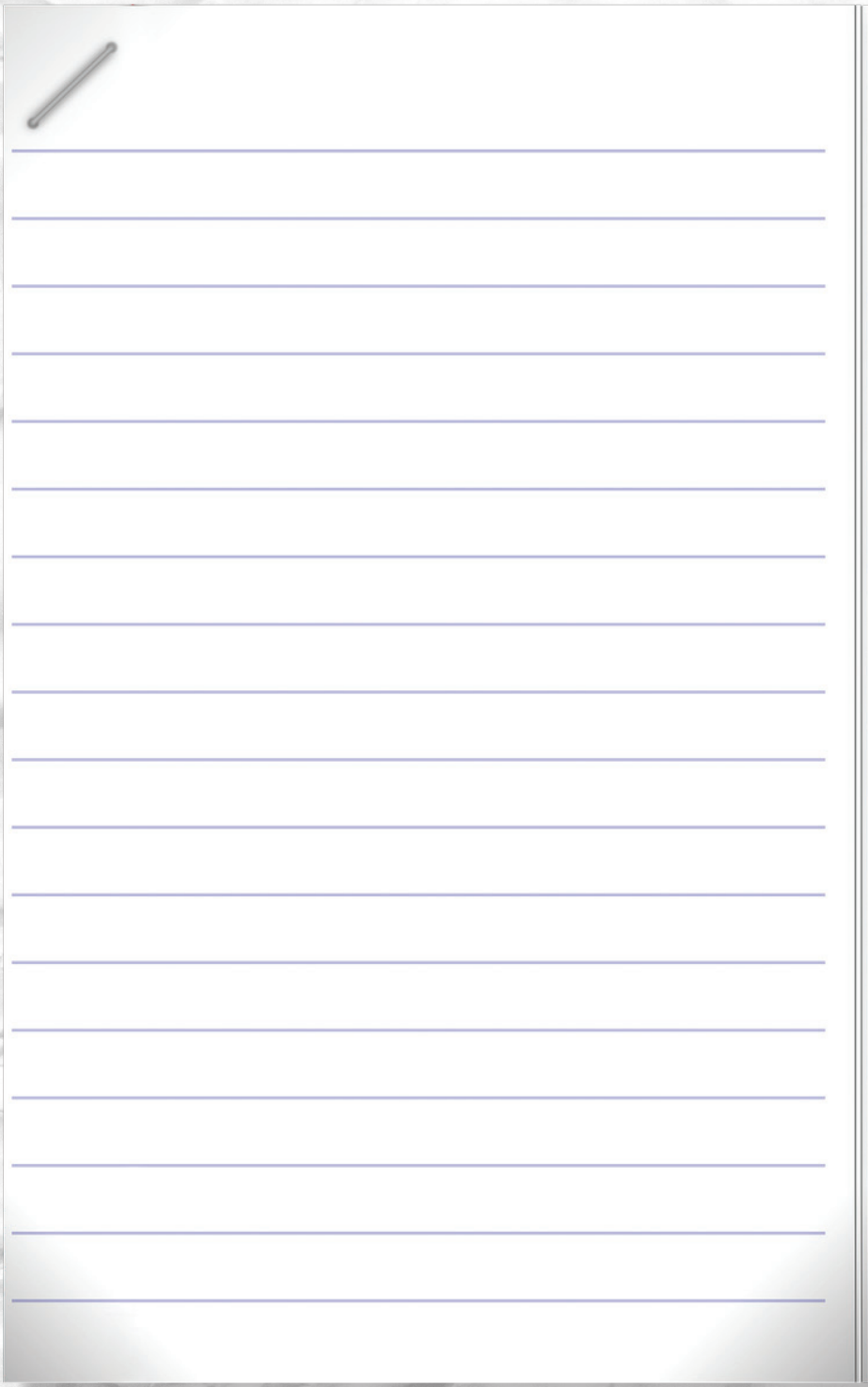


Caccia la malinconia dal tuo cuore, allontana dal tuo corpo il dolore,  
perché la giovinezza e i capelli neri sono un  
soffio.  
Ecclesiaste 11:10

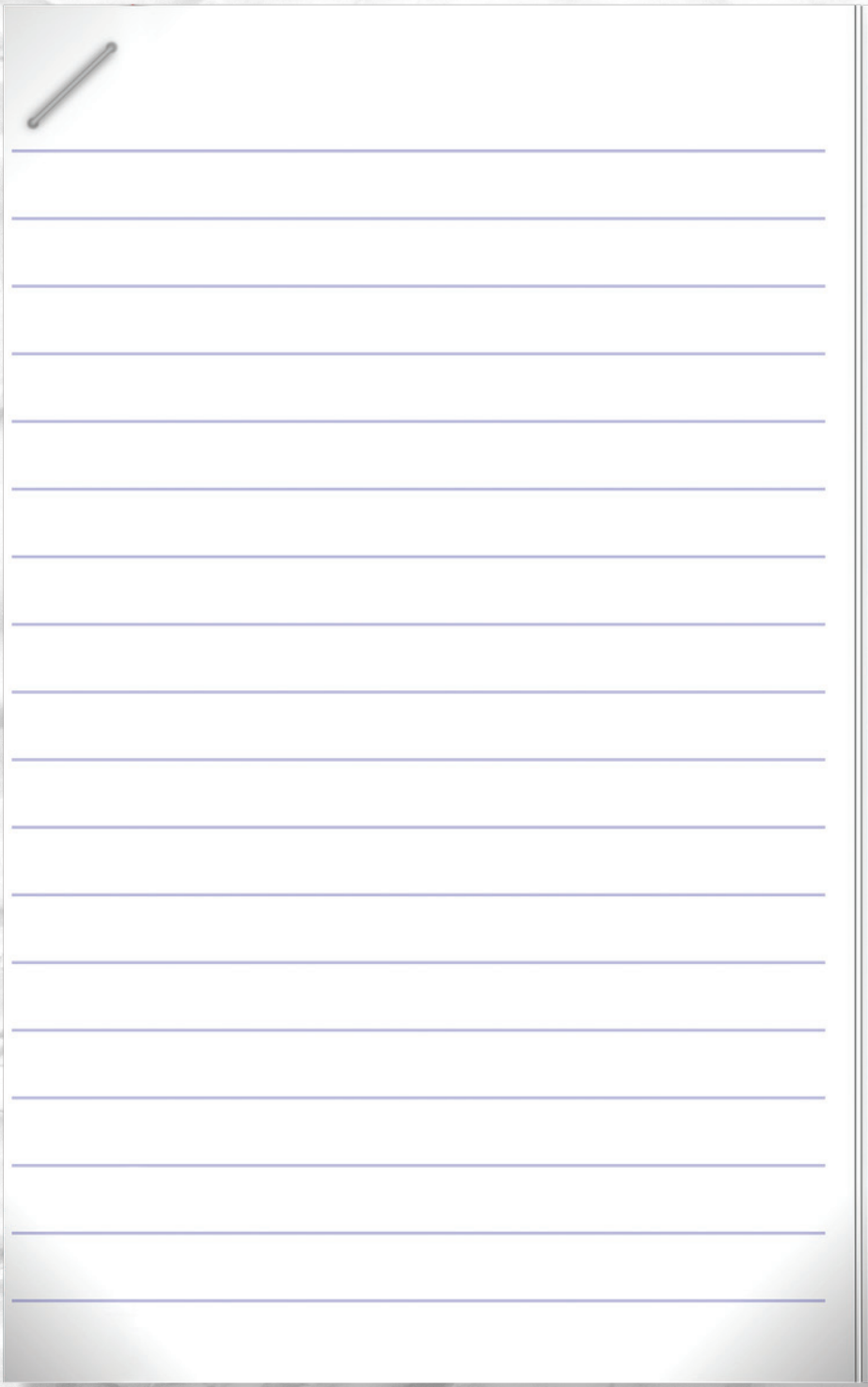




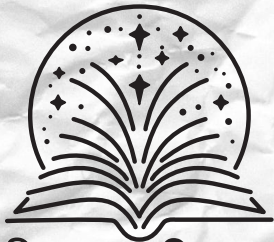












**Power is in Dreams**