

www.booktribu.com

Laura Zanerini

LA MIA PEGGIORE NEMICA



*Proprietà letteraria riservata
© 2025 BookTribu Srl*

ISBN 979-12-5661-111-9

Curatore: Gianluca Morozzi

Prima edizione: 2025

Questa opera è il frutto della riflessione personale dell'autore. Le interpretazioni e le conclusioni in esso contenute rappresentano il punto di vista dell'autore e non implicano necessariamente il consenso unanime dell'editore.

BookTribu Srl
Via Guelfa 5, 40138 – Bologna
P.Iva: 04078321207
contatti: amministrazione@booktribu.com

PREFAZIONE

Ci sono momenti nella vita di ognuna di noi in cui ci perdiamo dei pezzi. È capitato anche a me. Quel giorno di settembre del 2022 supervisionavo le sessioni del master in Life e Business Coaching. Laura aveva appena sostenuto il suo esame e, tranne qualche piccolo errore, era stata molto brava. Aveva saputo gestire un momento critico iniziale senza perdere la padronanza di sé, aveva sterzato con prudenza quando la sua coachee stava per perdersi nei meandri dei suoi pensieri. Dopo quell'esame decido di prendermi un caffè e trovo Laura che piange a dirotto. Attorno a lei le altre partecipanti del percorso. Avevano tutte creato una sorellanza incredibile. In un mondo iperconnesso e freddo come quello attuale, questa cosa mi aveva davvero stupita, positivamente. Laura piangeva perché quel giorno accanto a lei non c'era chi doveva esserci. Chi lei voleva che ci fosse. In quel percorso, qualcuno per lei di molto importante non l'aveva sostenuta. Laura si sentiva sola. Non lo era, sola. Si sentiva sola. E questo, se ci pensiamo, è ancora più impattante, più triste, più sconcertante. Ci sentiamo sole anche in mezzo a decine di persone che ci sostengono. Se noi non sosteniamo noi stesse, ci sentiamo sole. Capita a tutte noi.

In quel preciso momento ancora una volta realizzo quanto si cela dietro il sorriso di una donna, dietro a un nuovo taglio di capelli, dietro ad una graziosa borsa in pelle o a un nuovo paio di scarpe. Quelle scarpe che Laura ama acquistare, per camminare nel mondo con un nuovo approccio. Con una nuova Sé. Un approccio ed una sé meno indecisa, un approccio più personale, una sé più autentica.

Indossare un nuovo e azzardato paio di scarpe è un po' come lasciare cadere una maschera. Una maschera che tutte noi abbiamo indossato almeno una volta nella vita. Una maschera costruita per assecondare aspettative altrui, una maschera per sentirsi accettate, per evitare critiche. Arriva il momento in cui quella maschera cade, e con essa il nostro equilibrio apparente. Ecco che si svela la verità: un'identità vulnerabile, costruita su compromessi e rinunce. Quando la maschera cade, ci troviamo di fronte a un bivio. Possiamo decidere

di indossarla nuovamente, illuderci che tutto torni come prima, o possiamo affrontare lo tsunami interiore e iniziare a costruire la nostra vera identità. Laura sceglie, coraggiosamente, la seconda strada. E questa è stata la sua rivoluzione. Leggendo le sue parole, riflettevo su quanto le nostre radici influenzino ciò che siamo. Il rapporto con una madre – o la sua assenza – segna profondamente il modo in cui impariamo a volerci bene, a proteggerci, a riconoscere il nostro valore. Quante volte, come Laura, ci siamo chieste: “Se avessi avuto più dialogo, più comprensione, più ascolto, sarei diversa oggi?”. Sì, forse.

Le relazioni familiari sono complesse, spesso irrisolte, ognuna di noi lo sa. C’è un insegnamento che possiamo trarre da tutto ciò: possiamo imparare ad accettare ciò che è stato e usarlo per crescere. È così che smettiamo di rincorrere approvazioni impossibili e iniziamo a costruire relazioni più consapevoli, sia con chi ci circonda sia, e soprattutto, con noi stesse. Del resto, viviamo in una società che ci impone il mito della famiglia perfetta. Una casa accogliente, un partner impeccabile, figli e modello. Una perfezione che, lo sappiamo bene, non esiste, ma che ci affanniamo a rincorrere, dimenticando che la vera forza di una famiglia non sta nell’apparenza, ma nell’autenticità. Nel suo viaggio interiore Laura scopre che la sua idea di famiglia non deve per forza assomigliare a quella dei film o delle pubblicità. Può e deve, essere diversa, deve essere sua. Quando smettiamo di confrontarci con modelli irrealistici, iniziamo a vedere la bellezza di ciò che abbiamo costruito, anche se imperfetto anzi proprio perché imperfetto. Il passaggio, da una vita vissuta di corsa e spesso inconsapevolmente a una vita consapevole e con uno scopo preciso non è mai facile. È scomodo, è doloroso, è spaventoso ma è necessario. Toccare il fondo, come ha fatto Laura, non è una condanna. È una preziosa possibilità. È l’occasione per guardarsi dentro e chiedersi: “chi voglio essere davvero?”. Il viaggio del nostro cambiamento non ha scorciatoie. È fatto di piccoli passi, di paure affrontate, di giornate in cui vorremmo solo restare sotto le coperte. Un bicchiere di vino rosso (come piace a Laura), una candela e un buon libro. E se ti

dicesse che ogni passo avanti, anche il più piccolo, ci avvicina a una versione di noi stesse più autentica, più libera, più nostra?

C'è un'ultima lezione preziosa che vale la pena ricordare e che Laura ben evidenzia: non possiamo costruire relazioni autentiche se prima non siamo autentiche con noi stesse. Quando smettiamo di cercare approvazione negli altri e iniziamo a darla a noi stesse, tutto cambia. L'autenticità è un atto di coraggio. Significa mostrarsi per quello che si è, senza paura di essere giudicate. Significa dire "basta" a relazioni che ci svuotano e abbracciare quelle che ci riempiono. Laura ha trovato la forza di farlo, e la sua storia ci ricorda che anche noi possiamo farlo.

Questo libro ti prende e trascina in un vortice di emozioni contrapposte come se le stessi vivendo in prima persona. Ti pare di essere lì, di conoscere Laura da sempre. Vorresti abbracciarla, vorresti confortarla, vorresti bere un bicchiere di vino con lei. E sai perché? Perché questo libro parla di te. Tu sei Laura. Tu sei una donna forte e vulnerabile al contempo. Tu sei una donna che di fronte a un bivio può fermarsi e farsi due domande: chi voglio essere? Voglio essere la mia peggior nemica o voglio essere la migliore versione di me stessa? Scegliere non è facile. Richiede presenza, richiede coraggio, richiede pazienza. Io sono certa che leggendo questo libro troverai ispirazione. Troverai una strada. E, soprattutto, troverai la risposta.

LUCILLA RIZZINI

Founder CEO Ellecubica Coaching Academy | Corporate
Executive Coach

*Più confidenzialmente, colei che mi ha aperto le porte al Coaching
e alla Consapevolezza. Colei che non ha esitato un secondo a
scrivere la prefazione al mio manoscritto.*

Grazie Lucilla.

*Dedico questo manoscritto a me stessa, alla strada che ho
intrapreso verso una consapevolezza più profonda
che è ancora lunga e, talvolta, tortuosa,
ma che mi sta portando verso una versione più autentica di Laura.
Lo dedico a mia figlia, Ginevra, con l'auspicio che sia per lei uno
strumento per guardarsi dentro e guardare al nostro rapporto con
le sue imperfezioni, tuttavia unico.*

Premessa

Nella narrazione ho dovuto decidere come utilizzare al meglio un linguaggio inclusivo superando il binarismo di genere che spesso si riflette nella nostra lingua. Troverete quindi questo simbolo: “ə”, trattasi dello schwa, per sostituire le tradizionali desinenze maschili (-o) e femminili (-a) e creare una forma neutra di genere.

Un giorno accade un evento non controllato che non possiamo contrastare, ci scuote fino alle viscere e fa cadere improvvisamente una maschera che, inconsapevoli, indossiamo da sempre. C'è stato un periodo della nostra vita in cui non avevamo bisogno di indossarla, da piccole, quando la nostra mente era ancora vuota da ricordi, esperienze e convinzioni. Quando il nostro libro era ancora tutto da scrivere ed assecondavamo solo i nostri bisogni primari, ossia mangiare, dormire, respirare.

Quando cade questa maschera siamo costrette a guardare in faccia una realtà che improvvisamente non riconosciamo più. L'immagine che vediamo riflessa nello specchio, le nostre abitudini, quello che abbiamo costruito fino a quel preciso istante. Il contraccolpo è forte, non è sempre facile gestire le emozioni, a volte contrastanti, che ci invadono. Potremmo essere prese dallo sconforto e dalla paura, decidere di indossare nuovamente quella maschera per rientrare in una zona di comfort che conosciamo bene. Siamo davvero sicure che sia davvero una zona di comfort? Se chiudiamo gli occhi ed ascoltiamo il nostro IO più profondo, cosa proviamo realmente? Sollevo? Sicurezza? Forse angoscia e disagio?

Riapriamo gli occhi e l'immagine che è sempre lì, riflessa in quello specchio così familiare, è una perfetta estranea. Non sei più in quella stanza, sei in un vortice di ricordi, odori, suoni, emozioni che hai custodito nell'armadio della sicurezza e della protezione; un armadio che aprivi all'occorrenza, forse più spesso di quanto avresti dovuto, per proteggere la principessa che doveva essere salvata. Ecco, quell'armadio ha sempre rappresentato il nostro porto sicuro, il nascondiglio perfetto per le nostre paure e fragilità, un armadio che ora ha il sapore della palude da cui è difficile divincolarsi. Vorremmo muovere i nostri piedi, raggiungere la sponda e iniziare un nuovo cammino, ma ogni passo è una fatica immensa, sentiamo una forza che ci trattiene e rende ogni movimento lento e gravoso. Siamo un vulcano in piena eruzione, riusciamo a vedere con una chiarezza disarmante scelte, contesti, rapporti ed iniziamo a

flagellarci: avrei potuto fare, avrei potuto dire, avrei potuto scegliere diversamente, meglio, per me stessa. Sentiamo spesso due vocine, una implacabile che ci umilia, non perde occasione per giudicarci e per mostrarcì quanto siamo incapaci, l'altra vorrebbe potersi esprimere, chiedere più tempo per apprendere, interiorizzare l'insegnamento ed evolvere. Quale vocina ascoltiamo di più? Purtroppo, sempre troppo la prima. La nostra mente, il nostro inconscio, un dialogo complesso tra due voci come se ci fosse una Laura1 caratterizzata da un pensiero veloce, che decide sull'onda dei ricordi e dei pensieri distorti, sulle informazioni sommarie e derivate, sempre pronta, come ho detto, a criticare, a flagellare, a sminuire ogni performance della Laura2 che ha in realtà bisogno di più tempo per osservare, elaborare le informazioni, apprendere, lasciarsi andare con il flow ed esprimersi al meglio. Non voglio entrare troppo nel dettaglio di quella che è una parte della mia professione, ossia il coaching, ma voglio comunque lasciarvi qualche spunto perché è proprio questa consapevolezza che mi sta aiutando tantissimo in questo viaggio. Quando prevale Laura1, ossia quasi sempre, interrompiamo il processo di apprendimento vero e proprio, profondo. Sbagliamo, falliamo, entriamo in un loop di rabbia e frustrazione, magari abbandoniamo un percorso appena iniziato perché il risultato non è dietro l'angolo. Se riuscissimo a tenere a bada la Laura1, daremmo l'opportunità alla Laura2 di osservare, di ascoltarsi, di non pensare al *devo fare così*, semplicemente lasciare che le cose accadano, che i processi si sedimentino, che l'esperienza faccia il suo corso. Tutte le domande che ci poniamo, le critiche che ci rivolgiamo, sono frutto della Laura1 che non ci dà tregua, ci pone sempre in uno stato di ansia e di inadeguatezza. Anche davanti allo specchio, sentiamo la vocina della Laura1 che sovrasta una Laura2 che non aspetta altro che potersi esprimere.

Possiamo rimanere in questo loop di domande senza risposta, di recriminazioni senza soluzione alla continuità, ferme ad un momento della nostra vita che non ci appartiene più, che non ci rappresenta più. Al contrario, possiamo vivere questo terremoto come una opportunità ed iniziare un percorso di cambiamento

profondo per dare spazio, finalmente, alla nostra vera IO. Possiamo prendere tutte le domande sopra citate, e ripartire da lì. È giusto aprire lo sguardo alla consapevolezza, ma non dobbiamo fermarci a questo livello, dobbiamo scavare, darci delle risposte senza essere condizionate da pregiudizi e convenzioni, andare avanti, progredire. La principessa che si è nascosta in quell'armadio deve decidersi ad uscire e lasciare spazio per la regina che è in ognuna di noi, lasciare spazio alla crescita e alla consapevolezza. Basta aprire la porta di quell'armadio? Assolutamente no. Se apriamo una porta e speriamo che tutto avvenga da sé possiamo risparmiarci la fatica di trovare la chiave. Buttiamola e restiamo dove siamo. Una volta trovata la chiave ed aperta la porta abbiamo fatto solo una minima parte del lavoro necessario. Abbiamo dato *il la* come si suol dire per un cambiamento profondo, per un viaggio bellissimo dentro noi stesse che a tratti sarà doloroso, a volte insopportabile, ma assolutamente efficace.

Raccontato così, questo viaggio sembra facile, già solo trovare la chiave può sembrare facile, io ci ho messo la bellezza di più di trent'anni ... direi che così facile non è. Oltre a questo, non è nemmeno immediato, potremmo dover affrontare momenti di panico e provare quella voglia di riprendere la nostra rassicurante copertina di Linus e rintanarci dove ci sentiamo più sicure e protette. Se restiamo in questa zona di comfort però, blocchiamo il processo di evoluzione che abbiamo intrapreso con così tanto coraggio. Non dobbiamo cedere alla paura, dobbiamo focalizzarci sul qui e ora e godere del viaggio, perché più che la destinazione è fondamentale assaporare il cambiamento giorno dopo giorno, i piccoli e grandi passi che ci condurranno al finale.

Quando mi sono guardata allo specchio ormai un anno fa, quando questo mio viaggio interiore ha iniziato a prendere forma, mi sono accorta che la vita è stata buona con me, ma allo stesso tempo non mi ha fatto alcuno sconto. Ho perso mio padre all'età di dieci anni, in pochi giorni sono passata dall'avere un punto di riferimento maschile, un esempio professionale e una sicurezza economica ad abitare con mia madre, i miei nonni materni e mia zia. Non ho avuto il tempo di capire cosa stesse succedendo, di abituarmi all'idea che

non lo avrei più visto con la sua vestaglia sul divano e la gattina adagiata sulla sua pancia, la luce accesa la sera prima di dormire perché leggeva sempre un po', le uscite improvvise perché era andato a buon fine un affare, il suo mocassino bianco, la camicia di lino. Allo stesso modo, l'anno scorso, se ne è andata mia madre; la sera prima la sento al telefono, tutto a posto, ci raccontiamo la giornata, io mi raccomando di non uscire la mattina dopo perché doveva andare un tecnico a sistemare una tapparella. Il giorno dopo non mi risponde più. Mi precipito a casa, la trovo lì, sdraiata a terra, serena. La TV accesa, la caffettiera sul fuoco (spento per fortuna), la casa in ordine. Una normale giornata si è trasformata nella sua ultima giornata, io dall'altra parte inconsapevole ed impotente. Un addio che stento ancora a pronunciare proprio ora che avrei così tante cose da dirle, un addio che non le potrò mai dare veramente.

Non mi hanno salutato, non mi hanno abbracciato, non mi hanno aiutato a capire che non sarei mai più stata "figlia". I mesi a seguire sono stati come una bolla, non mi sono resa conto effettivamente di cosa stesse cambiando, ho sistemato tutto con estrema razionalità, piangendo di notte e cercando la mia normalità di giorno, allontanandomi sempre un po' di più da una realtà che non era come l'avrei voluta. Il lavoro, il mio secondo matrimonio, le mie giornate di quattordici ore senza un minimo di respiro per me.

Ho dei ricordi leggeri della mia infanzia, quando il mondo sembrava perfetto, quando nulla poteva sfiorarmi perché vivevo nel mio mondo da principessa, mondo che faticosamente sto cercando di abbandonare. Da piccole siamo pure, creative, sognatrici, non abbiamo bisogno di indossare nessuna maschera. Il tempo però passa, più o meno lento e inesorabile. Cresciamo e lentamente cambiamo. Il nostro libro inizia a riempirsi di appunti, pensieri, esperienze. Una penna invisibile scrive le pagine di quello che sarà il nostro mondo interiore, di come cerchiamo disperatamente di trovare un posto in questa quotidianità in cui sentirci accolte, amate, rispettate. Spiegare le nostre ali e raggiungere gli obiettivi tanto agognati. Se non accadesse? Intendo, se per qualsiasi motivo gli obiettivi non fossero raggiunti, le aspettative venissero deluse, le ali non si aprissero ... se iniziassimo a pensare di nascondere la nostra

vera essenza ed inclinazioni per indossare una maschera che diventa sempre più pesante fino quasi a non farci respirare, trascinandoci in un vortice di insoddisfazione e frustrazione?

Lottiamo per essere noi stesse, per poter esprimere chi siamo, cosa desideriamo e cosa fa o non fa per noi. Tuttavia, sono convinta che siano ancora poche le donne che si possano permettere, o meglio che riescano, a fare quello che le fa stare bene, di scegliere per sé stesse senza provare quel senso di colpa perché stanno togliendo (così pensano, o meglio così fanno pensare loro) qualcosa alla famiglia, al lavoro, alle amicizie. Perché c'è sempre questo spettro nell'aria ... se scelgo per me stessa allora arreco un danno a mio/mia figlio, a mio marito/compagno, alla mia famiglia. Peccato che non sia sempre così e che una scelta che ci fa stare bene, fa stare bene anche chi ci circonda.

Scelte convenzionali, allineate a quanto la società e le persone più vicine a noi si sono sempre aspettate, il risultato di un percorso che, forse, non era tagliato per noi ma che abbiamo intrapreso lo stesso, a volte andando contro la nostra stessa natura, critiche severe di noi stesse, secondine di un'anima che è rimasta ingabbiata per troppo tempo e ora, con una violenza inaudita, cerca la sua libertà.

Come avrete intuito, il mio evento-cataclisma è stata la perdita di mia madre. A volte sento ancora l'istinto di prendere il telefono e chiamarla, sentire se va tutto bene, consapevole che il suo cellulare ormai è in garage e che non risponderà più nessuno.

Il giorno del suo funerale ho provato emozioni contrastanti, che mi hanno destabilizzato. Da una parte il dolore per questa perdita, unica testimonianza delle mie radici e di tutta la mia vita trascorsa con lei come unico riferimento familiare. Allo stesso tempo un incomprensibile senso di liberazione, come se quella morte avesse aperto una gabbia dove stavo da sempre, dove ho fatto scelte spesso errate alla ricerca di una IO che non riuscivo o non volevo vedere.

Mentre seguivo il feretro ho avuto la sensazione di respirare veramente dopo anni di apnea, i pensieri si sono moltiplicati, la mia vita professionale, le mie scelte di vita. Sentivo una spinta verso una cancellazione totale di quanto fatto fino a quel momento per lasciare spazio alla vera Laura. Le responsabilità non consentono

ovviamente di cancellare con uno schiocco di dita anni di vita e di scelte, ma la forza motrice di questo cambiamento la sento tutt'ora sempre più forte, sempre più consapevole che quanto fatto fino ad ora, in tutti i campi della mia vita, è sempre stato guidato, in modo inconsapevole e silente, dalle aspettative che altri hanno sempre avuto per me, dai pregiudizi sociali e di genere a cui ho cercato di allinearmi per sentirmi accettata pur percependoli come catene. Sentire il bisogno di allinearsi a determinati canoni perché vuoi essere accettata dagli altri è un conto, che tu lo faccia perché vuoi essere accettata da tua madre è tutt'altra storia.

Che poi, cosa non ha realmente funzionato nel rapporto con mia madre? Poco dopo la sua morte ho ritrovato una lettera di ben sei pagine, scritta molti anni prima, dove mi spiegava con estrema chiarezza tutte le cose che aveva sistemato per farmi trascorrere una vita serena, poi all'ultima pagina, una frase che avrei voluto sentirmi dire a voce, con un abbraccio, magari per consolarmi di un dolore o una delusione: *sei tutta la mia vita*. Mentre sto scrivendo mi si stringe il cuore, mi è mancato tantissimo il contatto fisico, sentirmi al sicuro in un abbraccio così tanto desiderato. Eppure, quando prendevo coraggio ed ero io ad abbracciarla, mi sentivo a disagio, sentivo la sua distanza, quindi desisteva. Ho sempre avuto paura di questa distanza, del senso di abbandono, del senso di freddo; forse una mia percezione distorta, un mio pregiudizio diciamo. Più provo queste sensazioni, più mi chiudo e mi allontano. Mi rintano nel mio armadio in attesa di un gesto che mi conforti, mi rassicuri, una mano tesa che apra quella porta, prenda la mia e mi conduca verso un mondo migliore. Quel gesto non è mai arrivato. Ne ho mai parlato apertamente con lei? No, sempre troppa la paura del suo giudizio e delle sue reazioni. Avete fatto caso che, fino ad ora, più di una volta ho aspettato che altri facessero, che altri mi salvassero, che altri mi aiutassero? Io sì, ed è proprio questo che sto cambiando, giorno dopo giorno. La migliore alleata di me stessa sono io, prima di chiunque altro, con i miei punti di forza e le mie debolezze. Affidarsi solo all'aiuto degli altri, alla comprensione degli altri, alla mano tesa degli altri è sbagliato, non perché non dobbiamo cercare alleate anche all'esterno, ma se noi per prime ci sabotiamo ogni giorno,

restiamo lì immobili in attesa, non arriverà mai nessun vero cambiamento. La mano tesa non sarà mai abbastanza tesa, la comprensione non sarà mai così profonda. L'abbraccio non sarà mai sufficientemente forte ed avvolgente. Noi per prime dobbiamo saperci abbracciare con indulgenza, coccolare, amare. Il vero e unico cambiamento passa prima da noi stesse, peccato che spesso lo dimentichiamo e restiamo lì, come dei baccalà, ad aspettare...

Con il senno di poi ho compreso che le madri non sono esseri perfetti, non sono come noi le vorremmo. Io sono madre e sono ben lontana dalla perfezione, sempre che questo termine abbia realmente un senso. Io e lei non eravamo reciprocamente le interlocutrici giuste. Lei con il suo modo di essere austero e freddo, figlio di una famiglia patriarcale dove poco ci si poteva permettere a livello emotivo, comunque dove le donne avevano poco margine per esprimere i loro desideri e le loro aspettative, sempre seconde alla famiglia e alla sua cura. Io fragile e sola alla ricerca di conferme della mia personalità, sempre bisognosa di un porto sicuro per poter andare avanti sapendo che dietro di me qualcuno stava vegliando. Dietro di me non sentivo nessun porto sicuro dove rientrare quindi ho sempre tenuto per me le mie fragilità, cercando di mostrare una persona che non sono mai stata, cercando di nascondere il mio lato debole per non essere preda degli altri. Alimentando in modo esponenziale quel senso di abbandono e di paura della vita in generale. Alimentando quello che, dopo aver letto da assoluta profana della materia, mi sento di avvicinare in qualche aspetto, all'overthinking.

Nessuna delle due era sbagliata, lei con il suo modo e tutto il bene che mi voleva, ha fatto il possibile per farmi crescere serena, senza pensieri e paure, lo stesso modo che, in realtà, ha inconsapevolmente alimentato tutte le mie fragilità. Io troppo insicura e intimorita, non ho mai pensato di accettare questo rapporto per il buono che poteva generare, ho sempre vissuto nella paura del suo giudizio, dei suoi silenzi e delle sue aspettative. Con il senno di poi sembra sempre tutto molto facile e chiaro, ma giunta a questo punto ha poco senso pensare *avrei potuto*, perché lei non c'è più quindi non posso recuperare nessun dialogo, nessuna affettuosità, nessuna

rassicurazione reciproca. Posso però accettare quanto ho vissuto e usarlo come opportunità di crescita, come insegnamento nel rapporto con me stessa e con mia figlia.

Io non sono mia madre e mia figlia non è Laura. Evitare razionalmente gli stessi comportamenti, addirittura comportarsi all'esatto opposto, pensare *lei ha fatto così quindi io non devo fare così con mia figlia altrimenti* ... è un condizionamento a tutti gli effetti che ci imponiamo da sole, che io spesso mi sono imposta per poi seguire la mia pancia. Essere aperta all'osservazione, ad ascoltare attentamente ogni singolo gesto o cambio di tono della voce, consapevole che posso sbagliare ma che posso anche migliorare. Far sentire mia figlia sempre accolta e serena nel parlarmi anche delle cose più spinose. Non sempre riesco in questo mio intento, mi ricordo che qualche tempo fa, per chiedermi se potesse fare un giretto da sola in un centro commerciale della nostra zona, mi ha scritto un bigliettino perché a voce non se la sentiva. Io le ho risposto sul bigliettino, ho seguito la modalità che più la faceva sentire a suo agio. Sentire parole dette è facile per tutti, comprendere quello che si cela dietro il non detto, un sorriso a metà, dietro uno sguardo basso piuttosto che dietro un biglietto scritto è un livello superiore che ci porta a cogliere la vera essenza della comunicazione.

Ringraziamenti

Ringrazio L.P., la mia nutrizionista, che è diventata nel tempo una figura di riferimento per il mio benessere non solo fisico. Da una conversazione del tutto occasionale, le racconto che stavo scrivendo di me, di come mi fossi sentita dopo la perdita di mia madre. Lei mi dice: dai più grandi dolori possono nascere grandi cose e, senza esitazioni, mi mette in contatto con colui che mi ha detto si può fare, Gianluca Morozzi.

Ringrazio pertanto loro per avermi dato l'opportunità di pubblicare questo viaggio e di raggiungere quante più donne possibili per dire che non è impossibile cambiare.

AUTRICE

Laura, classe 1976. Bolognese. Una laurea in Lingue, indirizzo traduzione, la mia prima passione. Inizio la mia carriera professionale come interprete in varie fiere internazionali, sempre a contatto con persone, a prescindere che siano espositori, clienti o semplici visitatori, aprendomi lo sguardo sulla mia seconda passione, le relazioni interpersonali. Pur essendo abbastanza timida e introversa, interagire con persone anche sconosciute mi trasferisce in una dimensione a me congeniale, dove l'insicurezza svanisce ed io mi sento perfettamente in agio. Dalle fiere a un ufficio commerciale estero il passo è stato breve, esperienza di oltre venti anni che mi ha consentito di crescere professionalmente e personalmente. La consapevolezza più profonda, ossia quello che so fare bene, arriva alcuni anni più tardi, nel 2015, quando entro in aula per la prima volta e penso è qui che devo stare. Nel 2022 consegno il diploma accreditato in Life & Business Coaching, percorso che mi apre orizzonti nuovi sia per la professione sia per conoscere realmente me stessa.

Siamo al 2025, con ormai trent'anni di esperienza professionale e alcuni mesi di un viaggio meraviglioso che mi porterà ad un obiettivo ambizioso: celebrare me stessa.



BookTribu è la Casa Editrice online di nuova concezione che pubblica Opere di Autori emergenti sia in formato cartaceo sia in e-book. Vende le pubblicazioni attraverso il proprio e-commerce, i principali store online e nelle librerie tradizionali con copertura nazionale.

BookTribu è una Community di persone, Autori, Illustratori, Editor e Lettori che condividono la passione, il desiderio di diventare professionisti di successo nel mondo della scrittura, o amano leggere cose belle e contribuire a fare emergere nuovi talenti.

Pensiamo che il successo di un'opera letteraria sia il risultato di un lavoro di squadra che vede impegnati un'idea e la capacità di trasformarla in una storia, un attento lavoro di revisione della scrittura, la capacità di trasmettere un messaggio con l'immagine di copertina, un lettore che trae godimento dal libro tanto da dedicargli il proprio tempo libero e una Casa Editrice che coordina, pubblica, comunica e distribuisce.

In BookTribu trovate tutto questo: il luogo dove esprimere la vostra passione e realizzare ciò in cui credete.

Live Your Belief!

www.booktribu.com

Finito di stampare nel mese di maggio 2025 da Rotomail Italia S.p.A.