

DI ME HO CAPITO CHE...

“...ho capito che esisto, e che sono unica, che voglio gioire ed esigo rispetto”

“...ho capito che voglio crescere, impegnarmi, ridere, apprezzare, sognare”

“...ho capito che ho il diritto di stare bene ed essere serena ed equilibrata. Ed ho il diritto di allontanarmi dal Male e dalla Spazzatura”

“...ho capito che posso riprendere in mano la mia vita e con calma fare dei piccoli passi positivi che mi porteranno al domani che ho volutamente scelto”

“...ho capito che voglio vivere pienamente ogni singolo giorno e non voglio più una vita caratterizzata da tristezza, rabbia ed ira...”

Ho imparato a volermi bene quando...

“...ho iniziato ad affrontare il cambiamento ed ho smesso di cercare di essere la perfetta Guerriera in cerca di pace che ha sempre anteposto il benessere degli altri a se stessa”

“...ho iniziato a riflettere sul fatto che non è colpa mia”

“...ho accolto la Vita, ho deciso di prendermi cura di me stessa come se fossi un cucciolo. Io ho il diritto di prendermi il buono della vita”

“...ho iniziato ad indossare solo abiti e scarpe, ma non più maschere”

“...quando ho smesso di indossare delle

maschere e sono diventata più bella, vera ed autentica. E sono stata in grado di aiutare le persone che si sono avvicinate a me.

Ho capito che non vivevo bene quando “...ho realizzato che la quotidianità era fatta solo di sofferenza, lacrime, urla e mancanze di rispetto”

“non vedevo più le cose belle che sono in grado di fare e creare”

“...ho compreso che nessun individuo deve essere maltrattato, offeso ed umiliato”

“...ho compreso che alcune persone calpestavano la mia persona, i miei valori ed i miei talenti”

“...avevo smesso di vedere, ascoltare e di provare buoni sentimenti. Voglio che il mio viso non sia più rigato dalle lacrime che derivavano dai maltrattamenti dell’Orco. Io voglio che il mio viso sia solare e che sia lo specchio della mia intelligenza emotiva”

“...ho compreso che sono in grado di mettere in un angolo l’Orco e che ho il diritto di trattarlo con indifferenza.

Non sarò più la sua vittima e gli starò alla larga.

Non sono più sola, diverse persone mi hanno aiutata, abbracciata, ascoltata ed apprezzata.

Le persone a cui ho chiesto aiuto mi hanno dato forza perché hanno visto

la mia bellezza. Mi hanno trattata come una persona e non come un oggetto inanimato”

Non so spiegare a tutte le persone che mi hanno aiutata e tuttora mi aiutano quanto sia bello provare gratitudine, stima ed affetto nei loro confronti.

Grazie a loro e a me stessa mi sono liberata da una rete che mi soffocava e mi teneva legata allo schifo.

Ma sono entrata in una rete pulita, sana e fatta di calore umano e buone intenzioni.

Anche io sono un anello di una catena meravigliosa fatta da me, l'Associazione Donne Contro la violenza, il mio medico curante, la psicologa, il legale, i carabinieri e colui che mi osserva da lassù.

P.R.