

M A R I E L L A   A S T O L F I

# COME IN UNO SPECCHIO

ROMANZO



BOOK  
**SPRINT**  
EDIZIONI

**Mariella Astolfi**

# **COME IN UNO SPECCHIO**

*Romanzo*

Acquista la versione cartacea adesso in 48 ore a casa tua:

[Clicca qui](#)



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

Copyright © 2020

**Mariella Astolfi**

Tutti i diritti riservati

*“Ai miei adorati figli,  
che, nascendo, mi hanno consegnato  
il dono più grande e prezioso che si possa  
ricevere in questa Vita:  
ME STESSA.*

*“Come in uno specchio.”  
DI SOPHIE RUAH.  
(LA SAPIENZA DELLO SPIRITO)*

## Prefazione

“Sotterrata nel punto più profondo di ognuno di noi, giace una coscienza istintiva e sincera che si rivela essere, se glielo consentiamo, la guida più sicura.”

Non possiamo vedere noi stessi se non tramite uno specchio: l'altro è il nostro specchio.

Le relazioni sono figlie della dualità dell'incontro tra un “io” e un “tu”, di un maschile e di un femminile, di due poli opposti.

Il proposito di ogni relazione è condurci ad una condizione di integrità, elevando la nostra consapevolezza: essere consapevoli del meccanismo della proiezione significa maneggiare uno strumento potente di autoconoscenza.

“Come in uno specchio” è frutto di un lungo lavoro di crescita personale e professionale.

L'energia, costantemente rinnovata dalle e nelle relazioni che quotidianamente viviamo, prima di tutto con noi stessi, dà alla luce il nostro vero sé, quello più profondo, il nucleo centrante di ogni essere umano, paradossalmente presente e mancante, a tratti lontano da sembrare orizzonte infinito, a tratti tanto vicino da poterlo osservare, sentire, ascoltare.

Questo libro è un omaggio alle donne “vere”, “forti”, “empatiche”, “divine”, che non sanno ancora di esserlo, intrappolate come sono nella torre delle loro stesse ambivalenze, dove regnano sovrane le

aspettative, i sogni infranti, i sensi di colpa, la dipendenza da tutto e tutti, tranne che da se stesse.

Donne “dee eroine”, inconsapevoli del loro splendore, che attendono per metà della loro vita il bacio del fantomatico principe azzurro per sentirsi felici, senza poi esserlo.

Attraverso una serie di poesie da cui trapela quella fisiologica tensione tra gli opposti che genera la vita stessa, viene svelato il segreto dietro ai segreti, i principi cosmici e universali, aprendo un varco nel nostro cuore verso le ferite dell’anima da vedere, curare, guarire e trasformare per ripartire da lì, in sella al nostro cavallo bianco e al vero principe: l’altra parte di noi.

Questo libro è:

- un inno al sodalizio alchemico, all’unico eterno matrimonio che vale la gioia di celebrare ogni giorno, ogni attimo, ogni istante della nostra vita;

- un invito rivolto alle donne stanche di lottare, di sentirsi incomprese, accusate ingiustamente, ferite, sole e abbandonate, di fermarsi ad ascoltare il cuore, i suoi battiti che si mescolano ai respiri, brevi, affannosi, corti;

- un invito ad osservare senza intervenire, a sentire per sentirsi, a conoscere per conoscersi, ad amare per amarsi, partendo dal proprio cuore ferito;

- un invito a vivere pienamente la vita, a rifiutare di stare in panchina e fare le riserve, a scendere in campo e mettersi in gioco, a dirsi le parole che avrebbero tanto voluto sentire durante l’infanzia, ad apprezzarsi, ad imparare a scorgere la “divinità” a cui affidarsi e di cui fidarsi.

Sophie Ruah è una donna che ha avuto il coraggio di partire ed avventurarsi nella solitudine di se stessa, di soffrire riaprendo le sue ferite per purificarle e guarirle alla radice, di sradicare per ripiantare i semi della vita gioiosa: è lo spirito della sapienza che ha preso forma e vita, è l’amore, lo spirito che crea.

“Quello che vediamo nel mondo è un riflesso di ciò che siamo.  
Tutto ciò che siamo è un riflesso di quello che abbiamo pensato.  
La mente è tutto. Quello che pensiamo diventiamo.”

Il mondo esterno è come uno specchio dove, in ogni persona o esperienza, se sai osservare attentamente, puoi vedere riflessi delle parti di te, che di solito preferisci non vedere relegandole nel subconscio, ma che riemergono nei tuoi giudizi di condanna sugli altri.

Se si ha il coraggio di vedere e riappropriarsi di ogni proiezione, di accettare ciò che non può cambiare, di trasformare ciò che ricade nella nostra sfera di responsabilità, avviene il miracolo: la rinascita.

“Non esiste trasformazione senza fatica. Sappiamo di dover bruciare fino in fondo e poi sederci sulla cenere di colei che un tempo pensavamo di essere e poi ricominciare da lì.”

Dopo la nuova nascita tutto è alchimia: le ferite dell'anima si cicatrizzano trasformandosi in meravigliosi finestroni da cui far entrare la luce, la rabbia diventa impeto guerriero e fiume in piena verso la realizzazione dei propri sogni, la paura indossa le vesti di un prode cavaliere, il dolore dà voce a sussurri dell'anima, a sospiri poetici, le parole vive e vivide iniziano la nuova danza del dialogo interiore, le illusioni si smascherano e ogni ombra prende il posto che le spetta per essere integrata.

Il direttore d'orchestra è l'intuito, quel sofisticato e armonico linguaggio dell'anima guidato lungo il sentiero dell'esperienza inconscia nascosta nel nostro cervello.

Si rinasce così, diventando una sola carne.

Si tratta dello spirito e dell'anima dentro all'essere umano, che si accorgono di vivere in un unico corpo, integro, non più separato ma risvegliato.

Lo spirito è libertà, l'anima è amore: “l'uomo non separi ciò che Dio ha unito.”

“Ora vediamo come in uno specchio, in maniera confusa, ma allora vedremo faccia a faccia.

Ora conosco in modo imperfetto, ma allora conoscerò perfettamente, come anch'io sono conosciuto.” 1 cor.13,12 la sacra bibbia.