

Luce e oscurità

Ogni riferimento a fatti realmente accaduti e/o a persone realmente esistenti è da ritenersi puramente casuale.

**Carmen Piccirillo**

**LUCE E OSCURITÀ**

*Racconto*

BOOK  
**SPRINT**  
E D I Z I O N I

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

Copyright © 2021  
**Carmen Piccirillo**  
Tutti i diritti riservati

*“Dedico questo volume  
a coloro che hanno sempre creduto in me,  
ma soprattutto lo dedico  
a chi mi ha sempre sminuita.  
Sono ciò che sono grazie  
sia al bene che al male:  
LUCE e OSCURITÀ.”*



## **Introduzione**

Correva l'anno 2018 quando iniziai ad appassionarmi in maniera progressiva alla scrittura.

Iniziai a perseguire la mia passione verso i racconti monoepisodici e, successivamente, mi appassionai anche al mondo della poesia.

Nel marzo 2021 ho pubblicato il mio primo libro di racconti con la casa editrice Photo Travel Editions di Giovanni Marino, che non smetterò mai di ringraziare per il supporto costante, sia umano che professionale, che mi ha dato soprattutto nei momenti nei quali non riesco a credere in me stessa e nelle mie capacità di elaborazione e di scrittura.

Proprio per questo motivo continuo a scrivere, lo faccio per me stessa, non ricerco

la notorietà, non ricerco il successo e l'approvazione di tutti, ma scrivo per accrescere la mia autostima, per poter esporre molte dei miei concetti mentali e a volte anche delle mie esperienze che, probabilmente, senza essere riportate su carta finirebbero in un angolo "buio" di me stessa e provocherebbero un'implosione sicuramente non evolutiva.

Naturalmente nel momento in cui mi accorgo che un mio racconto, breve o lungo che sia, viene apprezzato e ben accolto dall'esterno, ne sono felice e percepisco dentro di me la soddisfazione che mi provocano, forse anche in maniera inconsapevole, coloro che colgono e accolgono, soggettivamente, un messaggio dai miei scritti: prerogativa che, a mio avviso, diventa una preziosa proiezione emozionale tra chi scrive e chi legge.

È questo l'input propulsivo che mi crea la voglia di continuare a scrivere.

*Luce e oscurità* l'ho scritto in un periodo di grandi incertezze esistenziali. Non lo definirei un romanzo, ma un semplice racconto che esprime, tramite i diversi episodi,

come nella vita nulla avvenga per pura casualità.

Licia, la protagonista, e gli altri personaggi, tutti partoriti dalla mia fantasia, mi hanno aiutata a trovare un senso intenso a tutto ciò che, in apparenza, per me non aveva un senso.

Scrivere, per me, è anche questo: trovare un senso.



## Caos emozionale

«Dunque, Licia, io credo che lei debba semplicemente accettare e accogliere le sue sensazioni fastidiose senza reprimerle, senza averne paura, ed è l'unico modo per affrontarle e per non lasciarsi sopraffare da questi momenti di intenso dolore. Mi promette che seguirà le mie indicazioni?»

«Ma dottore, io le ho spiegato che non è semplice... Io ci provo, con tutta me stessa, ad accettare le mie crisi emotive, in alcuni momenti è come se mi travolgersero con forza e mi lasciassero senza speranza. Alcune volte mi sento come se non ci fosse una via di uscita! Non riesco a respirare, sento le gambe bloccate, il cuore in gola, lo stomaco a pezzi! Dottore, so che sono ripetitiva, spesso cado erroneamente nell'affermare ciclicamente le mie paranoie,

ma... mi promette di non stancarsi mai di me, delle mie continue richieste di ascolto, e di aiutarmi a superare una volta per tutte questo disagio invalidante?»

«Io non la abbandono, e non mi stanco di lei, Licia, la mia attività di psicologo mi vieta severamente di stancarmi dei miei pazienti, offenderei i miei stessi valori e la mia autentica missione nella quale credo da più di trent'anni. Stia tranquilla, insieme troveremo la luce in fondo al tunnel. La seduta è finita, ci vediamo la prossima settimana. Si ricordi: giovedì prossimo alle ore 16 come al solito.»

Anche in quel freddo pomeriggio invernale di febbraio, Licia Fratuini, una giovane ragazza di trent'anni originaria di Milano, che viveva da sola in un piccolo monolocale, a Locarno, in Svizzera, avvertiva una grande difficoltà, percepiva la sua anima come un peso insostenibile da sopportare, era in preda ai suoi momenti di ansia, ai suoi attimi di angoscia che da tanto tempo caratterizzavano le sue giornate. Dopo essere uscita dallo studio del suo psicoterapeuta, dal quale era in terapia da ben due anni per curare il disturbo d'ansia generalizzato