

*SANDRO CARRIERO*



**CON TUTTO  
L'AMORE**

*Nati per Essere Felici*

UN VIAGGIO AFFASCINANTE NEL GIOCO DELLA VITA

PROPRIETA' LETTERARIA RISERVATA  
Copyright 2006 by Sandro Carriero

Prima edizione: Agosto 2006  
Seconda edizione: Gennaio 2017  
Terza edizione: Febbraio 2019

Tutti i diritti sono riservati.  
Nessuna parte di questo libro può essere riprodotta in nessuna forma  
senza il permesso scritto dell'editore e dell'autore.

ISBN 88-89747-01-3

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

[info@sandrocarriero.it](mailto:info@sandrocarriero.it)

**Accademia Arti e Comunicazioni**

Via Uberti, 48 – 47521 Cesena

Tel. 0547/611363

# CON TUTTO L' AMORE

## *NATI PER ESSERE FELICI*

*Il cammino verso la libertà passa  
attraverso la pace ...  
.... e la pace fuori e' figlia della pace  
che nasce dentro.*

*Sandro Carriero*

*Se una parte di te superiore ti ha  
condotto ad avere questo libro tra le mani,  
non e' un caso ...*

*Leggilo lentamente, sorseggialo come  
una bevanda calda, ma poi rileggilo ancora  
e coglierai i messaggi per te,  
quelli che vibrano sulla tua frequenza.*

*... e ricorda ...  
il significato non è nelle parole  
ma tra le parole ...*

***Sandro Carriero***

*Ti ho lasciato delle pagine bianche  
affinché le tue riflessioni possano  
trasformarsi da pensiero in scrittura  
e nel tempo rivelare la tua consapevolezza.*

***Sandro Carriero***

# INDICE

PREFAZIONE .....	pag. 13
PER CHI HO SCRITTO QUESTO LIBRO .....	pag. 15
INTRODUZIONE .....	pag. 21
Capitolo I : <i>LA NASCITA</i> .....	pag. 25
Capitolo II : <i>RITROVARE SE STESSI</i> .....	pag. 33
Capitolo III : <i>I PRIMI MAESTRI</i> .....	pag. 39
Capitolo IV : <i>IL RISVEGLIO</i> .....	pag. 47
Capitolo V : <i>FERMATI, RIFLETTI, COMPRENDI</i> .....	pag. 55
Capitolo VI : <i>NATO LIBERO</i> .....	pag. 63
Capitolo VII : <i>COSI' DENTRO, COSI' FUORI</i> .....	pag. 71
Capitolo VIII : <i>LA REALTA': CIO' CHE CREDI</i> .....	pag. 89
Capitolo IX : <i>LA CONSAPEVOLEZZA</i> .....	pag. 99
Capitolo X : <i>IL PERCORSO</i> .....	pag. 107
Capitolo XI : <i>LIBERARSI DALLO STRESS</i> .....	pag. 115
Capitolo XII : <i>IL VIAGGIO, LA CONDIVISIONE</i> .....	pag. 121
Capitolo XIII : <i>LA VERITA'...NELLA NATURA</i> .....	pag. 127
Capitolo XIV : <i>L'AMORE ...LA VIA</i> .....	pag. 135
<i>RINGRAZIAMENTI</i> .....	pag. 148

# PREFAZIONE

*E l'Angelo dell'innocenza chiama per essere ascoltato.*

*Il momento si sta avvicinando.*

*L'innocenza si mette anche in contatto con il  
messaggio che trasmette – la solitudine del momento-  
in cui si sa che ognuno deve farcela da solo,  
cioè in compagnia di tutti quelli che ci amano veramente.*

*È un attimo e tutto si trasforma,*

*e un uomo diventa papà,*

*una donna mamma, i genitori nonni, e così via.*

*Un piccolo grande essere che si materializza*

*e porta con sé la trasformazione,*

*la guarigione di chi vuole essere guarito.*

*Un piccolo grande essere che è maestro, appena nato,*

*e che, se le condizioni di ascolto lo consentono,*

*riuscirà a srotolare la sua verità interiore,*

*perché porta in sé la Vita,*

*perché lui è creazione, lui è l'esempio vivente*

*che i sogni diventano realtà.*

**Dott.ssa Miriam Gagliano**

# PER CHI SCRITTO HO SCRITTO QUESTO LIBRO

Ho scritto questo libro per tutti coloro che indossano il vestito della felicità e per coloro che vogliono ritrovarlo.

Siamo nati per essere felici, ma spesso nel corso della vita, smarriamo la via e ci ritroviamo a vivere una vita che non ci appartiene, e ci sentiamo soffocare, ci sentiamo smarriti e il disagio dentro di noi aumenta. Sempre di più.

All'inizio il disagio è psicologico, poi si trasferisce nel corpo e diventa fisiologico e i piccoli dolori fisici con il tempo assumono aspetti sempre più radicati.

Il problema nasce piccolo ma poi trascurato, diventa grande.

Come comincia tutto?

Il disagio parte dall'anima!

Con la disarmonia tra mente, corpo e spirito, ovvero tra quello che penso, quello che sento, quello che faccio e quello che sono.

Una parte di noi, la più importante, il nostro Vero Sé, il nostro talento, la nostra essenza, nel momento in cui viene soffocata, comincia a gridare forte, ma noi, sordi al suo richiamo continuiamo a condurre una vita che non ci appartiene e alle prime avvisaglie di malessere cosa facciamo?

Continuiamo a prendercela con l'albero che non dà buoni frutti, evitando di controllare l'acqua inquinata che alimenta il terreno e da cui le radici prendono le sostanze nutritive.

E non ancora svegli ma addormentati nell'anima, continuiamo a curare le ferite sanguinanti del tronco, dei rami, evitando di andare in profondità, alle cause, alle radici, al corpo causale, all'ascolto dell'anima.

Così quando avremo un problema da affrontare, invece di comprenderne le cause ed andare verso le soluzioni, cercheremo modi sbrigativi per bilanciare il disagio interno con piaceri esterni.

Per un po' vivremo nell'illusione che tutto sia risolto come per magia, e non ci pensiamo più.

Ma una parte di noi continua a soffrire profondamente, e finché non comprendiamo che si tratta della nostra anima che grida, in quanto stiamo trascurando l'amore per noi stessi, cercheremo dei modi alternativi e momentanei per non soffrire e così soffochiamo ancora il suo richiamo.

La nostra energia andrà sempre più giù e lentamente, senza far rumore, entreranno nella nostra vita le dipendenze: alcool, droga, fumo, irrefrenabile ricerca del sesso, superlavoro, gioco d'azzardo, televisione, cibo in eccesso, violenza, apatia, rabbia, depressione ....

Allontanandoci dalla compagnia di noi stessi, non riusciremo a fare a meno delle persone intorno a noi, e tenderemo a controllarle con atteggiamenti vittimistici o da carnefice nutrendoci della loro energia, non avendo ancora compreso come trattenerne e distribuire la nostra.

Beninteso, nessuno può sentirsi in diritto di puntare il dito contro qualcun altro, perché siamo tutti, chi più chi meno, tossicodipendenti!

Da cosa?

Dalle emozioni di cui ci nutriamo.

E il contenitore, l'inconscio, non distingue se la fonte delle emozioni è per noi benefica o meno, esso non ragiona, ne vuole e non discute!

Il problema, non è esterno, ma interno.

Quando permettiamo ad una forza esterna di manipolare la nostra mente ed i nostri pensieri, essa controllerà anche il nostro destino, la nostra vita.

Evita di colpevolizzarti però, la tua vita non la conduci tu in quanto razionale, ma il tuo inconscio in quanto emozionale, ovvero la conduce un'altra parte di te, l'Ego che si contrappone al tuo Vero Essere.

E' questo altro io dentro di noi che ci guida, con i programmi che abbiamo imparato, con ciò che abbiamo appreso, nell'età infantile.

E per la legge d'attrazione, nel corso della vita attireremo situazioni a volte indesiderate le quali, però, risulteranno utili per capire la via per evolverci.

Ed a queste situazioni, spesso ti opporrai ed ogni volta che ti opponi nasce il problema, ogni volta che ti opponi esso si ripresenta ...

Ad esempio, se hai accumulato rabbia repressa nel corso dell'infanzia, essa ti accompagnerà nel corso della vita, e vedrai continuamente tanti nemici fuori.

Quando comprenderai che il "nemico" è dentro, ed agirai per sciogliere questo blocco emozionale, ti sarai liberato da una sbarra della gabbia che è in te. Nel percorso di crescita interiore, ti libererai da tutte le sbarre se vivrai in verticale e non più in orizzontale.

E quando lentamente con la consapevolezza, la fiducia, l'amore, ed il lavoro con te stesso, ti sarai liberato dagli impostori interni ( sensi di colpa, paure, rabbia ...) allora riuscirai a godere di ciò che hai e potrai gridare al mondo intero di essere una persona libera.

Tutto ciò lo si conquista con un percorso, il percorso della crescita personale, il percorso che conduce alla realizzazione del sé.

Una guida può indicarti la via, ma nessuno può farlo al posto tuo, tocca a te solcare il mare della conoscenza.

Buon viaggio e buona vita.

# INTRODUZIONE

Chiunque venga al mondo diviene un ricercatore.

Tutti noi siamo ricercatori.

Tutti noi siamo alla ricerca della felicità e del benessere interiore ed esteriore.

... Ritrovare la nostra memoria ...

E la vita spesso sembra il gioco del nascondino.

Ogni giorno siamo chiamati a risolvere problemi, a trovare soluzioni.

Siamo chiamati ad elevarci ad un livello di comprensione superiore e finché non risolviamo il problema (opportunità), esso busserà alla nostra porta e ci terrà compagnia.

Così, se continuiamo a guardare fuori di noi, se ci adoperiamo a risolvere i problemi fuori di noi, come se fossero casualità della vita, essi si ripresenteranno, sempre allo stesso modo, con lo stesso contenuto.

Le soluzioni ci sono ma dovranno partire da dentro.

È dentro di noi che hanno inizio i meccanismi, con i nostri pensieri, le nostre emozioni, che trasformati in comportamenti ed azioni (spesso reazioni), creano il campo, creano la realtà esterna.

Continuiamo a guardare ogni cosa sempre sotto la stessa angolazione con l'effetto che tutto si ripete allo stesso modo di ieri.

Nel momento in cui il nostro atteggiamento cambia, e ci poniamo nei confronti della vita come degli studenti davanti ad un maestro di scuola (il quale ci pone dei problemi da risolvere per aumentare la nostra conoscenza, e non perché vuole farci del male) allora tutta la realtà cambia, non in quanto il mondo intorno a noi sia cambiato bensì perché noi abbiamo operato dei cambiamenti.

Spostando il focus dal problema alle soluzioni vedremo ciò che prima non vedevamo e le soluzioni si schiuderanno a noi.

E vivremo più sereni.

E così comprenderemo che la vita non è più una lotta ma un viaggio, un viaggio affascinante alla scoperta di un tesoro meraviglioso: Te Stesso.

E la verità si rivela: Nati per Essere Felici.

N.B. Il fiume scorre tra le sponde, ed è lì che dovrai guardare e nelle pause, tra le parole, nelle vibrazioni, la verità appare.

# *I*

## *LA NASCITA*

E' uno dei giorni più emozionanti.

Sto lavorando, come al solito, per comprendere la direzione, per comprendere la centralità, per scoprire sempre di più me stesso e svelare il mio seme.

Squilla il telefono.

Non manca molto.

Corro verso l'ospedale.

Parcheggio l'auto, l'ascensore tarda a presentarsi, così decido di correre su per le scale.

L'appuntamento è troppo importante.

Salgo di corsa senza rendermi conto che l'affanno comincia a farmi compagnia.

Me ne accorgo quando, giunto all'ultimo piano, qualcuno mi scuote e mi dice: “ Come hai potuto salire tutti questi piani di corsa ed arrivare prima dell'ascensore? ”.

Solo in quel momento comprendo che sono affannato, ho preso consapevolezza, qualcuno ... mi ha risvegliato.

Qualcuno mi ha riportato al presente.

Il mio stato emozionale mi aveva proiettato già lì, accanto a lui.

Non era fisicamente presente, ma era già in me.

Era già nel mio cuore.

Corro da lei, sbatto contro il letto.

... Era un falso allarme.

Sarò presente anche quando lui ci sarà.

Le ore scorrono lentamente, ed anche i minuti ...

Il tempo è arrivato. Viene adagiata su un lettino. Il lettino della nascita.

Il lettino dei miracoli.

La musica accompagna il tempo che scorre, una musica dolce, un violino lieve. Non ho mai saputo chi lo suonasse, ma da allora amo sempre di più il violino.

Ricordiamo insieme il bel viaggio in Sardegna.

Ricordiamo insieme le sciare in montagna, e le immagini avvolgono la nostra mente e purificano l'atmosfera dall'ansia e dalle paure, che si dissolvono.

L'attesa diventa dolce. Le prime contrazioni fanno capolino.

“Attraverso il dolore partorirai ...”, mi sembra di aver letto da qualche parte. Ne sorridiamo quasi per esorcizzarne il contenuto e poi una sua bella frase dipinge l'atmosfera: “... Ma la gioia sarà più grande e soverchierà il dolore! ”.

Sarà come il sorgere del sole, all'alba di un grande giorno.

Il miracolo sta per compiersi, ed io sono lì, testimone attivo.

La vita irrompe nella vita!

Taglio il cordone.

Un'emozione immensa tale come quando da bambino indossavo il vestito buono della Domenica.

Sei avvolto in un panno, appoggiato al petto della mamma.

Il tuo vagito dolce accarezza i nostri volti.

“ Chissà perché, hai scelto proprio noi? ”

“ Chissà perché hai scelto proprio me ? ”

E la vita è lì, pronta ad abbracciarti, all'interno del suo gioco, con le sue carezze, la sua gioia, i suoi dolori ed i suoi piaceri. Pronta a darti messaggi, per la tua evoluzione.

Benvenuto figlio mio.

Benvenuto nel gioco della vita.

**[Torna indietro](#)**



## *II*

### *RITROVARE SE STESSI*

Sei libero figlio mio, o forse c'è solo l'illusione della libertà. Presto la vita ti sembrerà diversa e forse anche nemica, ma scoprirai che tutto ti sarà utile.

La terra non è adirata con la pioggia quando essa la bagna, perché sa che è utile. Le pianticelle di grano non sono adirate con la neve quando da essa in inverno vengono ricoperte, perché sanno che è utile. Il seme non ha paura di uscire dalla terra, perché sa che oltre, quando osa, trova la luce.

Quando oserai, incontrerai ostacoli, ma la ricompensa sarà grande: ritrovare te stesso.

Ritrovare la tua luce, e scoprire chi sei.

Ecco la guida, ecco il cammino.

Ritrovare te stesso, il tuo seme, il tuo Maestro

Provo a filmarti figlio mio. Nel tempo, rivedendo quei fotogrammi osserverò i progressi della tua crescita fisica. Nel tempo, insieme, con la tua crescita spirituale, osserveremo i progressi nel ritrovare colui che sei, il tuo Maestro.

Tanti altri Maestri incontrerai che si vestiranno del corpo di coloro che non sopporterai. Del corpo di coloro che ti sveleranno la tua natura umana. Ed avrai rabbia e stringerai ancora di più la tua gabbia e il tuo percorso sarà trovare la chiave per uscire ed andare oltre le sbarre ed incontrare la tua vera parte divina

E nel percorso della vita questi Maestri ti porteranno ogni giorno un messaggio, finché non capirai che loro sono lo specchio di te, e le macchie che vedrai in loro, sono in te.

Impara figlio mio, impara in fretta a vedere il contenuto oltre il contenitore, e quando avrai imparato a vedere oltre, vedrai una natura più alta, più eccelsa e capirai di poter osare.

Ma le tante emozioni negative di cui ti ciberai – tuo malgrado - ti creeranno una gabbia, e il tuo percorso sarà trovare la chiave per uscire ed andare oltre le sbarre.

Cercherai colpevoli per le tue insoddisfazioni.

Luminoso quel giorno in cui comprenderai che non ci sono colpevoli, ma tanti postini e tanti Maestri, e, di entrare nel gioco della vita lo avevi già deciso, per la tua evoluzione.

Usciamo di sera. Lasciamo alle spalle quell' enorme edificio.  
L'edificio di tante speranze.

Entriamo in macchina indossando il vestito del sorriso.

Un alto momento di felicità pervade la mia pelle.

Un'emozione già provata, quando da bambino, innamorato del pallone, segnai un grande goal e vincemmo il Torneo delle Contrade.

Avevo sei anni.

In te bambino rivedo me.

**[Torna indietro](#)**

