

Il cammino di un'anima  
nei turbamenti  
del cuore

**Elena Vespasiano**

**IL CAMMINO DI UN'ANIMA  
NEI TURBAMENTI  
DEL CUORE**

*Poesie*

BOOK  
**SPRINT**  
EDIZIONI

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

Copyright © 2022  
**Elena Vespasiano**  
Tutti i diritti riservati

*Dedicato a tutti coloro che,  
con tanto affanno,  
cercano le risposte della vita  
e a Sara e Sabrina che mi hanno ispirato  
e sostenuto mentre lo scrivevo, Grazie.*

## Lettera sulla felicità

A te che leggi,

non conosco il motivo per cui scrivo codesti versi. Ad ognuno di noi succede di cercare un qualcosa che, almeno se non ci dica il motivo per cui siamo qui, almeno la direzione da intraprendere, potremmo dire lo scopo.

Tutti noi lo cerchiamo, ed ognuno di noi lo fa a modo suo e non c'è un modo giusto o sbagliato di farlo.

La ricerca, direi, è la chiave essenziale con cui leggere questa vita, almeno parte di essa, e si potrebbe dire, in un certo senso che proprio la "ricerca" sia lo scopo stesso della vita, che sia essa la ricerca della felicità, o dello scopo medesimo non cambia, potrebbe benissimo essere la ricerca di sé stessi o la ricerca dei propri sogni, oppure proprio tramite la loro realizzazione la ricerca di noi (e credo che questo sia il mio caso ma non siamo qua per affrontare questo argomento che potrebbe essere molto complicato). Quello che sto cercando di dirvi mentre confabulo amabilmente con voi è che ognuno di noi cerca qualcosa dalla vita e nella vita stessa e, forse, io quello che sto cercando di fare con queste poesie è semplicemente esprimermi, esprimermi analizzando il mio stato interiore (o il mio inconscio, come lo chiamerebbe Freud).

Ci tengo a dire che ognuno di noi ha dentro di sé un vuoto, (che sia esso consapevole o meno), un vuoto che ci portiamo dentro fin dalla giovinezza e che può essere causato da diversi fattori (che non analizzeremo in sede) ma che è fatto della stessa essenza e che è il medesimo per tutti noi, anche a te che stai leggendo e magari non credi d'averlo ma, in realtà, è una cosa che ci accumuna in quanto esseri umani perché facciamo parte d'una realtà duale dove il bianco non esiste senza il nero. Il vuoto nero che abbiamo dentro ognuno di noi riecheggia alla stessa frequenza dell'altro per quanto possano essere causati da note diverse ed è per questo motivo, io credo, che quando leggiamo una bella poesia o ci commuoviamo di fronte ad una canzone succede perché toccano determinate corde che si trovano dentro di noi, determinate corde si trovano in risonanza con quel medesimo vuoto a cui accennavo prima e che tentano di riempirlo.

A tal proposito, (tornando per un attimo al tema della ricerca), credo anche che ciò che ognuno di noi va cercando sia quel qualcosa che riempia lo spazio che alberga dentro di noi. Ma siccome ogni spazio, ogni vuoto che noi sentiamo dentro è generato da una fonte diversa da quella che ha l'altro, avrà bisogno di un qualcosa di diverso per riempire quello spazio, eppure, allo stesso modo capita a tutti di commuoversi di fronte a un bel panorama perché per quanto diversi e unici possiamo essere, alla fine siamo simili e siamo afflitti dallo stesso maleficio. Ognuno di noi, durante il suo percorso che compirà nella vita, troverà il modo di riempire quel vuoto che lo attana-

glia da dentro, ognuno di noi lo troverò a modo suo e le vie, credetemi, possono essere tantissime...

Ancora una cosa ci tengo a dirvi prima che vi abbandoniate alla lettura: non disperate quando dico che siamo tutti afflitti dallo stesso maleficio perché anche esso, in quanto esistente, fa parte dell'universo e proprio perché fa parte dell'Universo è perfetto così com'è perché se non esistesse questo "maleficio" noi non avremmo l'opportunità e l'occasione di godere della gioia della vita che ci consentirà questa ricerca perché è proprio da qui che parte tutto, da noi che facciamo parte del tutto. Ricordate: non esiste bianco senza nero e non esiste gioia senza tristezza; dunque, non dubitate dell'Universo perché tutto esiste per una precisa ragione, (sì, anche le cose più brutte) e come se fosse un enorme puzzle ogni cosa ha il suo posto e, allo stesso modo ogni cosa che si trova al suo interno ha un motivo di esistere anche se, magari, ancora non lo comprendete.

Perciò, ci tengo a dirvi: non dubitate mai dell'Universo e lasciatevi scorrere nel suo flusso!

Ora, dopo tutto questo lungo e tedioso discorso, probabilmente vi chiederete a che punto io sia nella mia ricerca (quella faticosa ricerca che accomuna tutti noi) o, almeno, e io abbia qualcosa.

Vi dirò questo: sono molti i modi che ho trovato per sviare il percorso verso il cammino interiore (è questo in realtà lo scopo di quel vuoto e di quella ricerca), e con ciò non intendo dire che io non l'abbia affrontato o intrapreso ma bensì ho percorso delle vie in-

dirette che mi hanno portato a risolvere solo parte del problema. Ma perché questo? Questo accade perché per conoscere la via diretta, e cioè la strada giusta, bisogna prima intraprendere altre vie, quelle indirette o, come potremmo chiamarle, “sbagliate” perché per sapere esattamente quello che dobbiamo fare e come dobbiamo farlo dobbiamo prima conoscere quelle che NON dobbiamo fare. Ma quali sono queste vie indirette che ho intrapreso?

Be', in primo luogo sicuramente la lettura, (in particolar modo di poesie, di quelle poesie dove, all'interno dei versi, sentivo vibrare quella corda che riempiva il mio vuoto e riecheggiava in quello del poeta vibrando alla stessa frequenza); poi la scrittura e la pittura (compreso il disegno), che hanno trovato un modo più ampio di riempire quel vuoto in quanto suonavano più corde assieme, e questo accadeva perché venivano direttamente da me e sapevo cosa volevano dire e come dovevo dire quelle cose che mi premevano ed ora so il perché (è così che si diventa poeti, cercando di riempire il vuoto facendo vibrare le giuste corde nel nostro animo e sapendo che qualcun altro lo sentirà come noi, ed è per questo che ogni poeta nasce come tale e non lo diventa perché è già dentro di noi e basta cercarlo); e poi con la musica ed il ballo (ed anche il volontariato che prendeva ancora più corde perché era una cosa collettiva e non singola e personale come la scrittura), ma nessuna di queste attività bastava a placare l'animo mio.

Ognuna di queste attività (che mi piacevano ma che per un altro possono anche non funzionare, perché ricordate siamo diversi ma il principio funziona allo stesso modo per tutti)



vibrava con una particolare nota del mio animo e durava più tempo in base al tempo che dedicavo a quella particolare attività, ma non bastava mai! Non bastava mai perché erano tutte attività indirette e che toccavano solo una parte, o aggiravano, il problema che per un attimo sembrava risolto in quanto mi sentivo felice e in pace con me stessa, ma poi, finito quel relativo periodo di gioia parziale (perché toccava solo alcune corde e mai tutte insieme) e basta, tornava il vuoto e con esso la depressione.

Ma allora quel è la via diretta, vi chiederete voi, ma soprattutto, l'ho trovata?

Allora, sarò semplice e chiara su questo punto, e soprattutto delicata perché so che è un argomento complesso (anche io che credo di averlo capito ci sto ancora lavorando e mi manca molto da fare, sono appena all'inizio), e non è detto che tutti lo comprendano ma, badate bene, non perché siano stupidi o sciocchi ma perché non sono ancora arrivati a quel punto della propria vita (e forse neanche mai ci arriveranno in questa ma in un'altra forse sì).

E non posso neanche esprimermi con un chiaro e semplice "Sì" e questo non perché avrei paura di risultare scontrosa o una che pensa di sapere tutto, ma perché non ritengo giusto credere che io sappia tutto, non sono Dio e mai lo sarò. Sto solo dicendo che sono in un periodo della mia vita in cui ritengo che sia così e che questa, per il momento, sia la realtà che mi circonda ma ciò non significa assolutamente che sia la realtà. Ma io credo che sia la MIA attuale realtà.

Semplicemente tutto qui.