

Pillole di un risveglio



**Michela Sebastiano**

**PILLOLE  
DI UN RISVEGLIO**

*Racconti*

BOOK  
**SPRINT**  
E D I Z I O N I

[www.booksprintedizioni.it](http://www.booksprintedizioni.it)

Copyright © 2022  
**Michela Sebastiano**  
Tutti i diritti riservati

*A chi ha sempre creduto in me.*



## Wondermamy 2.0

Sono troppo severa nel giudicarmi e pretendo molto da me stessa, e lo sono non perché faccio la psicologa, ma semplicemente perché sono mamma e sono molto severa con me stessa perché vorrei essere perfetta. E siccome ho trovato il segreto per esserlo, ho trovato la perfezione, voglio condividere il mio segreto! Il segreto della felicità, sì, perché essere felici è sinonimo di perfezione, e noi mamme siamo esseri perfetti quindi abbiamo il Dono della Vita.

Mi presento a tutti, sono Mamma Energia, sono arrivata su questo pianeta 38 anni fa con una missione, e ho tutte le intenzioni di portarla a termine.

Nella notte del 27 luglio, anno 2018, durante un'eclissi lunare sono stata risvegliata. Sì, esatto, ho vissuto per 38 anni una vita che non era mia... ma ora finalmente ho la consapevolezza

di quello che ho, e voglio svelare all'umanità il segreto della felicità.

Sono mamma di quattro splendidi gioielli. Da fuori tutti vedono la mia vita perfetta, ma non sanno quanto sia dura trovare il giusto equilibrio. Sì, perché la Vita è tutto un equilibrio sopra la follia, come diceva qualcuno che non ricordo. Non voglio diventare una scrittrice ricca e famosa, non perché questo non mi interessi ma perché non è il mio scopo, non è la mia Missione. Quindi io non voglio che questo mio libro debba essere letto da tutti, ma vorrei semplicemente a chi è pronto. A chi è pronto a fare con me un viaggio in tutta la mia vita e capire come in ogni situazione, anche la peggiore, se vista dalla giusta direzione si possa sempre trovare il meglio. Sì, perché nella vita nulla accade per caso, sono tutte lezioni, lezioni che ci vengono riproposte affinché le apprendiamo, le impariamo e poi cerchiamo di insegnarle ai nostri figli per non fargli commettere gli stessi errori. Perché noi desideriamo semplicemente che i nostri figli siano felici. E dato che ne sappiamo più di loro cerchiamo di guidarli. Ecco, è questo che vorrei fare. Dato che io ho trovato la Felicità, voglio guidare le mie figlie per la strada più breve per raggiungerla.



Ma nel guidare loro sono sicura che chi leggerà questo libro imparerà qualche lezione immedesimandosi nei miei panni, perché il segreto sta proprio nell'imparare a mettersi nei panni degli altri.

Nella vita di tutti i giorni sono sempre molto controllata e impostata nel parlare con gli altri. Prima di rispondere a qualsiasi domanda in pochi secondi, penso sempre a cosa potrebbe pensare la persona a cui sto parlando, ho sempre paura di ferire o non esser capita, non rispondo mai in maniera impulsiva. Questo lo faccio perché ho l'abitudine di mettermi sempre nei panni di chiunque. Questo mio comportamento però mi portava ad essere troppo riflessiva e poco vera, ora però che ho trovato il giusto equilibrio ho imparato a scegliere sempre con il cuore, ho imparato a vivere Qui e Ora, ho imparato che chi sceglie con il cuore non sbaglia mai. Noi siamo Amore e l'amore che nutriamo per i nostri figli è sopra ogni cosa. Quindi qualsiasi cosa facciamo per loro è giusta. Ecco perché sono così severa con me stessa, perché io so come poter essere in armonia e voglio spiegarlo alle mie bambine e al mondo. Se il mondo non è pronto o mi prende per pazza, pazienza, al massimo avrò messo un piccolo sassolino per portare la pace nel mondo. Basterebbe semplicemente

eliminare l'egoismo e mettere sempre e comunque gli altri prima di noi. Io sto insegnando questo alle mie figlie, che devono essere più altruiste, a pensare di più agli altri e all'ambiente. Portando la pace nella mia famiglia sicuramente non porterò la pace nel mondo, ma le mie figlie sapranno amare e rispettare di più gli altri e il mondo. E credo che se ognuno tornasse a portare i giusti valori nelle proprie quattro mura si vivrebbe molto meglio anche nel mondo al di fuori delle mura domestiche. Invece di scegliere noi quali amici devono o non devono frequentare, insegniamo ai nostri figli a scegliere e capire se qualcuno ha bisogno di essere aiutato.

Che noi crediamo in Dio o a Buddha, nello Zen o in qualsiasi altra cosa, se impariamo a rispettare il prossimo e amarlo come un fratello, a non desiderare il male degli altri per il nostro benessere o tornaconto, un po' come il video che girava qualche tempo fa dove un signore raccoglie da terra un foglio di carta, ci scrive qualcosa e lo dà alla signora che stava per investirlo, quel foglietto ha fatto il giro di tante case, tante situazioni diverse, ma a chiunque lo guarda regala un sorriso. Questo vorrei con il mio libro. In questo mondo in cui è tutto telematico, vorrei che chi leggerà questo libro possa farsi una ricca risata, ma rileggendo queste poche ri-

ghe rifletta sulle parole e non sulla stesura... “Chillu che cunta è u finale”, e quello che vorrei trasmettere è semplicemente il messaggio che la felicità è in noi e non ci serve niente, non i soldi e la ricchezza ma la nostra serenità. Quindi ringraziamo in ogni occasione per ciò che ci è stato dato e se ci è stato tolto qualcosa cerchiamo di capire perché. Io credo che davvero se iniziassimo tutti a seguire i dieci comandamenti, davvero vivremmo in un mondo migliore.

Per chi non li ricordasse, questi sono i dieci comandamenti:

- 1) Non avrai altro Dio fuori di me;
- 2) Non nominare il nome di Dio invano;
- 3) Ricordati di santificare le feste;
- 4) Onora il padre e la madre;
- 5) Non uccidere;
- 6) Non commettere atti impuri;
- 7) Non rubare;
- 8) Non dire falsa testimonianza;
- 9) Non desiderare la donna d'altri;
- 10) Non desiderare la roba d'altri.

Ecco, queste diciamo che sono semplicemente dieci regole da rispettare, e a noi mamme dovrebbe venire ancora più facile, abbiamo il dono della Vita, amiamo i nostri figli sopra ogni cosa e per loro saremmo disposti a dare la no-

stra Vita. Con loro ci viene naturale rispettare i dieci comandamenti, il trucco è iniziare a trasportare nella vita al di fuori l'amore e l'altruismo.

Per arrivare a questo punto io ho fatto il mio cammino che sicuro non sarà uguale al vostro... ma ora ho imparato a leggere i messaggi, a dare più valore a me stessa prima, ho imparato a scegliere sempre con il cuore e a perdonarmi quando sbaglio, ho imparato ad accettare i consigli e non prenderli come critiche, ho imparato che sono perfetta così come sono, che non devo desiderare niente di più... Ho la mia famiglia, ho la vita che mi sono scelta e ho Tutto, perché il mio tutto è la mia famiglia.

Siamo sempre alla ricerca della felicità, ma siamo sempre troppo presi a guardare ciò che non abbiamo per accorgerci che la felicità è adesso, basta solo saperla riconoscere.