

“Vulnerabili” con Paolo Crepet

Introduzione.

“Ciascuno di noi è ciò che appare durante una burrasca, nel bene e nel male, nella destrezza e nell’incapacità: ci si conosce nelle difficoltà ...

... È la crisi - ovvero il distress, nel senso di iperstimolo - a portare a un opportuno tumulto interiore che obbliga a un esame, che costringe ognuno a guardarsi allo specchio e a dirsi la verità, invece di raccontarsela (cosa che si tenderebbe a fare se non si è obbligati da una data congiuntura).”

- Paolo Crepet

Scrivere, che ossessione!

Il “Soul Talk” di venerdì 19 dicembre 2020 si apre con un pensiero tratto da “Vulnerabili”, l’ultima fatica letteraria di Paolo Crepet.

“Fatica” perché non è facile convivere con “un’ossessione che ti entra dentro e diventa tua compagna di scrittura”.

“Fatica” come frutto di un travaglio interiore: “Non nasce dalla pace un libro. È una guerra interna, una tribolazione”, confessa l’Autore.

“Fatica”, perché in ogni capitolo c’è una parte dello Scrittore che descrive ciò che vede e prova, dello stesso evento, a un pubblico diverso, da una differente prospettiva.

La Genesi del Libro.

Il primo lockdown lo ha sorpreso in un paesino dove “eravamo rimasti in sette, e c’era un Silenzio che quasi sentivamo passeggiare i gatti”.

Un Silenzio che l'Autore ha sentito il bisogno di rispettare e al tempo stesso di rompere ... per amore e per rabbia.

Non dev'essere stato facile, per lui, mettere su carta le contrastanti, contraddittorie sensazioni provate nei lunghissimi mesi di "confinamento".

Al suo iniziale senso di smarrimento si sarebbe, nel tempo, sostituito qualcosa di diverso: la paura.

Paura per un'Umanità miope alle proprie responsabilità che, nel corso della storia, non è ancora riuscita a interrompere un circolo vizioso di antichi schemi, paradigmi ricorrenti, ciechi automatismi.

Mentre la Banalità, regina indiscussa dei media e della tecnologia digitale, tutto appiattisce, tutto omologa, tutto priva di sapore, senso, memoria.

I nostri Eroi.

Eppure, le persone che più ammiriamo - i nostri musicisti preferiti, le icone cine televisive, le voci fuori dal coro in ogni ambito - hanno in comune un vissuto di dolore ...

La vita degli Eroi è infatti spesso costellata di lutti, difficoltà economiche, imprevisti cambiamenti che li privano di ogni sicurezza.

Vien da chiedersi se questo dolore non sia in realtà un Regalo, una preziosa Risorsa evolutiva ...

La "sicurezza" che l'Uomo brama tanto, a quanto pare, non è la miglior palestra dove sviluppare il proprio pieno potenziale.

Un nuovo mondo.

Ecco perché, nella straordinarietà del periodo storico che stiamo vivendo, è racchiuso il seme di un nuovo mondo.

Un mondo di persone che di fronte alle impreviste, inevitabili, dolorose a volte sfide della vita, riescono a guardarsi allo specchio scoprendosi “vulnerabili”.

Un mondo governato da Leader che, di fronte alla tragedia, abbassano il capo, tolgono il cappello e chiedono perdono al loro popolo (anziché dar la colpa ad altri, agli eventi o al fato).

Un mondo di Uomini che, con umiltà e coraggio, guardando in faccia la realtà, si aprono a un più che necessario Cambiamento.

Perché è la Verità, non il “raccontarsela”, la pietra angolare di ogni presa di coscienza, di ogni assunzione di responsabilità: il solido terreno su cui costruire un futuro che abbia un senso.

“Vulnerabili” nasce proprio come onesto, lucido intento di capire come, aldilà del virus, gli esseri umani siano potuti arrivare a tanto e come possano, consapevoli dei loro “nei”, diventare visionari “Cacciatori di Orizzonti”.

Ed ecco la video intervista all’Autore, trasmessa in live streaming sul Canale YouTube “Jasmine Laurenti”.

JL (Ondina Wavelet)

P.S.: Ringrazio di cuore l’amica, Mentore e “Fata Madrina” Elena Cipriani Pagliacci, psicanalista e scrittrice, per avermi messa in contatto con il suo caro amico Paolo Crepet: psicanalista, sociologo, scrittore, saggista, libero pensatore, opinionista.

“Nutrire La Vita Per Non Morire Di

Cibo”

Manifesto.

“Non c’è guarigione vera senza cambiamento, non c’è vita vera, e non c’è futuro, senza lo sviluppo della coscienza umana.

Essere ‘VITARIANO’ significa riconoscere e favorire la vita in tutte le sue connessioni e potenzialità per imparare a nutrirla su tutti i piani.”

cit. Corrado Ceschinelli

Un Fiume in piena che ritorna alla Sorgente.

È un fiume in piena, Corrado Ceschinelli.

E come un fiume impetuoso va lasciato fluire, così il suo eloquio ricco di perle di saggezza, buon senso e libertà.

Una libertà che ci conduce oltre la “dieta” come “lista di cose da fare” e guai a trasgredire, dieta che diventa ossessione e si traduce in un atteggiamento di giudizio nei confronti di chi non ha ancora capito che “belli è meglio”, “magri è meglio”, “in forma è meglio”.

Certo che è meglio, il punto è: è per te? Ti rende felice? Ti aiuta a prendere contatto con la parte più vera di chi tu sei, aprendo un dialogo costruttivo con le zone d’ombra di cui prenderti cura?

Una cosa è certa: sei unico nell’Universo. E funzioni bene solo se ti allinei con le leggi che muovono lo splendido teatro in cui la tua vita si svolge.

È un viaggio esplorativo quello che va fatto, dentro di te.

Alla ricerca di chi sei e del tuo splendido potenziale che attende solo di essere scoperto, risvegliato e valorizzato.

Molto probabilmente, è il viaggio più importante della tua vita.

Soprattutto, il più necessario.

Guardati intorno.

La natura sa esattamente come comportarsi per essere ... se stessa.

... E ogni essere vivente svolge il suo compito senza chiedersi se sia giusto o sbagliato: non ha alternative che esistere e svolgere la propria funzione al meglio.

L'Universo è intelligente. La Coscienza che lo anima, comunque tu la voglia chiamare, ti ha dato forma, respiro, pensiero.

Un pensiero corrotto dalle informazioni che il sistema, giorno dopo giorno, ti ha spacciato per vere, necessarie, addirittura piacevoli.

Nel tempo, ti sei allontanato dalla Verità.

Hai perso il naturale equilibrio tra mente, cuore e pancia.

Hai perso la tua coerenza interiore, il meraviglioso allineamento tra il tuo mondo interiore - Chi sei e il tuo Scopo - e quella che chiami "realtà".

Per essere sani, felici, longevi, si parte da qui.

Si parte da un risveglio della tua coscienza all'amore di cui sei fatto e che devi, prima di tutto, dare a te stesso.

A quel punto il cibo acquista un nuovo Valore: al suo significato conviviale, sociale, culturale si aggiunge la Consapevolezza del cibo come vibrante risorsa per aumentare la tua energia vitale, come dono d'amore a te stesso non auto imposto dalla dieta di turno, ma scelto perché sai che ti fa bene, andando a nutrire la tua vita a livello fisico, animico, spirituale.

Quando il tuo corpo è al massimo della sua energia, la tua mente è lucida e performante, gestisci al meglio il tuo stato emotivo e sei in grado di prendere le decisioni più utili per giungere alla tua completa realizzazione come Essere Umano.

Forse, la felicità è proprio questo.

Un Educatore alla Vita.

Ricevo con gioia nel salotto virtuale del Soul Talk, Corrado Ceschinelli: Sociologo e Naturologo, Counselor e Life Coach, Terapeuta del BenEssere e Stile di Vita, tra scienza e spiritualità.

La sua Mission è educare gli Esseri Umani alla Vita: trasformarli da inconsapevoli prigionieri di se stessi e del sistema che li ha nutriti fin dal loro concepimento a persone libere, in grado di esprimere al meglio la loro vera Essenza e il loro Potenziale.

Così che possano ritrovare o mantenere un ottimale stato di salute a tutti i livelli: fisico, mentale ed emotivo.

Vivere più a lungo. E, perché no, essere felici.

Corrado è Autore di diversi libri, di cui l'ultimo è "Codice Vitariano" (Anima Edizioni).

Un libro che nasce per rivelare i Codici della Vita, della materia e dell'energia che ci costituiscono e interagiscono fortemente tra di loro.

Un Manuale per pensare, intendere, praticare la vita tra Fisica Quantistica, Neuroscienze, Epigenetica, Spiritualità e comune Buon Senso.

Un ricco Vademecum per ritrovare se stessi, aiutare gli altri, cambiare il mondo.

Dopo aver letto il suo articolo "Vegetariano? Vegano? No! 'Vitariano'" - Manifesto di un Codice di Vita riscoperto, metabolizzato e agito nel quotidiano - gli ho chiesto il permesso di pubblicarlo in versione integrale.

Non c'è infatti descrizione migliore che possa esser fatta della sua Opera di ricerca e divulgazione, se non quella che lui stesso ha scritto di suo pugno.

“Vegetariano o vegano?” “No! ‘Vitariano’”.

“Quando mi chiedono se sono ‘vegetariano o vegano o se seguo un regime ‘fruttariano’ o, comunque, quale dieta io pratici, reagisco sempre con un po’ di stizza e di ironia e dico di essere ‘vitariano’ ...

Poi spiego il senso di questa mia affermazione che è anche l’argomento di questo articolo. Cominciamo con il tranquillizzare tutti i ‘naturalisti’ menzionati: dal punto di vista strettamente nutrizionale, hanno sicuramente più ragione che torto.

E non lo dico solo io. Lo dicono gli studi più autorevoli e l’incidenza delle patologie correlate agli stili alimentari.

Per cominciare a farvi capire in che direzione si muoverà il mio ragionamento vi racconto un episodio recente.

Chiamato a fare una conferenza in una serata macrobiotica, ho esordito dicendo: ‘Ma per mangiare macrobiotico bisogna essere così tristi?’.

Una religione chiamata “dieta”.

Effettivamente, molto spesso, dietro ad una scelta nutrizionale c’è lo spettro dell’identità, dell’ideologia, del modo di essere e di atteggiarsi voluto da quello stile e dal suo stereotipo, con declinazioni, a volte, che rasentano il fondamentalismo e la maniacalità.

In trent’anni che mi occupo di educazione alimentare e di stile di vita, posso dirvi che, finalmente anche in questo campo, l’attenzione si sta spostando oltre la manipolazione e il delirio dietologico, o prescrittivo, e si comincia a considerare l’uomo a partire dalla sua totalità e potenzialità.

Ed è proprio da questa osservazione che si scopre che la prima e la più significativa compromissione per la vita (qualità e durata) è nelle nostre idee e nelle nostre convinzioni, in una esperienza che struttura comportamenti e provoca stati d’animo talmente ‘offensivi’ e dis-funzionali da essere la causa originaria di tutti i nostri mali.

Essendo compromessa la vita nei suoi fondamentali ed essendo questa civiltà soprattutto impegnata a 'curare' i mali che questa stessa compromissione provoca, ci si rende conto che quello che occorre fare, prima di tutto, è favorire proprio un cambio di mentalità capace poi di tradursi in altrettanti comportamenti e stati d'animo ma questa volta coerenti e funzionali alla nostra costituzione e alla nostra natura.

Le 3 “Chiavi” della Libertà: Consapevolezza, Cambiamento, Conoscenza

Quello che posso dirvi con certezza, essendoci arrivato dall'esperienza e praticando questo approccio educativo da molto tempo, molto prima che fosse spiegato e argomentato dagli studi di oggi, è che non vi è soluzione (guarigione) senza questo processo di cambiamento.

Un cambiamento che deve coinvolgere la persona, la sua percezione di vita, capace di riattivare e recuperare risorse inimmaginabili, inesprese e mortificate da un vissuto e da un modo di vivere fortemente debilitante e invasivo.

Le nuove frontiere della medicina, grazie ai contributi delle nuove scienze, parlano di olistico e di integrazione, cominciano a considerare l'influenza delle emozioni e degli stati energetici sulla funzionalità generale e sistemica, riconoscono l'importanza del cambiamento quale processo fondamentale sia per la guarigione che per la conservazione della salute a lungo termine.

Per darvi un'idea, uno degli ultimi convegni al quale ho partecipato si intitolava 'Anima e cancro' ed erano presenti relatori medici e oncologi di grande profilo professionale, oltre che una moltitudine di testimonianze significative.

Occorre quindi mettere mano laddove le cose sono accadute e accadono senza che siamo presenti a noi stessi per liberarci da una 'schiavitù' di cui non abbiamo nessun sentore, ma soprattutto nessuna considerazione.

Quel mondo è pieno di luoghi comuni, di ansie e di bisogni inespressi. È lo stato inconsapevole dell'essere teso più alla compensazione che alla soluzione dei suoi

disagi, alla dieta più che all'idea di imparare a mangiare, a rivendicare il diritto delle proprie convinzioni più che a riconoscere obiettivamente la realtà, alla legittimazione della propria rabbia, paura, colpa, più che a capirne la natura e l'origine.

Sani, belli, felicemente longevi.

Allora, per tornare da dove siamo partiti, io sono 'vitariano', il che significa che riconoscendo la vita in tutte le sue connessioni e potenzialità, sono impegnato a nutrirla su tutti i piani.

Si perché se il cibo è nutrimento del corpo, le emozioni e i pensieri sono nutrimento della mente e dell'anima, e insieme all'attività fisica, sono nutrimento di quell'insieme indissolubile che siamo e che è costituito proprio di corpo, mente e spirito.

Una delle conferenze che porto in giro, non a caso si intitola: 'Nutrire la vita, per non morire di cibo' e forse adesso ne capite il senso.

Quindi l'obiettivo del cambiamento, del processo di consapevolezza, non è nient'altro che riconoscere e favorire l'evoluzione di coscienza, perché legato a questo c'è lo sviluppo della personalità, della libertà, dell'autonomia, del talento, dell'amore incondizionato, ma anche quello della salute e del benessere psico-fisico; in una parola, di quello che siamo, che possiamo e che dovremmo essere veramente, secondo le leggi di Madre Natura e dell'Universo intero.

Sono le stesse leggi, secondo il principio di compatibilità, di costituzione e di funzionalità che, guarda caso, non ci portano lontano da vegani, vegetariani, fruttariani, macrobiotici, ecc.

Quello che cambia semmai è arrivarci dal cammino evolutivo e dalla presa di coscienza invece che come forma di compensazione o di esaltazione perché, in questo modo, per bene che ci faccia, l'anima sarà sempre inquieta e noi saremmo 'sani' a metà.

Dobbiamo riconoscere questa trappola per liberare quel 'divino' che è in ognuno di noi e per riprendere il cammino della forza e dell'integrità vera. È ora di tornare ad essere felici! È l'unico dovere che abbiamo, nei nostri confronti e nei

confronti del nostro prossimo.

Corrado Ceschinelli

Grazie, Corrado!

Non mi rimane che ringraziare il mio Ospite per le perle di saggezza che ci ha donato.

Per guardare la video intervista, clicca qui.

Il Canale YouTube “Jasmine Laurenti” è una finestra aperta sul Progetto di Valore Sociale “Ondina Wavelet World”, il Progetto di Informazione, Educazione e Intrattenimento che, servendosi del potere creativo delle parole, ispira le persone alla ricerca di uno scopo ad aprirsi al cambiamento per scoprire chi sono, i valori che le guidano, il loro messaggio al mondo.

Così che, esprimendo al meglio la loro autenticità, possano vivere nella pace, nell'amore e in piena libertà.

Per sostenere il Progetto multimediale di Ondina puoi:

- iscriverti al Canale
- attivare le notifiche
- laikare, commentare, condividere i tuoi video preferiti
- abbonarti: ci sono tre fasce di abbonamento e bellissimi vantaggi!

In qualsiasi modo tu decida di sostenere Ondina e il suo fantastico Progetto multimediale, sappi che la tua presenza e la tua partecipazione sono importantissimi.

Per saperne di più sul Progetto guarda il video

Per scoprire i Vantaggi riservati a chi ha scelto di supportare la realizzazione del Progetto multimediale “Ondina Wavelet World” e abbonarti al Canale, clicca qui.

Se sei un investitore e desideri ricevere il Business Plan del Progetto, contattami

via mail all'indirizzo: j@jasminelaurenti.com.

Alla prossima Ondina!

Ondina Wavelet (Jasmine Laurenti).

Sesso a colazione

Dopo l'amore ai tempi del colera, il sesso ai tempi del covid.

Alzi la mano chi tra noi non si sente addosso il **marchio a fuoco del covid**.

Chi tra di noi è rimasto quello che era ed ha mantenuto quello che aveva.

Alzi la mano chi non ha perso qualcuno o qualcosa.

Salute, lavoro, soldi, ruoli, abitudini...

Ma anche persone, affetti, legami, rituali...

Oggi però, come redazione di betapress, non vi parleremo della crisi sanitaria o di quella

economica o di quella sociale.

Vi parleremo della **crisi psicologica**, relazionale, affettiva, ma soprattutto **sessuale**.

In tal senso abbiamo avuto il piacere di intervistare la **Dott.ssa Giulia Alleva**, laureata in **psicologia**, specializzata in **sessuologia**.

Betapress- Buongiorno Dott. ssa, ci parli un attimo della sua formazione Alleva- Eccomi, sono Giulia Alleva, laureata in Psicologia con una tesi che mi ha appassionato moltissimo: ho svolto una ricerca sulla sessualità femminile e sulla presenza delle disfunzioni sessuali più diffuse. Ho riscontrato che la **sessualità** è molto **legata** anche **ad alcuni tratti di personalità**, come **l'autostima sessuale e il perfezionismo sessuale!**

Appena dopo la laurea, ho deciso di dare spazio a un'altra delle mie grandi passioni: il viaggio. Muoversi, con occhi nuovi e scoprire qualcosa che è altro da te.

Con questi presupposti, ho passato due settimane di studi antropologici in India sud occidentale con l'idea di svolgere la mia stessa ricerca di laurea sulle donne di quel luogo.

Purtroppo, gli organizzatori mi hanno sconsigliato di farlo: gli strumenti utilizzati per indagare la sessualità erano prima di tutto pensati per le donne occidentali e, in più, il contesto dei villaggi in cui ci siamo mossi era ancora molto arretrato, sia per la

condizione femminile delle donne indiane che per la loro difficoltà ancestrale ad aprirsi nel parlare di sessualità.

Dopo questo viaggio, forte, scottante e significativo, ho iniziato una full immersion di tirocinio di un anno per imparare come realmente nella pratica funzionasse il lavoro di psicologa.

E' stato estremamente formativo, e nel frattempo ho iniziato un corso di perfezionamento in cui ho conseguito il titolo di consulente sessuale.

Adesso, non vedo l'ora di continuare i percorsi di sessuologia clinica e psicoterapia!

Betapress- Allora, Dott.ssa Giulia, partiamo dalla nostra situazione attuale, cioè **la sessualità ai tempi del covid, come gestire il desiderio sessuale durante il lockdown in Italia**, e più in particolare quali sono i **problemi sessuali e/o i disagi psicologici specifici di questo periodo**.

Alleva- La pandemia globale Covid-19 ha, probabilmente, influenzato la sessualità di ognuno, in modi certamente diversi, anche in base alla situazione relazionale e abitativa della persona.

Partiamo, ad esempio, dalle **coppie monogame e non monogame conviventi, che potrebbero trovarsi a lavorare a casa insieme in smartworking h24**.

Per queste coppie, i risvolti possono essere duplici: da un lato, più tempo disponibile per

avere contatti sessuali, dall'altro, invece, si può verificare un calo del desiderio sessuale.

La diminuzione del desiderio può avvenire quando, stando sempre insieme, diventano infrequenti le situazioni erotiche misteriose o sorprendenti, praticamente la quotidianità forzata, può spegnere il desiderio e l'attrazione reciproca.

Betapress- Una sorta di saturazione sessuale, diciamo. Dott.ssa, ci sono delle strategie per riaccendere il desiderio in queste coppie H/24?

Alleva- A queste coppie, **consiglierei di ritagliarsi dei momenti specifici** per dedicarsi all'altro mettendo da parte il lavoro una volta terminato e pensando a dei piccoli gesti che possano risvegliare l'erotismo: immagino, ad esempio, un **bagno erotico a due**, un **massaggio** che possa coinvolgere i cinque sensi, con candele profumate per esempio, oppure una **cena afrodisiaca con gli abiti preferiti dal partner.**

Betapress- E le coppie che invece sono lontane e vivono il divieto di incontrarsi?

Alleva- **Per le coppie monogame non conviventi attualmente in zona rossa, potrebbe essere invece un periodo complesso a causa dell'impossibilità di vedersi.**

Viene a mancare il contatto sessuale fisico, quello fatto di corpo e di sensazioni forti.

Certamente, non è possibile sopperire alla mancanza del contatto fisico, ma ci possono essere alcune strategie utili per migliorare i propri contatti sessuali in questo periodo.

Betapress- Immagino che non potrà consigliare ai nostri lettori di eludere alla sorveglianza e di produrre una certificazione falsa con la dicitura “validi e comprovati motivi sessuali”?!?

Alleva- Tutt’altro! **Per queste coppie che devono gestire il loro desiderio sessuale non vissuto in presenza, ho ben altri consigli da dare...**

Betapress- Per esempio?

Alleva- Per esempio, è possibile usare il **sexting**, o praticare **autoerotismo in videochiamata con il partner raccontandosi le stimolazioni preferite, così da poterle poi replicare una volta riuniti.**

Ma c’è di più...Esistono anche **sex toys** che possono essere **azionati a distanza dall’altro partner, che può decidere di iniziare la stimolazione “all’insaputa” del partner, creando un coinvolgente gioco erotico.**

Betapress- Il discorso si fa piccante... **E per chi è solo, senza una relazione stabile, né in presenza, né a distanza?**

Alleva- Per le persone che non hanno una relazione fissa o sono single, forse in questo momento incontrare un* nuov* partner può essere davvero complesso. **Soprattutto per chi già vive da solo in zona rossa, non poter avere contatti con l'esterno può far crescere sentimenti di isolamento e solitudine. Questi sentimenti sono del tutto normali, ma è possibile effettuare, per chi lo desidera, degli incontri sessuali virtuali.**

Le videochiamate, ormai molto utilizzate sia per lavoro che per mantenere i contatti familiari, hanno iniziato a essere utilizzate come vere e proprie piattaforme di incontri sessuali online.

Anche in questo caso, nulla può sopperire al contatto fisico, però esistono certamente degli stratagemmi per mantenere attiva la propria vita sessuale.

Praticare autoerotismo può essere, in questo periodo, un modo per scoprire sé stessi e il proprio piacere, ma anche per rilassarsi, per scaricare la tensione dovuta spesso alla difficoltà della vita quotidiana e alle frequenti brutte notizie riportate dai telegiornali.

Betapress- Ma, Dott.ssa, non è pericoloso ricorrere al sexting?

Alleva- Per quanto riguarda l'uso del sexting o il sesso online: è **importantissimo avere il consenso della/e persona/e con cui si sta facendo sexting sulle pratiche sessuali da utilizzare e, inoltre, bisogna sincerarsi che le proprie immagini erotiche non siano diffuse online.** Per chi pratica sexting con persone che non conosce un consiglio può essere quello di non mostrare il proprio volto, intrigando il partner attraverso una narrazione orale che possa accendere la fantasia. Sesso sicuro sì...anche online!

Betapress-Dottoressa, sesso a parte, in questi ultimi mesi si è registrato un incremento di forme depressive, ed in generale, viviamo un po' tutti una **sensazione di disagio collettivo.** Come possiamo stare meglio?

Alleva- Ha ragione, bisogna lavorare sul benessere psicologico in generale, non solo sessuale, della persona.

Provare sentimenti negativi come tristezza, ansia, isolamento e solitudine può essere davvero molto comune: è importante "stare" in queste emozioni, non rifuggirle ma dare loro un significato.

Un suggerimento per affrontare queste emozioni negative può essere quello di ritagliarsi dei **momenti specifici nella giornata per coltivare il proprio benessere personale.**

Stare bene in questo periodo così complesso può significare ripartire dalle piccole cose: prova a pensare a quali “cose” hai sempre desiderato fare ma non hai mai avuto tempo. **Imparare una nuova lingua? Seguire un corso di cucina? Seguire un corso di educazione sessuale? Fare sport?** In questo periodo il web pullula di iniziative che puoi seguire da casa e possono essere il tuo momento di benessere quotidiano.

Betapress- A proposito di corso di educazione sessuale, abbiamo scoperto che Lei è l'autrice di **“Parliamone a colazione”**. Di che si tratta?

Alleva- “Parliamone a colazione” è **il mio primo progetto di educazione sessuale**, che tanto mi ha fatto battere il cuore.

Un giorno ho sentito dire: “non si parla a tavola di sessualità, è sconveniente!”.

Io, allora, ho cercato con tutte le mie forze di sfatare questo tabù: **la sessualità non è una “cosa sporca” e se ne può parlare insieme, con i dovuti modi...anche a colazione!**

Ho deciso, quindi, di portare avanti questo progetto con un percorso pensato per abbattere i tabù sulla sessualità femminile, un percorso per co-costruire insieme, tutte

insieme, una nuova narrazione della sessualità.

Non si tratta di “semplici” webinar, ma sono veri e propri incontri partecipativi in cui ci si confronta, si parla e ci si muove insieme verso nuove prospettive, senza mai giudizi o pregiudizi.

Betapress- Ma sono corsi on line o in presenza? E con che tappe di percorso?

Alleva- Il corso è stato on line nel primo lockdown, in presenza quest’ estate, ed ora sarà ancora on line.

Parliamone a colazione si articola in cinque incontri. Nel primo corso attualmente attivo, si parte per un viaggio che comincia dal **corpo**: conoscersi è la base per provare autostima e piacere sessuale. Ci muoviamo, poi alla scoperta di come il corpo e la mente reagiscono allo stimolo sessuale: parliamo di **desiderio, eccitazione** e di **orgasmo**. Infine, nelle ultime due lezioni affrontiamo i due binari importanti della sessualità che si alimentano vicendevolmente: la **sessualità in relazione** e quella “da sole”, **quella masturbatoria** che può accompagnarsi ai sex toys!

Betapress- Qual è il Profilo medio dei suoi iscritti età, livello culturale, argomenti preferiti...

Alleva - Il bello di “Parliamone a colazione” è che è **aperto a tutti**. Dato che gli incontri sono molto partecipativi e si cerca di creare **nuove narrazioni tutti insieme**, è davvero

per me illuminante e stimolante quando si incontrano i pensieri di persone con le loro unicità: **età diverse, livelli culturali diversi, orientamenti sessuali differenti, identità di genere differenti.**

E' grazie alla "diversità" che c'è la possibilità di sviluppare un pensiero creativo e avere un reciproco scambio di narrazioni, è proprio questo il bello!

Generalmente, gli argomenti che suscitano maggiore interesse sono i motivi per cui nelle coppie di lunga data avviene un **fisiologico calo del desiderio, la costante dialettica tra orgasmo clitorideo e vaginale e, forse il tabù dei tabù: la masturbazione femminile.** Molto interessante è anche l'approccio all'incontro sulle modalità relazionali, che spesso è in grado di smuovere molto la prospettiva dei partecipanti rispetto alle relazioni monogame e non monogame.

Betapress- Feedback ottenuto positivo riscontro/ criticità?...

Alleva- Sono davvero contenta dei feedback ottenuti dalle partecipanti delle prime due edizioni del corso: tutte si sono sentite davvero a loro agio nel raccontare di sé, proprio come in una colazione tra amiche! Mi ha fatto particolarmente piacere che anche persone che già mi conoscevano prima del corso si siano sentite a proprio agio e mai giudicate.

Al secondo corso, infatti, moltissime ragazze del primo hanno convinto amiche, sorelle e

conoscenti a intraprendere lo stesso percorso!

Una criticità che posso evidenziare è che, spesso, **è difficile decidere di mettersi in gioco in prima persona, probabilmente per l'intimità degli argomenti trattati.** Di frequente, infatti, le partecipanti mi raccontano delle loro amiche molto curiose delle informazioni trasmesse al corso, ma che non decidono, forse per timidezza, di intraprendere il percorso. Tanti sono ancora purtroppo i tabù verso questi argomenti.

Betapress- A quanto pare, un'iniziativa vincente, ma non è difficile il corso on line?

Alleva- Visto il grande successo delle prime due edizioni, rispettivamente online su Zoom nel periodo di maggio e giugno 2020 e di persona a Novara nel periodo di settembre-ottobre 2020, ho deciso di riproporre il corso online in partenza il **18 novembre 2020.**

Ho riscontrato che il corso online nulla toglie a quello di persona: se, in apparenza si può pensare che lo schermo possa creare una barriera invalicabile, spesso aiuta a dare coraggio e a esporsi su argomenti così intimi, amplificando, al contrario, la partecipazione.

Betapress- Per il nostro pubblico femminile, Dott.ssa alleva ha un messaggio esclusivo per le ragazze che vivono le prime esperienze, per

le donne che devono giostrarsi tra sessualità e maternità, per affrontare la questione menopausa, per la sessualità in tarda età...

Alleva- “Parliamone a colazione”, cioè il coraggio di mettersi in gioco in prima persona ed affrontare il tema della sessualità fa bene, comunque alle donne in primis.

“Parliamone a colazione”, non è un corso, ma un percorso.

E' un percorso che può far bene alla sessualità ad ogni età in quanto porta alla luce diversi tabù e dà l'occasione di ottenere nuove consapevolezze. Con ciò, non si intende certamente eliminare le peculiarità che avvengono nella sessualità durante ogni fase del ciclo di vita, anzi.

Spesso, queste peculiarità emergono tramite il confronto con gli altri e arricchiscono la narrazione condivisa.

Mi sento di dare un piccolo consiglio per le persone che si apprestano a vivere le prime esperienze sessuali: **informarsi** è il primo passo per vivere serenamente e consapevolmente le prime esperienze. Il **consenso** sulle pratiche sessuali che ci va di attuare è davvero fondamentale: se non vi va di fare qualcosa, **è importante saper dire di no e al contempo accettare il “no” del/della partner.**

Anche la **gravidanza** può essere un momento peculiare nella vita sessuale: è normale che nei primi tempi dopo il parto possa esserci un calo del desiderio ma è importante mettere in

gioco una buona **comunicazione con il partner su come potersi riavvicinare** non solo come coppia genitoriale ma ancora come partners sessuali, con i desiderati modi e tempi.

Infine, un grandissimo tabù è quello della sessualità durante la **menopausa** e dopo: questo momento particolare non significa un'interruzione forzata della sessualità, anzi. Anche in questo caso, con una buona comunicazione con il partner, una **diversificazione delle stimolazioni sessuali che possano portare novità alla vita sessuale, la sessualità può vivere addirittura una seconda rinascita.** Questo momento, infatti, porta con sé maggiori consapevolezza e può essere possibile vivere la sessualità in modo ancor più libero e felice.

Betapress- La ringraziamo moltissimo, Dott.ssa Alleva per il tempo che ci ha dedicato e per i preziosi consigli forniti ai nostri lettori.

E certi di fornire un servizio al nostro pubblico, anticipiamo che come redazione di betapress, avremo l'onore di avere la Giulia Alleva, come consulente psicologa e sessuologa, nella nostra **rubrica on line "Storie di donne"**.

A proposito, scriveteci la vostra storia, e nel pieno rispetto della privacy, ne parleremo in diretta con la nostra Dottoressa e vedrete che le parole, vostre e nostre, ci/ vi aiuteranno a formattare i pensieri e a schermare le paure.

info@betapress.it



¥ Antonella Ferrari
Cronista Redazione Piemonte Betapress

Quando la casa è l'ultima spiaggia

Le Chat: estensioni della fuga dal matrimonio...

Chi ha paura del DPCM?

Fino ad un anno or sono del dpcm non fregava niente a nessuno, oggi è lo strumento unico utilizzato per gestire la pandemia.

La sua velocità di emanazione ed il fatto che non ha controlli di nessun tipo lo rende lo strumento ideale per gestire situazioni estreme ed improvvise.

Ma ora non è possibile dire che la situazione è improvvisa, ormai è conosciuta e direi anche consolidata.

Eppure ancora non abbiamo impostato una legge che permetta di dire che se il contagio sale vengono messe in atto le misure xxx se scende si torna a yyy se risale si deve fare questo.

Ancora non c'è una legge che dice se si chiude le famiglie prendono xxx, i lavoratori yyy gli imprenditori zzz.

Ancora non c'è una legge in cui si dice che se il lavoro cala oltre un certo limite si sospendono le imposte xxx, l'iva scende al zzz, le tasse si fermano per mesi xxxx.

In realtà andiamo ancora a braccio, perchè?

Non è che, forse, usare i dpcm è più facile? Non è che forse il dpcm è uno strumento di potere maggiore perché non controllabile, almeno in fase iniziale?

Oggi invece gli Italiani attendono il dpcm come le tavole della legge di Mosè, perdendo ogni meccanismo logico e razionale.

Se lo dice il dpcm ... l'ha detto il dpcm ... cosa dirà il dpcm ... manca solo di leggere le foglie del tè nella tazza.

Alla faccia della democrazia!

Eppure i contagi salgono nonostante i dpcm, le mascherine, la sanificazione, il metro bucciale, la distruzione di una società!

Ma allora non c'è qualcosa di sbagliato? o vogliamo continuare a dire che sono gli italiani coglioni che fanno la movida e continuano ad abbracciarsi per strada nonostante che poi Conte li guarda con lo sguardo brutto, ma brutto!

Ebbene sono convinto che tutto questo modo

di affrontare la pandemia ha qualcosa di profondamente sbagliato, soprattutto adesso che abbiamo visto l'inutilità di certe azioni messe in atto.

Di certo abbiamo distrutto l'economia, messo sul lastrico famiglie ed imprenditori, distrutto un tessuto economico che si reggeva anche sul nero, sui lavori saltuari, sull'economia sommersa, sugli stagionali.

Ma una cosa su cui nessuno ragiona con la dovuta magnitudo è la paura che oggi si è insediata nel più profondo inconscio della nostra società, una paura atavica, che risiedeva nella nostra amigdala e che questo modo estremo di gestire la pandemia ha risvegliato.

Chi ha paura del buio? chi ha paura del dpcm?

Chi ha paura ragiona con fatica, vedremo cosa succederà se non si affronta questo vero problema, la paura del popolo.

Corrado Faletti

“Svegliati, palombaro!”

“Parlane con Carlo” ...

Mi dice un giorno Rita Minelli, da me recentemente intervistata su suggerimento di Paola Ferraro ...

Perché è di questo che si tratta: di una catena virtuosa di “parlane con ...” e finisco per prenotare un'altra intervista.

In un momento storico in cui i media cantano in coro la stessa canzone sette giorni su sette, ventiquattro ore al giorno, mi chiedo se esista, da qualche parte, un'oasi di silenzio dove ritrovare Se stessi e lì, accorgersi che non esiste altro.

Un po' di pace, finalmente. Per respirare a fondo e fare il punto. Studiando il da farsi in modalità attiva, anziché reattiva.

Come dire: queste sono le circostanze, là fuori.

Se reagisco secondo la logica della sopravvivenza, l'avranno vinta loro su di me.

Ma se mi fermo un attimo e respiro, in silenzio, realizzo che sto avendo un sogno lucido: la vita è un grande show e ciascuno di noi ha il suo copione e il suo ruolo. Tutt'intorno, una scenografia di cartapesta scambiata per “realtà”.

... Ed eccomi in Zoom call con Carlo Dorofatti.

Scrittore, libero ricercatore, divulgatore, Carlo è istruttore di meditazione e formatore nel vasto campo delle Tradizioni Spirituali d'Oriente e d'Occidente.

Sorride bonariamente mentre gli racconto di come un giorno abbia deciso di smettere i panni di "attrice" per scendere dal palco e sedermi in platea e da lì, godermi lo spettacolo.

Capisce al volo che sto usando una metafora per descrivergli il momento del "risveglio" dalla matrix.

"Matrix" è il nome che i ricercatori spirituali di nuova generazione usano per definire ciò che un essere umano percepisce come unica realtà, mentre è assorto in uno stato ipnotico, onirico, guidato dall'inconscio collettivo.

Carlo paragona l'attuale stato in cui si trova l'Umanità a uno stato ideale in cui l'Uomo scrive il proprio copione e lo agisce consapevolmente, in linea con il proprio Scopo.

"Dobbiamo recuperare la consapevolezza di ciò che siamo", continua. "Noi siamo dei palombari svenuti nei nostri scafandri. Vediamo lo scafandro muoversi, lambito dalle correnti del fondale oceanico. Ci sembra vero, ci sembra vivo, ci sembra che si muova, in realtà si muove per reazione alle correnti che lo investono. Dentro, il palombaro dorme. Dentro, il palombaro è svenuto. Quello che cerco di fare, a me stesso prima di tutto come stimolo agli altri, è un percorso di schiaffeggiamento del palombaro."

"La Parola chiave è Risveglio."

Il Risveglio di un attore che decide di deporre il copione e i panni del personaggio interpretato fino a quel momento, in cui si era forse troppo identificato; il Risveglio di un palombaro chiuso nel suo scafandro, nel liquido amniotico della Vita che lo ha concepito; il Risveglio alla consapevolezza che tutto ciò che esiste è frutto del potere creativo del Verbo, Logos, Parola.

Dal Risveglio in poi, quello con Carlo è un Percorso a ritroso: da ciò che esiste alla Parola che l'ha generato, al suono, alla musica, al canto, su, sempre più su, fino al Respiro.

Il Respiro che è Vita, infusa in ciascuno di noi. Azione involontaria che diamo per scontata. Eppure, è portando l'attenzione su di essa che possiamo, in presenza, ritrovare Chi noi siamo e quale sia il nostro Scopo.

Dietro l'apparenza, dietro la maschera, dietro un copione già deciso in partenza.

Ed ecco che l'attore scende in platea. Il palombaro esce dal suo scafandro. Entrambi hanno capito che quello che stavano vivendo era solamente un sogno.

I loro occhi si sono aperti alla contemplazione della Bellezza e dell'Amore. E di Bellezza e di Amore arricchiranno il mondo.

È questo, alla fine, il vero Senso della Vita.

E questa è l'intervista.

Ondina Wavelet (Jasmine Laurenti)

“Il Fotografo Dell’Anima”

Un Progetto per le Donne.

Tutto cominciò il giorno in cui un’amica mi coinvolse in un Progetto pensato per le Donne.

In occasione dell'8 marzo, Giornata Internazionale della Donna, Ary - questo lo pseudonimo della mia amica - avrebbe divulgato short movies con immagini e "voci" di Donne identificate nella loro Mission.

"Mission" è forse un termine un po' inflazionato, al giorno d'oggi.

Eppure l'unico, a mio avviso, a suggerire l'Idea di Risveglio al proprio Scopo, nella Vita.

Scopo che abbraccia l'Identità dell'Essere Umano che lo porta a manifestazione, i suoi Valori, il Modo - o i Modi - per raggiungere l'Altro e fargli del Bene, realizzando pienamente Se Stesso.

"... Posso fotografarti l'Anima?"

Ecco come ho incontrato Sérgio Saraiva.

Quel giorno di marzo fu l'ultimo per me, a Milano, alla vigilia del periodo storico più delicato dei nostri ultimi tempi.

Nato in Brasile e, per sua stessa ammissione, senza radici, dopo alcuni anni di apprendistato con i migliori fotografi della sua epoca - vere e proprie celebrità nel suo Paese - decide di partire alla volta di Milano e poi da lì, per altri Paesi d'Europa.

I suoi servizi fotografici conquistano riviste come Elle, Vogue, Marie Claire, Cosmopolitan e ancora Max, Gioia, Annabella, Vogue Sposa e Vogue Germania, PlayBoy Brasile e Grecia ...

"Sì, ma con rispetto."

Ci siamo seduti attorno a un tavolo, Sérgio e io. Tra noi, la sua attrezzatura per le riprese. Intorno, le luci.

Mi aspettavo una serie di domande a cui dare risposta, per realizzare una video

intervista.

Invece il tempo si è fermato e io non ho avuto altra scelta che mettere da parte i miei pensieri - già proiettati "altrove"- la mia fretta di finire, la mia immagine pubblica a mo' di corazza.

Non ho avuto altra scelta che deporre orologio e corazza.

I miei pensieri, veloci come saette, sono rimasti sospesi a mezz'aria - come nel film "The Matrix"! - per tutto il tempo necessario.

Ecco com'è nato il video di Benvenuto del mio Canale YouTube "Jasmine Laurenti"!

"Stanotte tocca a me ..."

... Intervistare la sua Anima e chiederle come si trova, nei panni di un Fotografo Viaggiatore.

Raccogliere, nel Giardino del Silenzio, i Fiori di Parole profumate e altamente vibranti.

Fermare il tempo parlando di Fede, Verità e Bellezza.

Basteranno a salvare il mondo, risvegliandolo a Nuova Consapevolezza?

Save the Date and the Event:

Venerdì 11 settembre 2020 alle 23:30, in diretta sul mio Canale YouTube, "Soul 2 Soul Talk" con Sérgio Saraiva, il Fotografo dell'Anima.

Per gustarti la diretta "in diretta", clicca QUI.

Il video rimarrà a disposizione sul Canale YouTube "Jasmine Laurenti" da stasera in poi, per sempre.

Alla prossima!

Ondina Wavelet (Jasmine Laurenti)

“Non siamo qui per sbrogliare la matassa, ma per passarci attraverso e lasciarci trasformare”

La “realtà” è multistrato ...

C'è una dimensione, oltre quella in cui viviamo quotidianamente, dove tutto è rarefatto, leggero ... vibra ad alte frequenze, sempre più vicine alla Luce.

Su questo mondo a noi invisibile ma più vero del sogno in cui siamo immersi, più o meno consapevolmente, si è posato lo sguardo di Paola Ferraro, Autrice, Formatrice e Ricercatrice Spirituale la cui Mission è porgere al mondo preziosi Strumenti per raggiungere un Benessere a 360 gradi.

Lo sguardo “oltre” ciò che appare.

Grazie alla sinergia di elementi come le Costellazioni Quantiche Sincroniche, la Numerologia e l'Aloe vera come pianta alchemica, Paola crea forme diverse e cangianti combinazioni, nel rispetto delle diverse situazioni che la Vita ci pone davanti.

Ascoltarla parlare di ciò che la appassiona è lasciarsi andare a un flusso inarrestabile di informazioni intrise di pura ispirazione.

Si parte dal presupposto che la “realtà”, percepita attraverso i nostri cinque sensi, è “multistrato”: ci appare materiale nella dimensione più densa, dove impariamo a vivere nella dualità: giusto e sbagliato, ragione e torto, luce e ombra, bene e male ...

Vedendo la vita come “materia”, impariamo a credere solamente a ciò che possiamo percepire sensorialmente.

Ma se il nostro sguardo va “oltre” l'apparenza delle cose, ci si dischiude un intero, nuovo universo!

Siamo Uno.

... Scopriremo che mondo interiore e realtà esterna non sono mai stati divisi, e che la realtà si muove in noi, attraverso di noi, al ritmo del nostro evolvere e “accorgerci”.

Gli stessi eventi sincronici non sono che espressione del nostro inconscio!

Nel fluire delle sue parole, Paola tocca argomenti come i messaggi che la Vita ci manda ogni momento sotto forma di “coincidenze”.

E poi simboli, archetipi, numeri, codici, che sono già dentro di noi: basta scoprirli e attivarli, per comprendere il Linguaggio con cui l'Universo ci parla!

Il crollo delle illusioni e la nuova nascita.

Quando tutto viene rimesso in discussione a partire da noi stessi, nella disidentificazione dai "ruoli" ricoperti nel Gioco della Vita, nella consapevole rinuncia al controllo, nella piena "comprensione" - accettazione e accoglienza - di ciò che ci accade, nell'apparente Vuoto, nella resa totale e incondizionata alla volontà divina, crolla il mondo delle illusioni e accade il Miracolo della Nuova Nascita.

È il punto di partenza di un PerCorso che ha per destinazione l'Eternità.

Appuntamento con Paola Ferraro:

Stasera alle 23:30 sul Canale YouTube "Jasmine Laurenti", video première di "Non siamo qui per sbrogliare la matassa, ma per passarci attraverso e lasciarci trasformare".

Se non ti sei ancora iscritto al Canale, questo è un ottimo momento per farlo.

... E ricordati di attivare le notifiche!

Così, viaggiamo insieme.

Ondina Wavelet - Jasmine Laurenti

#alchimiattrasformativa #alchimia #universo #spiritualità #aloevera
#consapevolezza #simboli #codici #numeri #metafore #eventisincronici #vita
#inconscio #uno #dualità #anima #spirito #corpo

“Il Sanscrito: la lingua per parlare con Dio”

All’inizio fu il caos.

Sembra che all’inizio dei tempi il caos regnasse sovrano. Del resto, da un “Big Bang” non ci si può aspettare il massimo dell’ordine e della pulizia... Si è mai vista nascere un’aiuola dallo scoppio di un petardo? Ecco.

Così, Lassù - “lassù”, dal punto di vista del pianeta terra - Qualcuno decise di dare una bella rassettata, fischiettando un motivetto.

Me ne ricorderò la prossima volta che devo rigovernare casa: “firulì firulà”, ed esco a fare una passeggiata.

Scherzi a parte ...

Poi, il Suono.

Dopo aver saputo che Chiara Sparacio, Caporedattore cronaca del mio giornale online preferito - indovina quale ... □ - oltre a occuparsi di cronaca ed educazione è anche un’appassionata studiosa di culture e filosofie orientali nonché esperta traduttrice dal Sanscrito, ho subito voluto intervistarla.

Dal nostro incontro su Skype è nata una piacevolissima conversazione, che prende l’abbrivio dalla domanda:

“Posto che siamo consapevoli del potere creativo della Parola come combinazione e articolazione di Suoni - ben lo sapevano gli inventori del Sanscrito, l’unica lingua inventata a tavolino per comunicare con il trascendente, l’universo, Dio - come possiamo far tesoro di questo Potere per far fronte agli imprevisti che la vita ci riserva?

... e la Parola sacra!

Caporedattore Consulente e Autrice, Chiara ha al suo attivo tre libri. Uno di essi, "La Cadenza delle Parole" - cito la recensione - "... è una raccolta di pensieri, riflessioni e storie raccontate da punti di vista inusuali e dissacranti prospettive. Un libro da leggere lentamente, un pezzo per volta, aspettando di trovare il brano che entrerà in sintonia col lettore, facendolo vibrare e risuonare, riconoscendo se stesso in quella storia".

Nel corso della nostra chiacchierata tocchiamo vari argomenti: dalle antiche civiltà con le loro caste sacerdotali e i rispettivi approcci col trascendente, all'uso sapiente e accorto dei mantra per chi pratica la meditazione come rituale quotidiano, alla presa di coscienza che la parola è potente non solo in quanto "parola", ma anche come risultato dell'accostamento di suoni articolati nella giusta combinazione, la cui onda vibratoria, propagandosi nel Cosmo, ne altera per sempre l'assetto.

Una ricca e piacevole conversazione, la nostra, per scoprire come sia possibile, grazie al potere creativo delle parole, gestire con equilibrio e saggezza il nostro mondo interiore, le impreviste circostanze e i cambiamenti che ogni giorno la vita ci riserva.

Venerdì 21 agosto 2020 alle 23:30, sul Canale YouTube "Jasmine Laurenti".

Per raggiungerci al Soul Talk, clicca qui.

LOve, Ondina Wavelet (JL)

"Storia di una doppiatrice che

decide di doppiare ... Se stessa!"

Tutto avviene per un motivo.

Un sabato pomeriggio rovente: il termometro sul cruscotto segna 41 gradi. Esausta, scelgo un parcheggio ombreggiato, reclino il sedile e chiudo gli occhi. Da qualche anno, infatti, non sopporto il caldo come un tempo. Devo recuperare le energie che mi ha tolto, sbrigando commissioni in giro per la mia amata Milano.

... anche gli incontri "casuali".

È un attimo: accade "qualcosa" e riemerge dal mio torpore. Apro gli occhi e riconosco, proprio di fronte alla mia auto, una figura a me familiare: una bella ragazza a passeggio con il suo cagnolino, intenta a conversare con qualcuno al cellulare. È un'ex "collega" di lavoro, doppiatrice. Proprio mentre il mio sguardo la raggiunge lei si gira verso di me, spalanca gli occhi con un misto di incredulità e sorpresa e con un sorriso di luce e di cielo, ricambia il mio saluto. Conclude con grazia la sua conversazione. Esco dall'auto. Un passo, e siamo una di fronte all'altra. Tratteniamo un naturale, umano impulso di abbracciarci e, in un breve e intenso dialogo fatto di parole, sguardi e gesti, a due metri di distanza ci raccontiamo gli ultimi quattro anni di Vita.

La stessa identica frase, parola per parola

...

Improvvisamente le sfugge una frase. La stessa frase che solo tre giorni prima avevo pronunciato in occasione della mia partecipazione come ospite al "Webinar Lunch" di Walter Klinkon: ha a che vedere con l'accorgersi di aver dato la voce a personaggi e messaggi altrui e di sentire l'urgenza, a un certo punto, di riprendersi la voce per donare al mondo il proprio Messaggio.

Il Risveglio a Nuova Vita.

Ah, la Bellezza del Risveglio al proprio Scopo, in qualsiasi campo si sia attualmente impegnati, è ineguagliabile.

Così, ostetrica spirituale, assisto a una Nuova Nascita.

Perché è di questo che si tratta, al di fuori di ogni scatola in cui si sia voluto rinchiodare, riducendone la portata, il Senso della Vita.

E il Senso della Vita è Rinascere a se stessi, riconoscere e rispondere alla propria individuale Chiamata con un "Eccomi, sono qui!".

Tre giorni prima, al "Webinar Lunch" di Walter Klinkon.

Quando Walter mi ha chiesto: "Cosa fai mercoledì prossimo? Vieni al mio 'Webinar Lunch'?" ho accettato subito. Prima di tutto perché amo teneramente questo ragazzo dai capelli arruffati.

Ci siamo conosciuti grazie a Facebook e, nel tempo, seguiti nelle rispettive iniziative, progetti ed eventi organizzati, non perdendoci mai di vista.

Un giorno di due anni fa, agli albori del mio Talk Show Viaggiante, l'ho raggiunto a Milano per chiedergli come abbia scoperto il suo vero Sé - argomento che ci interessa tutti, se vogliamo dare un senso alla nostra presenza su questo azzurro pianeta - e la sua Mission.

Le sue parole magiche: "Credici", "Abracagrazie" e "Grazietudine", hanno fatto il giro del web. Lo contraddistinguono come il mago delle parole, quel mago pazzoletto che, strappandoti un sorriso, ti lascia di sé l'indelebile ricordo di una filosofia di vita semplice e proprio per questo alla portata di tutti: "Risvegliati, abbi fede, sii grato sempre e per ogni cosa, coltiva i tuoi talenti e condividine i frutti col mondo."

Ecco riassunta, in poche parole, la Mission di questo luminoso Eroe dei nostri tempi.

Dettaglio non trascurabile: l'intervistata, questa volta, sono io.

Durante la nostra chiacchierata decido di aprire il mio cuore e raccontare la mia storia: la storia di una doppiatrice che, soddisfatta della sua esperienza come “donatrice di voce” per altri personaggi e messaggi altrui, decide di riprendersi la voce e doppiare ... se stessa!

Un video utile per chi abbia un sogno da realizzare e non sappia da dove cominciare. Per vederlo, clicca sulla parola “video”! □

Dedicato a Stefania, l’Essere Umano meraviglioso incontrato “per caso” a Milano: ex collega che, in sala di doppiaggio, un giorno si è detta: “Sono più di questo. Posso fare di più”. Naturalmente continuerà a prestare la sua voce ad altri personaggi, con le loro battute scritte da altri Autori, dedicandosi nel contempo alla realizzazione del suo personale Sogno di diventare Scrittrice.

Sono certa che ce la farà. Anzi. Ce l’ha già fatta. Ha risposto alla sua Chiamata.

Be Water, Be Light!

Ondina Wavelet (Jasmine Laurenti)

Lettera all’amico

In tutta sincerità non nutro grande stima per la Vita.

Certo le porto rispetto, quel rispetto che non mi fa mettere la mia volontà sopra la sua.

Ma di lei ci sono tanti aspetti che mi turbano.

Non mi piace, per esempio, il dolore che la pervade (non potremmo risparmiarcelo?), il fatto che debba finire (perché allora affannarsi tanto?), la sua apparente inutilità cosmica (chi siamo e che senso abbiamo al cospetto dell’universo?)...

Però non riesco a biasimarla del tutto.

Le riconosco infatti dei frequenti colpi di genio più che quotidiani.
Parlo di quello scorcio di panorama alzando lo sguardo che lascia incantati;
del colore del cielo che cambia sempre e ogni volta toglie il fiato facendoti partecipare all'infinito;
del volo di quell'insetto che all'improvviso ti fa dimenticare dell'insetto e sospende per aria anche te.

Cose come queste, che non sono le singole cose ma la eco dentro la nostra anima.
Quel colore, quel profumo, quel sapore, quel suono, quel tocco, quell'estasi muta fuori controllo.

E, tra queste, la sua perfezione, il suo incastrarsi perfetto,
Il suo farti dire agli altri proprio le parole di cui hai bisogno tu.

Quelle parole che tu solo sei in grado di dire perché proprio tu conosci quel dolore.

E allora amico mio non chiedermi mai scusa per la tua forza incompresa.
Non c'è fallimento nell'apparente non trovare pace.
Siamo persone assetate che non si accontentano e sanno che da qualche parte esiste la nostra fonte.
E anche se non dovessimo trovarla, sappiamo che moriremmo molto prima se non provassimo a cercarla.

Ascoltiamo gli altri, li guardiamo senza invidia,
ma ci chiediamo quando toccherà anche a noi quella fetta di normalità che tocca a tutti gli altri ma a noi no.

Quel matrimonio fatto per bene, quel figlio sano, quel lavoro sicuro, quel titolo rispettabile, quell'orgoglio dei genitori, quella casa ordinata, quello spicchio di stabilità...

Quello che ottengono tutti gli altri ma noi no.
Ed è così difficile spiegarne il perché a chi ce ne chiede conto.
Perché non c'è un vero motivo.
Appariamo come quelli che dicono "no" a tutto e che non vogliono accontentarsi ed essere felici.

Però noi lo sappiamo che, alla fine, che vogliamo essere felici è l'unica cosa che

vogliamo e ci urla dentro come un babbuino impazzito.
Lo sappiamo che se non troviamo pace è perché stiamo scomodi
e ci muoveremo finché non troveremo il nostro posto
Ovunque sia.
In qualunque tempo sia.
Ma è così difficile spiegarlo.

Amico mio non c'è vergogna nel seguire le strade più lunghe e solitarie
Non sono poi così solitarie, è che stiamo tutti zitti e non ci accorgiamo dei vicini.

La nostra è una norma diversa, più difficile da accettare anche per noi, però ci
porta verso la strada che ci avvicinerà di più a ciò che siamo.

Non potrò dirti di accontentarti e farti piacere ciò che hai.
Di abbracciare i sogni e le attese di semisconosciuti, di tenere il tuo tempo sugli
orologi di altri, di voler vivere nello spazio troppo stretto per te.

Amico mio non scusarti per la tua forza incompresa.
Alla fine le nostre spiegazioni non interessano a chi ci pone queste domande.