

Come superare la crisi degli  
“anta”:  
mollate tutto e  
riprendetevi la vostra vita



*Cinzia G.*

2017

**Cinzia G.**

# **Come Superare La Crisi Degli 'anta': Mollate Tutto E Riprendetevi La Vostra Vita**

*Come Superare La Crisi Degli 'anta': Mollate Tutto E Riprendetevi La Vostra  
Vita:*

*ISBN 978-8-88-535613-9*

## **Аннотация**

Molte donne, ad un certo punto della propria esistenza, si guardano indietro e si accorgono che stanno vivendo la vita di qualcun'altra, spesso diversa e poco somigliante a quella che avevano sognato. Probabile, ma non tutto è perduto: è possibile cambiare e mollare la nostra vita monotona per costruirne una nuova e più interessante. Io l'ho fatto. Volete sapere come? Leggete questo 'manuale' e lo scoprirete.

Oggi le donne che hanno toccato i fatidici 'anta' appaiono, spesso, più sicure rispetto alle più giovani per alcuni aspetti (come carriera e rapporti interpersonali) ma, fondamentalmente, persiste, una paura diffusa: invecchiare. Qualcuna ha il terrore dell'invecchiamento del corpo, qualcun'altra teme di più la senescenza della mente. Queste ansie da invecchiamento, spesso, possono ripercuotersi sulla capacità di gestire famiglia, affetti e lavoro. Ma, ancora più grave, è quando,

guardandosi indietro, ci si accorge che si sta vivendo la vita di qualcun'altra, spesso diversa e poco somigliante a quella che avevamo sognato.

A un certo momento della nostra vita succede che, facendo un bilancio della propria esistenza, analizziamo il nostro percorso di vita ma, allo stesso tempo, guardiamo avanti e ci accorgiamo di quanto la 'vecchiaia' sia vicina.

I figli, ormai grandi, hanno meno bisogno di noi.

Spesso ci rendiamo conto che gli anni sono passati e che vorremmo realizzare ancora tanto nella nostra vita, rimpiangendo ciò che non potremo più avere o fare.

Magari abbiamo la sensazione che nel corso della nostra vita non abbiamo fatto le giuste valutazioni in campo lavorativo, nello studio o a livello personale ma che, oramai, non è più possibile recuperare e facciamo i conti con le conseguenze dei nostri errori.

Anche la crisi che caratterizza l'attuale momento storico a livello mondiale può generare ancora più insicurezze? Probabile, ma non tutto è perduto: è possibile cambiare e mollare la nostra vita monotona per costruirne una nuova e più interessante.

Io l'ho fatto. Volete sapere come? Leggete questo 'manuale' e lo scoprirete.

Come superare la crisi degli 'anta': mollate tutto e riprendetevi  
la vostra vita

# Premessa

Oggi le donne che hanno toccato i fatidici 'anta' appaiono, spesso, più sicure rispetto alle più giovani per alcuni aspetti (come carriera e rapporti interpersonali) ma, fondamentalmente, persiste, una paura diffusa: invecchiare. Qualcuna ha il terrore dell'invecchiamento del corpo, qualcun'altra teme di più la senescenza della mente. Queste ansie da invecchiamento, spesso, possono ripercuotersi sulla capacità di gestire famiglia, affetti e lavoro. Ma, ancora più grave, è quando, guardandosi indietro, ci si accorge che si sta vivendo la vita di qualcun'altra, spesso diversa e poco somigliante a quella che avevamo sognato.

A un certo momento della nostra vita succede che, facendo un bilancio della propria esistenza, analizziamo il nostro percorso di vita ma, allo stesso tempo, guardiamo avanti e ci accorgiamo di quanto la 'vecchiaia' sia vicina.

I figli, ormai grandi, hanno meno bisogno di noi.

Spesso ci rendiamo conto che gli anni sono passati e che vorremmo realizzare ancora tanto nella nostra vita, rimpiangendo ciò che non potremo più avere o fare.

Magari abbiamo la sensazione che nel corso della nostra vita non abbiamo fatto le giuste valutazioni in campo lavorativo, nello studio o a livello personale ma che, oramai, non è più possibile recuperare e facciamo i conti con le conseguenze dei nostri errori.

Anche la crisi che caratterizza l'attuale momento storico a livello mondiale può generare ancora più insicurezze? Probabile, ma non tutto è perduto: è possibile cambiare e mollare la nostra vita monotona per costruirne una nuova e più interessante.

Io l'ho fatto. Volete sapere come? Leggete questo 'manuale' e lo scoprirete.

# Introduzione

Questo manuale racchiude il racconto di una rinascita, maturata e realizzata dopo un periodo, per me, veramente difficile in cui la mia vita, apparentemente regolare e tranquilla, è stata scossa da alcuni accadimenti poco piacevoli: a lavoro non tutto filava liscio, in famiglia qualche problema e la salute (meglio lasciar perdere)... E' come se avessi assistito alla fine dei miei sogni e delle mie speranze, ma solo un istante dopo ho visto sorgere nuove passioni e sbocciare la mia nuova vita.

Se state leggendo questo manuale, anche voi state provando una profonda sensazione di malessere, malcontento per la vita che state conducendo (com'è accaduto alla sottoscritta qualche anno fa). Probabilmente siete state sempre delle sognatrici, con tante idee e desideri da realizzare, ma arrivate al traguardo degli "anta", avete fatto un esame di coscienza e vi siete rese conto che non tutto è andato come avreste voluto.

Per superare questi momenti difficili che possono presentarsi lungo il cammino della nostra esistenza, consiglio a tutte voi di non mollare mai, di vivere nella leggerezza: dopotutto 'finché c'è vita c'è speranza'...

Prima di addentrarci nella lettura delle prossime pagine, volevo presentarmi raccontando brevemente dei miei sogni dell'infanzia e dell'adolescenza prima di accorgermi, come voi, che qualcosa era andato di traverso...

# Mi presento

Da piccola, solitamente, disturbavo mia madre dalle sue faccende domestiche, chiedendole con insistenza di procurarmi un libro che definivo particolare, perché ricco di avventure e misteri.

Lei, spesso, guardandomi con i suoi occhi increduli provava ad accontentarmi scegliendo dalla nostra libreria qualche libro. Ma, dopo aver dato una rapida occhiata ai libri ‘pescati’ a caso, pensavo tra me e me, “Non ci siamo! E’ così difficile farmi capire da qualcuno?”.

Così continuavo a insistere nella ricerca del libro pieno di misteri e avventure che potesse spiegarmi l'essenza delle cose...ma io diventavo sempre più irascibile e, mia madre, ahimè sempre più preoccupata.

La caccia al libro perfetto continuava così assiduamente che amavo soffermarvi, spesso, davanti alle vetrine delle librerie scrutando, avidamente, alla sua ricerca.

Un giorno i miei occhi si sono soffermati sulla vetrina di un vecchio negozio: aveva tante luci e bei libri colorati, impilati uno sull'altro che pareva aspettassero me e la mia voglia di avventura.

Una volta entrata, la mia attenzione è stata rapita da un libro che aveva una copertina di cartoncino ruvido, con un titolo accattivante “Ventimila leghe sotto i mari” scritto da un certo scrittore (Jules Verne).

Senza sapere nulla del romanzo, me ne sono innamorata subito e sono uscita trionfante dirigendomi verso casa con il mio nuovo acquisto sotto il braccio.

Quali avventure sarebbero nate dal viaggio in un fantastico sottomarino?

Mi sono accomodata per terra, su un gradino delle scale che portavano alla soffitta della mia casa.

I miei occhi si spostavano avidamente sulle righe del romanzo e, nel giro di poche pagine, ho incontrato il Capitano *Nemo*, un uomo misterioso che aveva costruito e comandava, in segreto, il sottomarino sperimentale *Nautilus*.

Il capitano *Nemo* era un uomo geniale ma, allo stesso tempo, oscuro e misterioso, che affermava di aver rinunciato alla società degli uomini e tagliato qualsiasi legame con la terraferma: solitario, bravo in quello che faceva. Mi è subito piaciuto questo personaggio: veramente un bel tipo!

Proprio lui, il capitano *Nemo*, mi ha insegnato che nella nostra esistenza non siamo solo personaggi impegnati in chissà quale avventura, anche semplicissima, ma quel che dovremmo capire è che noi siamo tutta la storia.

Affascinata dal mare dove naviga il vascello della vita, sono stata subito catturata dalle spettacolari luci sottomarine che illuminano le oscurità dei fondali oceanici, dai pesci e coralli giganti, dal colore dei paesaggi sottomarini, dai rumori ovattati. Tanti sono i segreti nascosti in fondo al mare e nelle profondità dell'animo del capitano *Nemo*...mi fermo, cerco di capire chi

sono veramente. Anch'io come il capitano *Nemo*, sin da piccola, ho rinunciato alla banalità della vita e guardato oltre i confini dell'ignoto alla ricerca dell'avventura.

Durante l'adolescenza il mio viaggio interiore è sempre stato legato al mare: simbolo ed essenza del mistero, il mare è sempre stato per la mia anima un richiamo fortissimo, misto di paura, temerarietà ed esaltazione.

Forte è sempre stato il mio desiderio di diventare protagonista di un viaggio verso luoghi lontani, ignoti e pieni d'insidie.

Il viaggio, nella mia vita, è diventato una sfida alle difficoltà da affrontare per provare nuove esperienze e per raggiungere interessanti conoscenze.

Ancora oggi, a volte, mi capita di sentirmi ospite all'interno del sottomarino *Nautilus* con la sua violenta luce che domina gli ambienti interni e sostituisce, superandola, quella del sole e del mondo marino esterno: guidata dalla curiosità di una bambina desiderosa di viaggiare negli abissi marini con la fantasia. Mi sembra di muovermi all'interno di una magica e ovattata vita sottomarina: oblò e proiettori elettrici mi permettono l'osservazione delle meraviglie e dei misteri dei fondali oceanici, la contemplazione di un universo esterno che scivola veloce. Ho la possibilità di affacciarmi dagli oblò su un panorama fantastico, un mondo diverso da quello che mi circonda quotidianamente.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.