



43 – CALMA INTERIORE VISSUTA – In effetti, cosa intendiamo dire quando parliamo di calma interiore VISSUTA? Ognuno di noi ne ha un concetto proprio, unico, in traducibile.

Ma, qualcosa accomuna tutti. La consapevolezza della propria capacità di reagire. Non necessariamente finalizzata al successo. Ma a qualcosa di più semplice. Il Tentativo di lottare per riuscirci. Spesso, a dispetto di tutto e di tutti. Qualcosa che sentiamo dentro e che non siamo costretti ad esternare. I veri successi da noi raggiunti sono quelli che conosciamo appieno solo noi e che non dobbiamo stupidamente esibire... Prendiamo sempre più coscienza di noi. Riposeremo meglio, respireremo meglio, vivremo meglio. E se il mostro dell'ansia ci assale, immaginiamolo come una candela accesa. Soffiamoci sopra lo spirito del nostro essere, del nostro valere e quella flebile fiammella si spegnerà immediatamente. Non cadiamo nella trappola del sentirci vuoti o del rammarico di cose non fatte o perdute. Abbiamo ancora una vita, la più lunga possibile, per colmare quei vuoti per riappropriarci di percezioni perdute o di cose non fatte. Ce ne saranno, presto, altre. Più appaganti e più gratificanti. Perché, come afferma una nota pubblicità: "... noi valiamo ...". E ricorda, la felicità non risiede nel toccare il cielo con un dito. Bensì, nell'alzare quel dito verso il Cielo.

{comments on}