

EMY FARELLA

# CREDICI

*lo avrai*

---

L'EVOLUZIONE CONSAPEVOLE

---

UN VIAGGIO VERSO LA LIBERTÀ SPIRITUALE



INTUITIVAMENTE  
BOOKS

# indice

<b>Premessa</b> .....	7
<b>Prefazione</b> .....	9
<b>Introduzione</b> .....	13
<b>Capitolo 1.</b> La voce dell'intuito.....	17
<b>Capitolo 2.</b> La mia idea di libertà.....	23
<b>Capitolo 3.</b> Unospiritoinquieto.....	35
<b>Capitolo 4.</b> Versolaterrapromessa.....	43
<b>Capitolo 5.</b> Ricominciaredazero.....	49
<b>Capitolo 6.</b> Allenamentospirituale.....	55
<b>Capitolo 7.</b> Procediamo!.....	63
<b>Capitolo 8.</b> Cambiarementalitàedabitudini.....	71
<b>Capitolo 9.</b> Unapausarigenerante.....	81
<b>Capitolo 10.</b> I preparativi.....	89
<b>Capitolo 11.</b> Credo in mestessa.....	97
<b>Capitolo 12.</b> Il giorno tanto atteso.....	105
<b>Capitolo 13.</b> Latigre è uscita dallagabbia.....	111
<b>Capitolo 14.</b> Mani all'opera.....	121
<b>Capitolo 15.</b> Imprevisti.....	129
<b>Capitolo 16.</b> Un passo indietro, un piedenella fossa.....	137
<b>Capitolo 17.</b> Il punto di svolta.....	147
<b>Capitolo 18.</b> Il lungo viaggio, sapore di libertà.....	153
<b>Capitolo 19.</b> L'alba di un nuovo inizio.....	161
<b>Capitolo 20.</b> Il ritmo della vita.....	169
<b>Conclusione</b> .....	177
<b>Lecture consigliate</b> .....	181
<b>L'autrice</b> .....	183

# premesse

**Credici, lo avrai** è una serie di 3 libri, il cui scopo è quello mostrare il potenziale che è dentro ognuno di noi, imparare ad usarlo per attingere alle infinite possibilità della vita, ritrovare serenità e pace interiore.

Nel primo libro, "**Il segreto per essere felici**", vengono esposte le tematiche più importanti per iniziare il proprio percorso di crescita personale e spirituale. Riassumendo i concetti essenziali dei più grandi maestri del settore, in maniera semplice e scorrevole, offre una panoramica interessante, attraverso l'interpretazione dell'autrice.

Nel secondo libro, "**L'anno del cambiamento**", l'autrice svela com'è avvenuto il suo cambiamento, il suo risveglio interiore, raccontando gli avvenimenti che l'hanno portata a scoprire il mondo delle possibilità infinite, tra dubbi e difficoltà. Con il desiderio di condividere quelle esperienze personali che hanno dato il via al suo magnifico viaggio interiore.

Nel terzo libro, "**L'evoluzione consapevole**", viene spiegato come mettere in pratica le nozioni del primo libro, attraverso il racconto in prima persona dell'autrice, durante la svolta più importante della sua vita. Un grande esempio di determinazione e di connessione con la saggezza Universale.

# prefazione

Quanto tempo è passato dai primi libri che ho scritto, quante situazioni sono cambiate. Nel frattempo ho letto, ho studiato, ho imparato, ho accumulato esperienze, ho chiarito punti ancora annerbiati, ho fatto piccoli passettini sul sentiero intrapreso diversi anni fa, quel magico sentiero che mi ha condotto nel mondo della comprensione e della crescita personale.

Ho imparato ad ascoltare sempre più consapevolmente la voce della mia anima, ho visto che, quando la seguo, tutto si combina e si accomoda in perfetta sincronia, spianandomi la strada e rendendo ancora più semplice e piacevole il

percorso verso la realizzazione del mio Dharma, lo scopo per il quale mi trovo su questa terra.

Confrontandomi con la gente, ho notato che le mie esperienze, le mie aspettative, i miei sogni, sono uguali a quelli di moltissimi altri che, invece, pensano di essere gli unici, si sentono sbagliati, si rinchiudono in se stessi, si costruiscono una maschera e vivono in quel regno di finzione e apparenza che li fa sentire protetti, si riempiono le giornate di attività inutili per non ascoltare la voce interiore che cerca di parlargli. Non appena arriva il momento del confronto con se stessi, e prima o poi arriva, si ritrovano completamente disorientati.

Nonostante in alcuni momenti io stessa mi senta completamente estranea al mondo, diversa da tutto e da tutti, in alcuni sprazzi di consapevolezza mi accorgo, invece, del forte legame che mi unisce all'universo intero, alla gente che ho intorno, di come siamo alla ricerca della stessa chiarezza; in modi bizzarri ci aiutiamo l'un l'altro, senza rendercene conto, lavoriamo insieme per raggiungere lo stesso fine.

Tutti facciamo parte di questo mondo artificiale, affrontando le difficoltà che esso comporta; ognuno, a suo modo, cerca di far venire allo scoperto la sua vera essenza, chi prima, chi dopo, alcuni con successo immediato, altri sbagliando e riprovando. Non esiste un modo corretto o incorretto di agire, è giusto seguire il proprio cammino ed i propri tempi.

Tuttavia, credo sia arrivato il momento di scuotere un po' questa società addormentata, troppo assuefatta a questo modo di vivere superficiale e materialista, fatto di competizioni stremanti ed inutili brame di potere. Timori, lamentele, disperazione... tutto questo NON è reale, è totalmente illusorio, l'abbiamo creato noi, schiavi nel nostro

-----

stesso ego, e adesso abbiamo il dovere di risolverlo perché ci stiamo distruggendo gli uni con gli altri, allontanandoci dalla nostra essenza originale di pace ed amore.

Ma per cambiare il mondo, dobbiamo prima cambiare noi stessi: invece che tentare di trasformare gli altri in ciò che più ci piace, trasformiamoci noi per primi! il nostro esempio sarà più forte delle migliori parole che potranno mai uscire dalla nostra bocca.

Questo libro nasce proprio dal desiderio di condividere e mostrare il mio esempio, con la speranza che possa essere d'ispirazione e d'incoraggiamento a tanti che, come me, credono ancora in un mondo migliore in cui vivere felici, al massimo delle proprie potenzialità.

Che l'avventura abbia inizio.

*Emy Farella*

# *introduzione*

Come capisci che è arrivato il momento di dare una svolta alla tua vita? Cosa ti spinge a sfidare le tue possibilità, obbligandoti ad oltrepassare il confine dell'usuale in cerca dell'ignoto?

Per alcuni il segnale arriva all'improvviso, chiaro e forte come un tuono durante un temporale estivo; per me, invece, arriva quasi sempre calmo e tranquillo come il canto di una sirena, attirandomi a sé con una invincibile forza magnetica.

Da qualche tempo mi sento spenta, priva di energia, alcuni aspetti della mia vita continuano a non andare come vorrei, sento di essere stata nuovamente inghiottita dalla



routine di questo mondo irreali e di aver perso di vista il mio scopo.

Ho la sensazione che mi manchi qualcosa di estremamente importante, è come se non riuscissi più a respirare ed un nuovo richiamo interiore mi avvisa della necessità di un cambiamento radicale. Ecco il mio segnale.

Solitamente le persone aspettano che siano gli eventi esterni a provocare dei cambiamenti importanti, lasciando tutto al caso, ed allora capita che essi arrivino con una furia devastante portando disgrazie, incidenti, perdite che sconvolgono in maniera drammatica la loro vita.

C'è, però, un altro modo per progredire, crescere, evolversi, ed è il cambiamento consapevole, quello fatto in seguito ad un'attenta analisi introspettiva.

Io mi sono riproposta di fare esattamente questo: senza aspettare che siano gli eventi casuali a scaraventarmi in una direzione o nell'altra, voglio analizzare il mio senso di inadeguatezza, decifrarlo e capire quali aspetti della mia vita devo cambiare per tornare a stare bene.

Se guardo indietro al mio passato, vedo che i momenti migliori che ho vissuto sono arrivati dopo aver osato, dopo aver rischiato senza preoccuparmi delle conseguenze, dopo aver seguito fiduciosa la voce del mio istinto; ora, però, dalla prospettiva presente, mi sembra tutto confuso e non so in che modo, esattamente, migliorare la mia condizione.

Così, come ho sempre fatto quando non riuscivo a trovare delle risposte, ho interrotto ogni mia attività usuale, mi sono affidata alla coscienza universale, mi sono messa bene all'ascolto dei segnali e loro, puntuali, sono arrivati ad illuminarmi, infallibili. Finalmente ho visto con chiarezza, è sparito ogni dubbio, sono ritornate le energie vitali e subito ho capito in che modo devo agire.

Dopo un'attenta analisi, mi sento chiamata ad

-----

intraprendere una nuova avventura che sconvolgerà completamente la mia vita: in nome della crescita che tanto desidero e conclamo, ho bisogno di fare un bel salto nell'ignoto ed osare come non ho mai fatto prima d'ora.

Questa volta lo farò mettendo in pratica gli insegnamenti appresi in questi ultimi anni, giorno per giorno monitorerò il processo da lontano, astraendomi da esso guarderò come osservatrice esterna quello che mi accade; analizzerò l'origine degli ostacoli che troverò sul percorso, imparando a gestirli man mano che va avanti l'esperienza; terrò sotto controllo i miei stati emotivi individuando gli schemi mentali del passato che mi rallentano o mi bloccano, cercherò di costruirne di nuovi che mi aiutino ad evolvermi in questo nuovo progetto.

Documenterò tutto in questo libro, queste pagine mi accompagneranno mentre mi dirigo verso una nuova, importante tappa della mia vita, lungo questo viaggio alla ricerca della mia libertà spirituale.

Il mio augurio è che possa essere d'aiuto e d'incoraggiamento a chiunque stia vivendo o voglia intraprendere un grande cambiamento nella propria vita.

# capitolo 1

---

## LA VOCE DELL'INTUITO

---

*Di solito l'istinto ti dice quel che devi fare molto prima di quanto occorra alla tua mente per capirlo.*

**Edmund Burke**

*Non lasciamo che il rumore delle opinioni altrui offuschi la nostra voce interiore. E, cosa più importante di tutte, dobbiamo avere il coraggio di seguire il nostro cuore e la nostra intuizione. In qualche modo, essi sanno che cosa vogliamo realmente diventare. Tutto il resto è secondario.*

**Steve Jobs**

Per i miei 40 anni ho deciso di regalarmi qualcosa di eccezionale: una grande avventura, di quelle che non si dimenticano. Ebbene me ne vado. Di nuovo.

L'ho già fatto altre due volte, anzi tre, anche se la terza, in realtà, si è trattato più che altro di un ritorno, non di una partenza.

Ho traslocato tre volte nel giro di due anni: Milano-Bolivia, Bolivia-Bari, Bari-Milano... può sembrare poco rilevante scritto così su una sola riga, viverlo ha avuto ben altro peso.

Ero disperata, agivo in preda alla paura, non avevo nessun punto di riferimento, nessun obiettivo da seguire, solo la necessità di scappare da una vita che mi stava annullando, senza sapere esattamente cosa stessi cercando.

Ho dovuto ricominciare da zero tutte le volte. Con le mie poche valige viaggiavo leggera, ma mi portavo dietro il peso più grande di tutti: il mio passato, le delusioni, i risentimenti, la rabbia, il senso di inadeguatezza.

Credo di non essere stata realmente presente neanche per un secondo durante quegli anni, ero troppo dipendente dal passato, troppo legata ai beni materiali, ogni volta che mi mancava anche solo uno spillo piangevo disperata. Ero focalizzata su ciò che non avevo, pensavo esclusivamente al senso di vuoto che portavo dentro, invece che concentrarmi su quello che mi serviva per riempirlo, cercavo risposte che mi facessero capire, ma non capivo perché le cercavo nel posto sbagliato.

Nonostante tutto, però, quegli anni mi sono stati davvero utili per arrivare al punto in cui mi trovo oggi, per capire ciò che è importante tenere e ciò che è utile lasciar andare; oggi sono consapevole che bisogna godersi il presente, che non esiste un punto di arrivo ma non per questo bisogna smettere di camminare: *il segreto della felicità sta in ogni passo del percorso.*

-----

## Chi si ferma è perduto

Sono totalmente d'accordo con il famoso detto "*Chi si ferma è perduto*".

Per me fermarsi vuol dire rimanere incastrati nella routine, pensare ed agire come un automa senza rendersene conto, portare le proprie scelte su ciò che è comodo ma per niente utile all'evoluzione personale.

Questo stato porta a sviluppare malessere interiore, a diminuire la motivazione e l'energia personale, spesso anche ad indebolirsi fisicamente.

Purtroppo non è facile accorgersene perché, una volta che ci sei dentro, sei convinto che tutto sia normale; questo processo è lento, costante e porta all'assuefazione, poi, quando già le conseguenze sono evidenti, inizi a raccontarti un sacco di scuse pur di rimanere al sicuro nella tua zona di comfort.

Vorrei citare, per spiegare meglio questo concetto, il principio della rana bollita del filosofo americano Noam Chomsky:

"Immaginate un pentolone pieno d'acqua fredda nel quale nuota tranquillamente una rana. Il fuoco è acceso sotto la pentola, l'acqua si riscalda pian piano.

Presto diventa tiepida. La rana la trova piuttosto gradevole e continua a nuotare.

La temperatura sale. Adesso l'acqua è calda. Un po' più di quanto la rana non apprezzi. Si stanca un po', tuttavia non si spaventa. L'acqua adesso è davvero troppo calda.

La rana la trova molto sgradevole,

-----

ma si è indebolita, non ha la forza di reagire. Allora sopporta e non fa nulla. Intanto la temperatura sale ancora, fino al momento in cui la rana finisce, semplicemente, morta bollita.

Se la stessa rana fosse stata immersa direttamente nell'acqua a 50° avrebbe dato un forte colpo di zampa, sarebbe balzata subito fuori dal pentolone.

Questa esperienza mostra che quando un cambiamento si effettua in maniera sufficientemente lenta sfugge alla coscienza e non suscita, per la maggior parte del tempo, nessuna reazione, nessuna opposizione, nessuna rivolta.”

*Questo principio fa riferimento alla Società, ai Popoli che accettando passivamente, il degrado, le vessazioni, la scomparsa dei valori, dell'etica, ne accettano di fatto la deriva. Può essere usato anche per il comportamento delle Persone inerti, immobili, remissive, rinunciatricie, noncuranti, che si deresponsabilizzano di fronte alle scelte.*

L'assuefazione può portare a non accorgerti del senso di malessere in cui versi, ma posso dire con certezza che lì dove non avrai più occhi per vedere, arriverà in tuo soccorso la coscienza universale a darti un bello scossone.

L'importante è saper accogliere benevolmente qualunque segnale arrivi dalla vita, bello o brutto che ti possa sembrare, vedere più in là delle semplici apparenze, andando più a fondo fino a riconciliarti con l'io interiore, fino a ritrovare la giusta strada di benessere e felicità.

-----

## Un breve assopimento

Per quanto mi riguarda dopo gli ultimi, turbolenti anni che ho passato, sento nuovamente la necessità di un grande cambiamento, è come se avessi finalmente trovato il mio percorso e poi ad un certo punto ne fossi uscita senza accorgermene.

Io ero lì, tranquilla, cercavo di vivere serenamente la vita che credevo essermi guadagnata, quando sono ricominciati ad accadermi alcuni avvenimenti spiacevoli.

All'inizio ho pensato "Ma sì, che vuoi che sia, non può andare sempre tutto bene, no?" ed ho stupidamente ignorato la voce della saggezza che mi stava parlando.

Poi mi ha parlato anche il mio istinto, dandomi chiari segnali di malessere interiore, poi ancora altri avvenimenti spiacevoli e la mia serenità è stata totalmente contaminata. Per finire, ho ricominciato ad ammalarmi, chiari segnali fisici che non mi si presentavano dai peggiori momenti del 2012 in occasione della mia prima fuga.

Eh no! Questa volta non ci casco, questa volta so benissimo di che si tratta! Mi sono assopita solo per un breve periodo di tempo, non è grave, posso farcela, questa volta sono consapevole, ho gli strumenti necessari, il potere è dentro di me. So di poter contare sulla saggezza universale, devo solo rimettermi all'ascolto per capire in che direzione andare.

## La fine della guerra interiore

La decisione di andare via non è arrivata velocemente,

-----

è stato piuttosto il risultato di un lungo processo di analisi ed ascolto interiore, un tira e molla tra il mio desiderio di evoluzione e la naturale paura dell'ignoto, la voglia di realizzare un sogno e l'arrendersi alla comoda abitudinarietà.

In particolar modo ho avuto forti resistenze nello scontrarmi con degli antichi blocchi emotivi che mi porto dentro da sempre, ci ho lavorato veramente molto per venirne a capo, diversi anni di terapia dallo psicologo per comprenderli e tanta buona volontà per superarli.

Ma il miglior alleato che potessi avere è stato sicuramente il mio intuito che, anche in questa occasione, ha avuto il suo ruolo principale nel condurmi verso la salvezza e la risoluzione di ogni guerra interiore.

Il fattore principale che ho individuato, che mi è venuto a mancare provocando la maggior parte dei miei blocchi, designato come meta ultima da raggiungere, è la libertà spirituale.



# capitolo 2

---

## LA MIA IDEA DI LIBERTÀ

---

*Le cose che possiedi finiscono per possedere te stesso. E' solo dopo aver perso tutto quello che hai che sei libero di fare qualsiasi cosa.*

**Dal film "Fight Club"**

*Quando a un uomo è negato il diritto di vivere la vita in cui crede, questi non ha altra scelta che diventare un fuorilegge.*

**Nelson Mandela**

Se mi chiedessero cosa conta di più per me nella vita, risponderei con certezza assoluta "la libertà".

Descrivere a parole la libertà è pressoché impossibile, già solo averle dato un nome le si fa torto, le si toglie quel significato di grandezza ed immensità che le appartiene.

Quando penso a quello che rappresenta per me la libertà, provo un senso di leggerezza, di pace interiore, di calma... con un pizzico di euforia.

La libertà è uno stato dell'anima, secondo me è quella sensazione che si può provare solo quando si arriva ad essere pienamente consapevoli, quando ci si accorge del vasto mondo interiore che si possiede, ben più significativo e rilevante del mondo fisico che ci circonda.

La libertà ha tante sfumature, tante interpretazioni, tanti modi di essere vissuta ma conduce sempre allo stesso punto: tutti ne abbiamo bisogno e quando manca non siamo felici.

## **Dov'è finita la mia libertà?**

Così com'è difficile dare una definizione a qualcosa di astratto, allo stesso modo si fa fatica a percepirla la presenza, la quantità, individuarne la linea di demarcazione.

Ed io quando mi sono accorta di aver perso la mia libertà?

Non posso dirlo con esattezza, ma credo che questo vada di pari passo con l'arrivo della sensazione di malessere interiore.

Non siamo mai pienamente liberi perché siamo costantemente condizionati dagli eventi esterni e dalle persone che abbiamo intorno. Tutto sommato, però, ho sempre cercato di uscire dagli schemi, di dire la mia anche se controcorrente, ho preso decisioni importanti in nome

-----

di questa libertà. Eppure sento ancora delle catene che mi tirano con forza in questa o quell'altra direzione e, anche se ho cercato di ignorarle, so benissimo di cosa si tratta.

C'è un momento nella vita di ogni essere vivente, ce lo insegna la natura, in cui è necessario imparare a camminare con le proprie gambe. Ebbene, io non l'ho mai fatto realmente.

Ovvero... ho sempre avuto l'illusione di farlo, ma non l'ho fatto, non completamente e le cose fatte a metà, si sa, non vanno bene.

Ci insegnano che la vita è questa: studiare, trovare un lavoro, sposarsi, avere dei figli, pensionarsi.

Ed io cosa ho fatto? Ho seguito il modello alla lettera, quindi secondo questa società sono nella norma, perfetta così.

Però, se vogliamo leggere tra le righe, devo aggiungere che ho studiato a spese dei miei genitori, ho lavorato senza mai arrivare alla totale indipendenza economica, mi sono sposata ed ho vissuto soprattutto grazie allo stipendio del mio ex marito, ai regali della sua e della mia famiglia.

Mi è sempre stato dato tutto, mai mi sono preoccupata di cavarmela da sola e questo ha fatto di me una perfetta prigioniera: quando non ti crei da solo la vita, lasciando che qualcun altro lo faccia per te, quella vita non è tua.

## **Effetto domino**

A questo punto è necessario fare un tuffo nel passato per meglio comprendere le ragioni che mi spingono, oggi, a prendere certe decisioni.

La prima cella me la sono costruita a 24 anni, quando chiesi

ai miei genitori di comprarmi una casa e loro accettarono.

Adesso, non è che sia sbagliato che la tua famiglia, nelle possibilità economiche, ti compri una casa, fu ciò che quell'acquisto rappresentava ad essere sbagliato:

per me significava il regalo disinteressato che ti fanno i tuoi genitori per aiutarti ad andare verso una vita indipendente; per loro, invece, ha sempre rappresentato un modo per tenermi legata, per assicurarsi che io facessi la loro volontà, un oggetto di ricatto.

Questo, però, iniziai a scoprirlo solo 5 anni dopo, quando, sposata da un anno, cercavo una dimora più grande dove poter crescere una famiglia con degli eventuali figli.

Nella mia ingenuità pensavo che, una volta sposata e con un lavoro stabile, avessi ormai raggiunto quel livello di maturità tale da poter scegliere da sola cosa fosse meglio per la mia vita.

Quando trovammo la casa dei nostri sogni, una bella villetta di 300 metri quadri, in un quartiere residenziale, io e mio marito non avemmo dubbi: l'avremmo comprata. Era necessario, però, che io vendessi quella che mi era stata regalata precedentemente.

I miei genitori si opposero fin da subito perché non d'accordo con le modalità con le quali volevamo seguire l'acquisto, ne seguirono discussioni furiose.

Mi ribellai e feci di testa mia, anche se questo significò andare contro di loro, in fondo avevano comprato delle mura - pensai - non me e la mia libertà!

Vendetti la casa. Fu la prima volta che sbattevo contro le sbarre della mia cella.

Nonostante le liti infuocate ed il silenzio durato lunghi mesi, le acque pian piano si calmarono e tutto rimase stabile per altri 5 anni, fino a che non decisi di separarmi da

mio marito.

Nuovamente, e con maggiore intensità, sentii le dure pareti in cui ero rinchiusa stringersi intorno a me, fino a soffocarmi, i miei genitori tornarono ad intromettersi nella mia vita, cercando di decidere al posto mio.

Non solo.

Dall'altra parte anche la famiglia di mio marito decise di entrare in campo a giocare quella partita. La situazione iniziò a farsi invivibile e, nonostante noi due coniugi desiderassimo solo vendere velocemente quella proprietà per poter ricominciare ognuno con le proprie vite, non sapevamo che quella guerra era solo nella fase iniziale.

## **Buona fede e inganno**

Quello che doveva essere un regalo fatto con amore ad una figlia in momento di necessità, si rivelò, invece, un'arma a doppio taglio. Ricevetti una lettera dal tribunale la quale mi invitava a restituire l'intero importo "prestatomi" nel lontano anno 2000 per l'acquisto del mio appartamento.

Eh sì, povera ingenua che non ero altro. Avevo creduto ciecamente alla mia famiglia mentre mi facevano firmare quel foglio che doveva essere solo di "tutela" nei confronti di mio fratello nel momento della spartizione dell'eredità. "Così" dicevano "se dovessimo morire, a tuo fratello andrà il giusto e questa casa rientrerà nella tua parte di eredità senza togliere nulla a lui".

Quel foglio diventò, invece, la mia condanna a morte. Improvvisamente mi ritrovai debitrice di un importo altissimo, cifra che, sapevano bene, non avrei mai potuto restituirgli se non vendendo l'attuale casa coniugale, cosa

-----

che si fece impossibile perché pensarono bene di metterci su un'ipoteca, bloccandone definitivamente la vendita.

Le cose non tornano, vero? Che senso ha voler indietro dei soldi e poi impedirmi di utilizzare l'unico mezzo a mia disposizione per restituirglieli?

La realtà è che riavere i soldi indietro non era esattamente il loro principale obiettivo, la loro priorità. Ossia, li volevano - eccome se li volevano - ma, una volta messa l'ipoteca come garanzia di restituzione, erano più interessati ad ottenerne gli "interessi morali". Innanzitutto io andavo punita per avergli disobbedito, dovevano darmi una bella lezione; in secondo luogo, dopo aver di nuovo ficcato il naso nella mia vita privata, nei miei conti, nelle mie pratiche, si misero in testa che il mio ex marito avesse complottato contro di me per derubarmi, quindi doveva essere punito anche lui.

Così ci ritrovammo entrambi incastrati in quella casa: nessuno dei due, con un mutuo sulle spalle e tante spese da pagare, poteva permettersi di andarsene, così dovemmo arrangiarci, dividendo gli spazi al meglio, sperando che, successivamente, avremmo trovato una soluzione.

Nel frattempo conobbi il mio attuale compagno, ebbi con lui una figlia e fummo costretti a vivere tutti insieme in quella maledetta casa. Per anni nulla si sbloccò, anzi, andò sempre peggio. L'aver perso il controllo della nostra autonomia, insieme al forte stress per la situazione economica piuttosto instabile, ci stremò fino all'esasperazione. Fu allora che decidemmo, come dei profughi in fuga da un paese in guerra, di andarcene in Bolivia, dalla famiglia del mio compagno.

## Libertà condizionale

Nulla di quella nuova vita fu facile, dal primo momento dovetti affrontare dei cambiamenti estremi che mi misero a dura prova, ma lo scopo di quell'avventura era quello di ritrovare la libertà e l'autonomia perdute che, effettivamente, ritrovammo, dopo già poche settimane eravamo nuovamente felici.

Ben presto, però, cedetti alle lusinghe della comodità e commisi il mio secondo errore, perdendo il diritto alla libertà condizionale, ottenuta con tanto sacrificio, e fui rispedita nuovamente in prigione.

In mia assenza, la guerra tra la mia famiglia e quella del mio ex marito era andata avanti senza esclusione di colpi. Ma, senza di me, i miei genitori perdevano in partenza, tutte le carte erano a mio nome e solo con la mia collaborazione potevano attaccare efficacemente.

Quel disgraziato del mio ex coniuge si stava comportando in maniera poco chiara ed onesta, venendo meno agli accordi presi prima della mia partenza; svuotò la casa portandosi via i miei mobili e gli affetti personali rimasti e, intanto, costruiva una lista infinita di spese "immaginarie" che poi mi avrebbe presentato alla vendita dell'immobile.

Questo mi ferì molto, mi ero fidata di lui ma non avevo tenuto conto che un uomo orgoglioso, lasciato dalla sua donna, può diventare vendicativo e pericoloso.

Fui invitata più volte a tornare in Italia dalla mia famiglia, mi offrivano una casa tutta per me a Bari (visto che a Milano non potevo più tornare) ed aiuto economico per ricostruirmi una vita. Loro si sarebbero incaricati, inoltre, di coprire tutte le spese legali necessarie per attaccare il mio ex marito. Accettai, sperando di poter chiudere una volta per tutte

quella storia infinita, di riconciliarmi con la mia famiglia e di rifarmi una vita serena nel posto in cui ero nata e cresciuta.

L'illusione durò pochi mesi. Quel paesino di provincia non era adatto a noi, vedevo maleducazione e mancanza di rispetto ovunque, assenza di servizi, assenza di lavoro, un vero inferno.

Per di più, dopo il mio intervento, sul fronte legale non facemmo nessun passo in avanti, tutto era bloccato come prima, anzi, la guerra per la casa ed i rapporti tra le parti si inasprirono ulteriormente, le visite dall'avvocato divennero sempre più frequenti ed io mi sentivo una marionetta i cui fili erano mossi da volontà estranee alla mia.

Il desiderio di rifare le valige e scappare nuovamente era forte, ma le risorse economiche, dopo i due trasferimenti e mesi senza lavoro, ormai scarseggiavano. Eravamo nuovamente incastrati e disperati.

Ma fu quando credetti di aver toccato il fondo e di non avere altre speranze, che qualcosa iniziò a muoversi. Mi aspettavo che qualcuno venisse a salvarmi, che gli eventi esterni risolvessero magicamente la mia vita ed, invece, la soluzione era sempre stata lì, sotto i miei occhi, dentro di me. E' incredibile quanta forza possa venir fuori dalla disperazione.

Non so esattamente quando, ma ricordo che ad un certo punto sentii un "click", sentii un'energia crescermi dentro e scuotermi.

Era il momento di reagire, dovevo riprendere il controllo e risolvere una volta per tutte quella situazione assurda che andava avanti da anni, solo così avrei spezzato le catene che mi tenevano prigioniera, decisi quindi di tornare a Milano ed affrontare personalmente il mio ex marito.

-----



## Con le unghie e con i denti

Tornare nel luogo dove tutto ebbe inizio mi faceva uno strano effetto: da una parte ero sollevata nel ritrovare le mie care, rassicuranti abitudini della vita milanese; dall'altra, ripiombare in quella situazione, ancora più incasinata di quanto l'avessi lasciata andandomene, mi incuteva un po' di timore. L'entusiasmo ebbe la meglio ed io, completamente positiva e motivata, speravo che, attraverso un dialogo civile, si potesse trovare una soluzione.

Ma ormai tutto e tutti erano fuori controllo, regnava il caos più estremo, la mia voce non aveva più valore, ero l'ultima pedina, necessaria solo per le firme e le pratiche burocratiche.

Capii che sarebbe stato impossibile vendere a terzi quella casa perché non c'era nessuna possibilità di accordo tra le parti, l'unica speranza la vedevo in un acquisto da parte della mia famiglia.

Mi trovavo in guerra aperta, ma avevo un obiettivo, era l'unico spiraglio di salvezza per recuperare la libertà tanto agognata, avrei combattuto con le unghie e con i denti e l'avrei ottenuta!

Quello che seguì fu l'anno più difficile di sempre, con picchi di disordine emotivo altissimi, la mia autostima fu messa a dura prova.

Questo, tutto sommato, rappresentò, per me, un ottimo allenamento per lo sviluppo della consapevolezza spirituale, che stava appena iniziando a vedere la luce; osservai a lungo me stessa e capii molto sulle mie reazioni, sulle ragioni che facevano scaturire in me la rabbia, sulle relazioni sociali e materiali.

Dopo mesi di scontri, però, la storia arrivò alla sua

conclusione: la mia famiglia acquistò la casa ed il mio ex marito uscì, finalmente, di scena.

Niente più discussioni, niente più carabinieri, niente lettere di avvocati, niente più convivenze forzate, basta, l'inferno era finito, la casa divenne tutta nostra. Un bel passo avanti, sicuramente.

## **Vittoria?**

Ancora incredula, non sapevo se festeggiare la vittoria o aspettarmi la caduta improvvisa di un ufo sulla testa, avevo passato troppi anni nella disperazione e non credevo più di venirne fuori.

Finalmente potemmo concentrarci sulle nostre vite, ci buttammo a capofitto nel lavoro, con grandi progetti in mente e tante speranze. Era davvero l'inizio che avevo aspettato? In quel momento ero convinta di sì.

Nell'anno successivo lavorammo senza sosta, anche se i progetti più grossi non presero mai piede. Desideravamo far partire delle importanti realtà imprenditoriali, sfruttando le nostre abilità e la nostra esperienza, ma da una parte ci mancavano i fondi necessari da investire, dall'altra incontrammo molti ostacoli burocratici. Passammo in rassegna tutte le idee possibili, finché non decidemmo di arrenderci e tornammo a dedicarci ai nostri lavoretti di sempre.

Con il passare del tempo, le spese di quella casa immensa iniziarono a mangiarci tutti i risparmi, le bollette erano altissime, la manutenzione infinita, per non parlare del tempo che dovevamo dedicarle per tenerla minimamente pulita ed in ordine. E poi iniziarono i disastri: perdite di

-----

acqua, rottura della caldaia, della pompa, corrente elettrica mal funzionante, tubi intasati, fogna collassata.

Avevamo appena i soldi sufficienti per far fronte alle spese per la nostra sopravvivenza, figuriamoci per sistemare tutti quei guasti! Era troppo per noi.

## La scoperta dell'illusione

Possibile che dopo aver fatto tanta strada e tanti sacrifici mi ritrovavo ancora una volta in una situazione miserabile come quella? Ero in perenne attesa di "momenti migliori", ma quei momenti non arrivavano mai.

Mi sfuggiva qualcosa, non capivo cosa mi mancasse per essere appagata, dove avessi sbagliato.

Ci pensavo e ci ripensavo scavando nei ricordi, ripercorrendo gli avvenimenti e poi all'improvviso... l'illuminazione tanto attesa: non ero libera, non lo ero mai stata realmente in tutti quegli anni, non lo sono neanche adesso.

Vivo in una casa troppo grande e dispendiosa, ma non posso venderla, non posso sistemarla, non posso affittarla perché non è completamente mia, per metà è intestata a me, per l'altra metà è dei miei genitori, quindi senza il loro consenso non posso fare niente.

Quando vengono qui vivono da padroni, fingono di chiedere permesso, ma se vogliono tagliare un albero lo tagliano, se pensano sia giusto buttar giù una parete, la abbattano; loro decidono quando arrivare e quando andare via e se la mia volontà non coincide con la loro, sono discussioni furiose.

Ma è giusto così, l'ospite qui sono io, sono io che mi trovo,

-----

ancora una volta, nel posto sbagliato, con gente sbagliata.

Lavoro da una vita, ho investito tempo e risorse condizionata dalle decisioni altrui e mi ritrovo oggi senza nulla in mano, anzi, col tempo ho accumulato anche debiti.

Se avessi contato sulle mie forze fin da subito, probabilmente mi sarei ingegnata per trovare le soluzioni necessarie, sarei andata avanti da sola, commettendo errori ma accumulando esperienze preziose, conquistando la vera libertà.

Non mi è stato mai permesso di provare, di sbagliare, di capire, non mi è stato insegnato a valorizzare e sviluppare le mie potenzialità, sono stata educata all'obbedienza in un regime di paura ed io, come una marionetta spaventata, ho obbedito; sono scesa a compromessi per ottenere quel minimo di libertà di cui tutti gli esseri viventi hanno bisogno, ho ceduto ai ricatti, ho subito le decisioni prese al posto mio per poter anche solo respirare un po'.

Mi hanno fatto credere di essere sbagliata, sono stata incolpata per colpe non mie, mi hanno voluto punire quando ho infranto le regole del loro gioco, che mi sono trovata a giocare mio malgrado.

E invece oggi capisco che non sono per niente sbagliata, sbagliato è non aver capito subito che la libertà è il maggior successo che si possa ottenere nella vita, non devo chiedere permesso per prendere delle decisioni, non devo essere terrorizzata dalle minacce di chi mi vuole solo manovrare in nome di un "amore familiare" fasullo, utilizzato come pretesto per occultare l'incapacità di vivere una vita propria.

Sono dovuta arrivare a 40 anni per capirlo, ma che importa? Non è mai troppo tardi per ricominciare. E' finalmente arrivato il momento di fare quello che io realmente voglio.

# della stessa collana



Credici, lo avrai - Il segreto per essere felici

Credici, lo avrai - L'anno del cambiamento

Credici, lo avrai - L'evoluzione consapevole

*Credici, lo avrai - L'evoluzione consapevole - di Emy Farella*

Copyright © 2017 By Intuitivamente Books

[www.intuitivamente.com](http://www.intuitivamente.com)