

La ruota per la vita

Free your life!

Le immagini inserite nel testo hanno carattere esclusivamente illustrativo/esplicativo.

Il parere espresso è soggettivo dell'Autrice e in nessun modo vuole oltraggiare il sentire comune morale.

Clelia Pietrarolo

LA RUOTA PER LA VITA

Free your life!

Saggio

BOOK
SPRINT
E D I Z I O N I

www.booksprintedizioni.it

Copyright © 2021
Clelia Pietrarolo
Tutti i diritti riservati

*A tutti "i non finiti"
e all'Italia che non si spaventa...*

Ascolta la canzone "Un italiano" di Toto Cutugno

*Dal libro "Il cappotto di Astrakan" di Piero Chiara:
"Passò uno dei tanti inverni di quegli anni,
Dei quali non ho memoria
Tanto furono uguali l'uno all'altro...
Preziosi doni del tempo, che si accettano
Con indifferenza, senza pensare che
Ricchezza sarebbero a saperli adoperare,
Sempreché fosse possibile a tutti
Far buon uso della vita,
Portarla come una pelliccia di Astrakan
E non come un giaccone da galeotto..."*

*"... comunque fosse, la mia lettera era partita
E aveva cominciato il suo viaggio e come la
Lettera di Maurice al Padre Eterno che,
Importava più che altro averla scritta,
O la barca di Ferdinando che,
Importava soltanto averla costruita...
Quanto alla sua destinazione, avrebbe corso
La sorte di un manoscritto nella bottiglia,
Affidato alle onde del mare..."*



Il "*Non-Finito*" di Michelangelo Buonarroti

*Un pensiero a mio padre... e a mia madre...
"ho trovato una vecchia Bibbia sul tuo comodino
nella stanza da letto dopo la tua morte...
mi sono ricordata che dicevi sempre
che quando viaggiavi per lavoro negli USA in hotel
trovavi sempre una Bibbia e ti eri chiesto come mai...
La tua aveva un segnalibro su Giobbe...
Così alla fine stavi cercando di leggerla anche tu!
Tu che ti dichiaravi un ateo convinto...
Chissà se leggendola eri riuscito a capirla...
Ma... comunque sia... trovandola...
sono andata io a scoprire questa parte di vita
non esplorata da te... in tempo... per me...
E... visto che poi mi sono resa conto che era
la parte più importante di vita
da mettere al primo posto e non all'ultimo...
mi piace pensare di averla letta
e capita in questi anni anche per te...
Era la lettera d'amore di Dio per te... per tutti noi...
ognuno di noi... la bussola per non perderci...
la guida... sulla strada per tornare da Lui...
dal suo infinito amore per noi...
quello che tu e mamma avete desiderato trovare e cercato
e tentato così tante volte e così tanto
durante tutta la vostra vita... e noi con voi...*



PRIMO TEMPO

LA RUOTA DELLA VITA

CONOSCI TE STESSO



*“Considerate la vostra semenza
fatti non foste a viver come bruti
ma per seguir virtute e canoscenza.”*

Dante Alighieri, *Divina Commedia, Inferno.*

Prefazione

Emozioni: in famiglia costante e continua creazione di emozioni negative, da cui pensieri negativi e, di conseguenza, azioni negative o non efficaci anche per mancanza di passaggio di informazione, *feedback* e sostegno; creazione di uno stato mentale permanente negativo come sistema di pensiero negativo automatico con senso di inadeguatezza, credenze limitanti e devastanti, stato di panico mentale permanente, stato di ansia irrazionale permanente e di rabbia irrazionale, senso di colpa, frustrazione e senso di mancata speranza e vergogna come meccanismo sempre in funzione...

Emozioni e la comunicazione.

Comunicazione non sana: la non comunicazione o la comunicazione a senso unico anziché a due sensi, o reattiva a toni alti e maniere brusche anziché calma e a toni pacati, o comunicazione non assertiva. Comunicazione che ferisce l'amor proprio come dinamica di aggressività passiva e reattiva, comunicazione ossessiva.

Il linguaggio, i toni e la creazione dell'immagine base negativa a parole che rimane parcheggiata nel subconscio accanto al sé autentico bloccato (dottor Jekyll e mister Hyde): creazione di un ego non realistico, che non siamo noi ma creato da noi per sopravvivere. Ma, noi chi siamo? Come arrivare al nostro *Sé autentico e realistico* senza interferenze di persone e sistema che ci inquinino i pensieri e la vita col rischio di diventare qualcosa che non vogliamo es-

sere o diventare come non siamo, in grado di mantenere senza sforzo nel lungo termine?

Emozioni e area fisica: fuga da una realtà troppo dolorosa o che ci isola.

Poche amicizie e in genere con problematiche simili a quelle personali di partenza e quindi altrettanto limitanti come la realtà che si vive in famiglia che quindi si percepisce come unica realtà. Sentirsi un *outsider*, “fuori posto”. Cosa vuol dire?

Uso di cibo o sostanze per compensazione affettiva o senso di inadeguatezza, senso di mancata speranza o vergogna.

Oltre alla scarsa educazione su abitudini alimentari sane o di sano divertimento.

Risultato, emozioni ed energia: poca, molta poca energia. E sempre minore voglia di vivere man mano che la vita continua anziché il contrario quando non si riescono a centrare tutti i risultati in modo sufficiente per far girare la ruota della vita in un equilibrio costante nel lungo termine: vita tipo *rollercoaster*...

Ricordiamoci che noi siamo nati entusiasti (*en thèos* = Dio dentro), innamorati della vita e con un'energia elettromagnetica capace di ricaricarsi sempre, anzi sempre a maggior voltaggio.

E dobbiamo trovare persone e ambienti che possano ripristinare questo stato di cose se non l'abbiamo come partenza e mantenerlo nella nostra vita, sia negli eventi felici che negli eventi meno felici di mancanza o perdita.

Bene e ora vedremo il come.

E dopo...

Vedrete che riuscirete a far funzionare l'amore! *Make love work!* Ad amare la vita e ad avere una vita felice! *Have a good life!*