

# - Quando la Famiglia è Disfunzionale -

## *consapevolezza, accettazione e cicatrici*

Molti di noi hanno avuto una infanzia disagiata, per non dire di peggio.

Genitori immaturi ed **inconsapevoli**, problematici, disfunzionali, anaffettivi, aggressivi, e chi più ne ha ne metta.

Vorrei dirvi che mi dispiace.. per me, e per voi.

Vorrei potervi abbracciare tutti.. e dirvi che è tutto finito, che il male adesso non c'è più, e che quello che oggi ci sembra il male è solo un retaggio, una memoria persistente, una realtà fittizia che alimentiamo noi stessi senza volere.

Aver avuto genitori incapaci di educare e proteggere, non comprensivi, non empatici, violenti, è alla base della nostra disistima e della nostra **infelicità** odierna.

Chi non si stima spesso è perchè non ha ricevuto guida ed affetto a sufficienza da bambino.

Dobbiamo capire che il problema non è nell'oggi (dato che siamo persone intelligenti) ma nelle **ferite ancora non elaborate** che abbiamo dentro, le ferite di quel periodo di disagio infantile.

Dobbiamo quindi prendere in mano quelle ferite, e fare una cosa importante e semplice: accoglierle, accettarle.

Accettarle come un fatto della vita, un fatto che capita a molti. E poi fare un altro passo necessario: **perdonare** i nostri genitori, e poi perdonare noi stessi per averci messo tanto a capire.

Ci vorrà tempo.. ma l'accettazione ed il perdono consentono di cicatrizzare le ferite che smettono di sanguinare e vanno a collocarsi nel passato.. là dove devono stare, e non più nel presente.

Spero di avervi dato un buon consiglio. Io ci sono riuscito.

Spero riuscite a fare questo sforzo, togliendovi di dosso un bel peso.. dopo vi sentirete più leggeri, senza più rancori, dispiaceri, nostalgie, sensi di colpa, ma con dentro una semplice ed umile **accettazione di ciò che è stato**. (..che vi aiuterà poi nell'accettazione di ciò che è la vostra vita oggi)

A tutti noi è data la possibilità di **rinascere** anche da un brutto passato. A tutti noi.

Una volta liberi da questi pesi, da questi complessi, da queste radici malate, potremo guardare al mondo con occhi diversi, nuovi, e sentire dentro di noi una nuova speranza, un nuovo fuoco di vita.

I ricordi torneranno a farci visita ma non faranno più male quanto prima, solo una lieve sofferenza, tollerabile, piano piano impareremo a convivere con i ricordi spiacevoli perchè li avremo accettati e collocati nel passato.

Siate esseri buoni e spirituali, siate pacifici e sinceri, amate e la **vita saprà ricompensarvi** sempre.

*Con affetto a tutti e tutte, F.B.*

un saggio onsigliato:

<http://paternita.info/famiglia-perche.pdf>

la famiglia ed i legami giusti: ne morbosi, ne assenti