

Sara Conci

DI RESPIRI DELL'ANIMA

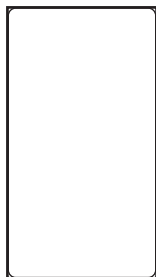
Parole e racconti senza tempo

EDIZIONI
DEL FARO 

Sara Conci, *Di respiri dell'anima*
Copyright© 2024 Edizioni del Faro
Gruppo Editoriale Tangram Srl
via dei Casai, 6 – 38123 Trento
www.edizionidelfaro.it – info@edizionidelfaro.it

Prima edizione: dicembre 2024 – *Printed in Italy*

ISBN 978-88-5512-466-9



L'etichetta FSC® garantisce che il materiale utilizzato per questo volume proviene da fonti gestite in maniera responsabile e da altre fonti controllate

Le parole, i libri e il tempo non hanno età.

DI RESPIRI DELL'ANIMA

Parole e racconti senza tempo

OSTACOLI SUPERATI

“Come hai fatto a superare le difficoltà?”

“Ho seguito i miei obiettivi, ben più grandi di tutti gli ostacoli.
E anche più belli.”

CHE STRADA HAI PRESO?

“Che strada hai preso”?

“La mia”.

Scegli la strada che più senti tua, un percorso che ti piaccia, e prosegui con onestà e tenacia, pur sapendo che sincerità e lealtà sono virtù e valori ormai di pochi.

Non adattarti, non accomodarti: distinguiti.

Sii te stesso, sempre.

Sii vero, con i tuoi pregi e i tuoi difetti, con il tuo imbarazzo e le tue certezze, con i tuoi sogni e i tuoi obiettivi.

Vai avanti. Senza mollare mai.

Se trovi un ostacolo, fermati un momento ma solo il tempo necessario a capire come muoverti per superarlo. Poi, con forza e ostinazione, vai avanti per la tua strada.

Ricordati che le personalità forti non hanno bisogno di vender-si o di scendere a compromessi: preferiscono sembrare contro-corrente perché sanno stare in buona compagnia ma sono altrettanto amiche della beata solitudine e vogliono bastare a sé stesse per raggiungere i propri traguardi, non attraverso le scorciatoie ma grazie alle fatiche vinte.



BASTARE A SÉ STESSE

“Sei sempre così felice ogni volta che t’incontro!”

“Dici?”

“Sì, sì! Anche quando ti vedo da lontano... anche tuo marito sorride sempre?”

“Non ho marito”.

“Veramente? Mi dispiace!”

“No, no! Non dispiacerti. A me non dispiace: forse è per questo che sono sempre felice.”

“Una bella ragazza come te... Credevo fossi sposata”.

“E invece...”

“Neanche qualche amico speciale?”

“No”.

“Ah... E come mai?”

“Non ne sento il bisogno”.

In passato ho sempre vissuto al massimo, prendendo le mie scelte da sola in ogni circostanza, nel bene e nel male. Non mi sono mai arresa di fronte a nulla. Anche nella vita amorosa ho sempre vissuto fino in fondo passioni e relazioni, amori e avventure; la mia fresca giovinezza e le esperienze sono state appaganti ma adesso mi sono stufata di giocare.

Sono felice di me stessa e con me stessa, so quello che valgo e che pretendo, ho i miei sogni e le mie ambizioni, e basto a me stessa.

Spasimanti ne avrei ma dietro alla mia dolcezza e sensibilità so di avere un carattere molto forte e indipendente, quindi non è facile conquistarmi. Non ho bisogno di attenzioni, né di qualcuno che mi faccia da stampella perché so benissimo stare in piedi da sola e, quando necessario, so pure combattere. Sono

autonoma e felice, e desidero qualcuno con cui condividere questa felicità. Voglio qualcuno che mi piaccia veramente, in tutto e per tutto, da coccolare e viziare, perché stare insieme deve essere un piacere, non un dovere o una comodità, e allora sarà bellissimo guardare avanti insieme.

Voglio qualcuno che sappia quello che vuole e che non abbia bisogno di tante amichette per sentirsi importante perché si può benissimo essere una coppia e reinventarsi ogni volta che si vuole. Voglio qualcuno che, come me, basti a sé stesso. Voglio qualcuno che abbia voglia di crescere, non di una semplice compagnia per non restare da solo o per abitudine. Voglio qualcuno con cui discutere per trovare punti d'incontro e non chi asseconda sempre o chi, viceversa, non accetta confronti. Voglio qualcuno che abbia voglia di scoprire, di conoscere, di ascoltare, di viaggiare ma pure di restare sotto alle coperte per una giornata intera... voglio qualcuno con cui fare l'amore tutte le volte che vogliamo perché volersi e aversi è la cosa più bella del mondo.

Di dire "sei bellissima" o "ti ho pensata" sono capaci tutti, ma io voglio qualcuno che sappia varcare la mia superficie, restando. Desidero qualcuno che sia aperto alla profondità e non solo alla superficialità. Voglio qualcuno che sia speciale e adatto a me, non uno a caso. Voglio qualcuno che sia "uno", intero, e non fatto di mille maschere.

Non cerco l'uomo perfetto, certo che no, ma aspetto l'uomo pronto a mettersi in gioco in tutto e per tutto. Facile a dirsi, difficile a farsi.

Desidero un uomo uno che sento vicino a me, non solo nelle parole, soprattutto nel cuore. Voglio qualcuno con cui costruire insieme le cose più belle, entrambi desiderosi di portare fuori il meglio che sta racchiuso dentro di noi. E allora aspetto, sen-

za fretta, poiché ho imparato che tutto arriva con la calma e con la pazienza. E intanto vivo. Vivo con me stessa. Vivo me stessa. Ed è bellissimo.

Novembre 2019

I DONI DELLA VITA: PICCOLI MOMENTI SEMPLICI E SERENI

Con una buona tazza di the fra le mani, un amico mi chiede: “Sei sicura che esiste la felicità? A volte mi chiedo come fai a vivere così? Lasciando andare situazioni e persone così facilmente. Non soffri?”

Sorrido. Guardo alla finestra ascoltando la Primavera che si avvicina sempre più ed ecco che i miei pensieri divengono parole. Non pensare che io non soffra mai: mi concedo lunghi pianti in solitudine, mi pulisco gli occhi, libero l’anima. Poi mi fermo.

Mi fermo e provo a guardare le cose da più punti di vista, cercando di trarne il buono perché da ogni incontro e da ogni situazione possiamo imparare qualcosa. Sempre. Se lo vogliamo.

Ognuno ha un suo percorso e può decidere per sé; io ho imparato a stare bene con me stessa. Sono tranquilla e serena, e so che bisogna avere stima e rispetto di sé, oltre che degli altri.

La vita è un dono: spetta a noi decidere come vederla e come viverla. O ti arrabbi, piangendoti addosso per quello che non va bene, oppure ti guardi attorno e ringrazi per quello che c’è.

È così che impari ad accettare le cose come sono: ringraziando e apprezzando quello che c’è, quello che conta. Il resto non ha importanza.

Conta quello che resta.

Conta quello che è vero.

Contano le presenze.

Conta chi rimane, nonostante tutto.

E allora bisogna andare avanti lasciando indietro ieri e coltivando giorni belli.

Questi sono i regali della vita, in fondo: piccoli momenti semplici e sereni che messi insieme fanno la felicità.

A proposito... lo sai che il mio gatto fa la pipì nel water?

21 febbraio 2021

UN AMICO MI HA CHIESTO

“Vedi tutto bello, tu: la natura, il sole, i fiori, le altre persone. Ma – mi ha detto un amico sincero, qualche giorno fa – dovresti dare valore a quello che sei tu, dentro di te. Per te, che cosa vorresti?”

Allora mi fermo e afferro i miei sogni.

Che cosa vorrei per me? Ciò che più temo.

Vorrei un amore travolgente e passionale, vero e sincero, che mi baci al mattino, mentre un raggio di sole ci spia.

Vorrei qualcuno in grado di abbattere il mio essere roccia, per scoprire cosa c'è dentro.

Per sciogliermi.

Per addolcirmi.

Per abbracciarmi.

Vorrei un Amore con la “A” maiuscola.

Sono sempre stata brava a inciampare in relazioni superficiali e a fuggire dalle emozioni profonde. Scappando via. Oppure facendo scappare. Perché quando sento troppo fingo di non sentire. E mi chiudo nel mio guscio. Quasi volessi sparire. Quasi non volessi tutto questo mio sentire.

E allora vorrei qualcuno che abbia il coraggio di restare, rispettando i miei tempi e la mia profondità, perché di giocare facile sono capaci di tutti ma... chi sa andare oltre?

Eh, lo so che forse pretendo troppo ma con me ci vorrebbe veramente un uomo con tanta pazienza. Ci vorrebbe qualcuno che sappia recuperarmi dal cielo quando volo via dal presente come fanno gli aquiloni, per riportarmi qui.

Vorrei un uomo che sappia apprezzarmi con tutte le mie stranezze, il mio essere a volte bambina curiosa e a volte anima sel-

vaggia, il mio essere esuberante oppure silenziosa come la notte. Vorrei un uomo che m'incanti con le sue parole, perché conosco fin troppo bene la mia voce.

Vorrei un uomo. Un uomo che sappia leggere nei miei occhi quello che ancora non so esprimere. E che m'insegnasse a lasciarmi amare. Per amare di nuovo.

2 giugno 2021

L'ANIMA E L'IMMENSO

“Ma tu, dolce anima che ti curi di tutto il mondo, chi si prende cura di te?” chiese l'Immenso all'Anima.

“Gli angeli”.

E allora l'Immenso abbracciò l'Anima stretta e forte a sé, come non l'aveva tenuta stretta mai, prima, e le parlò in silenzio: “Bisogna imparare a ricevere, non solo a donare”.

Gli angeli sono sempre con te, ma devi imparare a non avere paura delle persone; non tutte arrivano per pretendere qualcosa da te, per prenderti in giro o per farti del male. Non farti carico delle bugie altrui ma tieni stretti e cari al cuore coloro che senti essere sinceri e vicini alla tua anima.

Le belle persone esistono. Sono quelle belle veramente, belle dentro. E sono custodi silenziose di grandi valori. Ma bisogna tenere gli occhi ben aperti per trovarle davvero perché sono alquanto riservate. Non si mostrano a chiunque. Se lo fanno è perché si fidano di te, perché le vostre anime si sono riconosciute prima dei vostri pensieri. E allora devi fidarti anche tu.

Quando incontri un'anima che si apre a te, nel bene e nel male, con onestà e sincerità, e che senti vicina alla tua anima, devi prendertene cura. Soprattutto, non devi lasciartela scappare perché certi incontri sono più unici che rari e sono quelli che portano a crescere nel profondo entrambe le creature.

30 gennaio 2021

Ostacoli superati	9
Che strada hai preso?	10
Bastare a sé stesse	12
I doni della vita: piccoli momenti semplici e sereni	15
Un amico mi ha chiesto	17
L'anima e l'immenso	19
Luce e la luna	20
Oltre la paura	22
Gli ostacoli sono dentro di noi	24
Paure superate	25
Per te, che mi leggi	26
Il piccolo consiglio del cuore	28
Verità	29
Ciascun bambino è verità	30
Continuo imparare	32
L'anziano e il bambino	33
La romantica storia della pioggia	34
Ricordando un caro amico	36
Il gufo, custode delle anime	38
Il cacciatore e la cerbiatta	42
La lupa e la farfalla	45
Tutto passerà	52
Parole che fanno rumore nel cuore	54
La vita degli alberi	56
Come gli alberi	58
Verso la cima	60
Il potere dei gesti gentili	62
Il ferire e l'attenzione a non ferire	64
Le porte aperte e il caffè al profumo di cannella e cardamomo	66
Uno sguardo all'amore	68
Apri la tua mente. Apri il cuore. E ama	70
Rallenta e sii grato	72
Parlare senza parole	73
Di vita e di sogni, il presente	74