

*Sono arrivato in un nuovo mondo, sto scoprendo una nuova vita, sto tentando di capire cosa mi succede e nel frattempo ascolto la musica. Tutto questo è un bel complesso di cose. Con il passare dei giorni il cammino mi offre un maggiore contatto con me stesso, per capirmi sempre meglio. E continuo ad ascoltare la musica.*

*Il cammino è anche rivivere l'esperienza del passato, molte volte duro da accettare, molte volte sereno, che mi conforta. E' importante trovare queste due visioni dell'esperienza. E' importante trovare nel cammino della storia passata la mia vita e ritrovarla positivamente nella nuova strada da percorrere. E ascolto la musica.*

*Il cammino è colmo dei miei nervosismi che mi impediscono di vivere ciò che si trova dentro di me e con frequenza mi portano alle solitudini e alle crisi. Molte volte mi sento bloccato dalle ferite dell'infanzia, non riesco a liberarmi dai conflitti irrisolti, mi rifugio nella sofferenza interiore e non riesco ad ammettere le mie paure e le mie debolezze. Costruisco dentro di me un rifugio, quello delle paure e tutto ciò non mi fa bene. La mia esperienza di vita diventa cupa, il mio agire e il mio entusiasmo si spengono. C'è il rischio che i colori della mia vita diventino sbiaditi e perdano quella luce necessaria e bella per vederla.*

*Per superare le difficoltà devo incontrare me stesso, mi devo avventurare con il coraggio dovuto sulla strada: vivere il ricordo del passato (luogo di origine, famiglia, affetti, scelte, ...) con la visione di una esperienza che mi ha costruito in diversi modi e non di sofferenze che mi tentano e mi intristiscono. Tutto quello che ho vissuto è un "forte fatto di vita", non da dimenticare, ma da rivalutare. E ascolto la musica.*

*Il momento presente ha risvolti vari e anche duri di accettazione (la mia esperienza parla così) e di conseguenza rimango inquieto e forse deluso dal mondo i cui oggi mi trovo. La vera ricchezza sta in me, il saper attendere con pazienza è una via giusta di bene, l'impegno è il tesoro che devo coltivare nel campo della mia vita.*

*In me deve nascere la convinzione che sono un uomo vittorioso (non l'illusione) e chiamato ad andare oltre (il mio coraggio), anche stringendo i*

*dentí, anche con qualche lacrima, anche nello sconforto. Reprimere in te queste cose è dannoso al tuo esistere e allora respira a pieni polmoni, valorizza tutte le bellezze che hai dentro (ci sono!) e affidati a Dio, che non ti ha mai abbandonato. E ancora ascolto la musica.*

*Per non rimanere soffocato o lacerato nel cuore che cosa posso fare in questa mia situazione di vita? Devo avere la forza e il coraggio di rispondere concretamente alla domanda e anche ad altre che si uniscono in me. Siccome dentro di me c'è un po' di caos è necessario rimettere in ordine alcune cose, affinché il mio spirito possa riacquistare una maggiore serenità. Attraverso la mia scontentezza devo arrivare alla mia vera natura, senza umiliarmi, senza diminuirmi, con molta sincerità.*

*Chi sono io veramente nel profondo di me stesso? Che cosa posso e voglio che scaturisca dalla mia vita? E' questo il modo giusto per restare con me stesso, per fare pace con me stesso, per rispondere di me a me. Io devo possedere un buon rapporto con me stesso, trovare la verità nel mio profondo e vincere le paure che mi tengono fermo. E' vero che non tutto dipende da me, ma io posso fare moltissimo per rendere felice la mia vita. Con delicatezza prenditi cura di te, impara a volerti bene, perché solo così in te si accende l'interesse per l'amore.*

*Devo avere il coraggio di incontrare me stesso, non nel giudizio, ma nella comprensione e nel perdono. "Non possiamo amare Dio in modo completo, se non amiamo noi stessi in modo completo" (Thomas Merton) e "Se ami te stesso, allora ami tutti gli uomini come te stesso ..." (Meister Eckhart).*

*Mi devo mettere in gioco, devo superare le mie pigrizie e questo comporta un duro lavoro dentro di me, con dinamismo e coraggio considero la mia situazione personale, i miei impegni, il mio ambiente, i miei valori, le mie decisioni, al di là della condizione di partenza.*

*Mi faccio del bene se sono davvero in contatto con me stesso, in contatto con i miei sentimenti, le mie sensazioni e la mia interiorità. Se mi impegno a volermi bene, guardandomi dentro, mi posso liberare più facilmente delle tristezze e di ciò che di negativo viene dall'esterno. E ascolto ancora la musica.*

*Tu ti fai un gran bene, pensi a te stesso, quando torni a te stesso e vieni in contatto con la tua dimensione interiore, il tuo profondo più delicato, la*

*tua anima. Tutto diventerà diverso. Nel fare la tua operazione di amicizia con te stesso ti sorprenderai che la tua vita prenderà colore, le vivaci sfumature entreranno nelle pieghe delle tristezze e il coraggio dei tuoi piccoli passi ti porterà alla meta.*

*Hai ascoltato molta musica nella tua vita, la musica ti ha accompagnato, la melodia ti ha rallegrato il cuore, ti sei lasciato condurre dal suono e dagli strumenti musicali anche nei momenti del dolore. Continua ad ascoltare la musica che ti è stata donata. La musica dell'Amore accompagna sempre la tua vita.*

*Piccolo fratello, ricordati di "ascoltare" la musica, di volerti bene e di volerne agli altri.*

*Celeste*