

Volta pagina... chiudi il cerchio...

È sempre importante sapere quando termina una tappa della vita. Se insisti a rinchiuderti in essa più del necessario perdi la gioia e il senso del resto. Occorre saper voltar pagina, occorre saper chiudere certe cose, occorre saper concludere certi capitoli.

L'importante è saper chiudere il cerchio e lasciare che certi momenti della vita si concludono. Hai terminato il tuo lavoro? È finita una relazione? Non vivi più in quella casa? Devi partire per un viaggio? Un rapporto si è interrotto? Puoi passare molto tempo del tuo presente intestardendoti sui perché, rivedendoti i filmati, interrogandoti perché ciò è accaduto. Il logorio sarà infinito, perché nella vita, tu, io, il tuo amico, i tuoi figli, i tuoi fratelli, tutti e tutte siamo chiamati a chiudere capitoli, a voltar pagina, a concludere certe tappe e certi momenti della vita e a proseguire oltre.

Non possiamo stare nel presente avendo nostalgia del passato. E neppure domandandoci continuamente perché. Ciò che è successo, è successo. Occorre scioglierlo, occorre liberarsene. Non possiamo restare bambini in eterno, né adolescenti tardivi, né impiegati di imprese inesistenti, né tenere legami con chi non desidera avere vincoli con noi. I fatti passano e bisogna lasciarli andare.

Per questo a volte è tanto importante distruggere i ricordi, fare dei presenti ossia dei regali, cambiare casa, cestinare dei fogli, buttar via dei documenti, vendere o regalare dei libri. I cambiamenti esteriori possono simboleggiare processi interiori di superamento. Lasciar andare, sciogliere, liberarsi.

Nella vita nessuno gioca con le carte truccate. Bisogna imparare a perdere e a vincere. Bisogna lasciare andare, voltare pagina, vivere solo ciò che abbiamo nel presente. Il passato passò. Non attendere che te lo restituiscano, non attendere che te lo riconoscano, non attendere che taluni si rendano conto di ciò che eri.

Liberati dal risentimento. L'aver un "televisore personale", nel quale rivivere le stesse scene ha come sola conseguenza di danneggiarti mentalmente, di avvelenarti l'animo, di amareggiarti. La vita è protesa in avanti, non indietro. Se vivi l'esistenza lasciando "porte aperte" non potrai mai liberartene né vivere l'oggi con soddisfazione.

Fidanzamenti o amicizie non concluse? Possibilità di tornare indietro? A quale scopo? Bisogno di chiarimenti? Parole che non furono dette? Silenzi urtanti? Se puoi affrontali ora, fallo, se no, lasciali andare, chiudi il cerchio. Dì a te stesso che non ritornano. Però non con orgoglio, né superbia, ma per non rimanere intrappolato in quel luogo, in quel cuore, in quella casa, in quell'officina, in quell'ufficio. Non sei lo stesso che eri due giorni fa, tre mesi fa, un anno fa. Pertanto non c'è nulla verso cui tornare.

Chiudi la porta, volta la pagina, chiudi il cerchio. Non sarai più il medesimo, né identico sarà il luogo a cui ritornerai, perché nella vita nulla resta immobile, nulla è statico. È salute mentale, è amore verso se stesso, liberarsi di ciò che non appartiene più alla propria vita.

Ricorda che niente e nessuno è indispensabile. Non una persona, non un luogo, non un lavoro. Nulla è vitale per vivere, perché quando tu venisti al mondo, giungesti senza adesivi. Pertanto, se abbiamo l'abitudine di vivere attaccato ad esso, è frutto di un lavoro personale imparare a vivere senza di esso, senza l'adesivo umano o fisico che oggi ti duole lasciar cadere. È un processo apprendere e distaccarsi e si può umanamente ottenere, poiché – te lo ripeto – nulla e nessuno ci è indispensabile. Sono solo abitudini, attaccamenti, bisogni. Chiudi, ripulisci, liberati, scuoti via, sciogliti. Vi sono molte parole per significare la salute mentale e qualunque sia quella che scegli ti aiuterà ad andare avanti con serenità.

Questa è la vita!

Paulo Coelho

(da <https://blog.libero.it/UnRiverberoBlu/6490927.html>)