

NASHA

la speranza è un sogno a occhi aperti

«Mi sentivo solo vittima del destino... E attendevo la fine. E sono guarita.»  
Così si conclude questo libro, che raccoglie la corrispondenza di una madre all'amica del figlio, affetta dal virus dell'aids. Ogni lettera della madre è un tentativo di far rinascere la speranza nella ragazza.

Quando scriviamo a una persona cara possiamo lasciare che il pensiero diventi sincero e profondo e raccolga energia vitale dalla nostra anima. La nostra consapevolezza si espande e diventiamo capaci di percepire realtà vitali invisibili, come gli angeli.

Nasha, grazie a queste nuove percezioni guida la ragazza, Margherita e l'aiuta a trovare sicurezza, gioia e creatività.

Seguendo i consigli di Nasha, Margherita comincia a rivoluzionare la sua vita e vince la sua battaglia.

L'autrice ha chiesto all'angelo guida, Abel, di incanalare la sua energia eterica nel disegno di copertina, perché possa entrare in contatto con chi soffre.

Suggerisce, quindi ai lettori di appoggiare il libro sul cuore, se stanno vivendo un momento d'ansia, o sulle zone del corpo dove si prova dolore. Così riceveranno amore terapeutico.

*Nasha, dopo anni di grande sofferenza, dovuta al distacco dal figlio minore, Edoardo, che ha scelto di lasciare la terra per ritornare alla sua dimensione più pura, è diventata consapevole dello scopo della sua vita: illuminare chi vive nella sofferenza. Ha seguito diversi percorsi per giungere a una nuova armonia di corpo, mente e spirito: si è dedicata allo studio dell'alimentazione "viva", naturale, del parto dolce, della meditazione, delle energie sottili e della via del perdono e dell'amore. In questo modo è giunta a percepire forze che sono al di là di questa dimensione, che l'hanno portata alla guarigione e l'hanno spinta a portare altri alla profonda trasformazione interiore che è anche guarigione fisica.*

ISBN 88-7507-214-0



9 788875 072148

L. 7.000

NASHA

la speranza  
è un sogno  
a occhi aperti

LETTERA A UNA RAGAZZA  
SIEROPOSITIVA



## Altri titoli nella collana *Casi di guarigione*

*Maria Appiani* **Viaggio di ritorno**  
*Hugh e Marian Faulkner* **Contro tutti i pronostici**  
*Elisabetta Marraffa* **Guarire da sola**

## Quaderni di *Nascita Attiva*

**Ecografia in gravidanza.** Rischi e inutilità secondo le più recenti ricerche  
**La perdita.** La perdita di un bambino: il processo del lutto e il sostegno  
**Il dolore.** Il dolore del travaglio e del parto, tecniche e rimedi

## Collana *Ciò che i dottori non dicono*

*Guyline Lancôt* **La Mafia della Sanità.** Come liberarsi dall'industria farmaceutica e diventare sovrani della propria salute  
*Leon Chaitow* **La crisi degli antibiotici.** Alternative e antidoti naturali  
*Lynne McTaggart* **Ciò che i dottori non dicono.** La verità sui pericoli della medicina moderna  
*Lorenzo Acerra* **Denti Tossici.** Le otturazioni dentali che rilasciano mercurio  
*H. Clark* **La cura di tutte le malattie**  
*Larry Clapp* **Guarire la prostata in 90 giorni senza medicine e chirurgia**

## Collana *Prevenire e curare naturalmente*

*A. Beringer* **Aloe Vera.** Belli e sani in modo naturale con l'estratto puro di Aloe Vera  
*L. Omodeo Salè* **Piante medicinali e rimedi semplici dalla natura**

---

<i>Immagine di copertina</i>	Ita Bergonzoni
<i>Grafica di copertina</i>	Claudio Corvino
<i>Impaginazione</i>	Matteo Venturi
<i>Stampa</i>	Tipografia Sograte, Città di Castello (PG)

I edizione luglio 1999

© 1999 Macro Edizioni  
Via Savona 66  
47023 Cesena (FO)  
ISBN 88-7507-214-0

## INTRODUZIONE

Man mano che mi inoltravo in questo che per me è stato uno splendido cammino, intendo l'epistolario con Margherita, la mia consapevolezza aumentava e si arricchiva di nuova energia luminosa.

Anche se reale non è, Margherita è un personaggio che ho amato molto, quasi fosse veramente un essere caro a cui scrivere.

Estendo questo amore a chi realmente è affetto da aids. Il proposito con il quale ho dato vita a queste lettere, è stato ed è tuttora, quello di portare avanti la "speranza ad occhi aperti"... Una speranza in qualcosa di puro e di vero che può chiamarsi, più che guarigione, TRASFORMAZIONE.

Questo libro vuol essere un'indicazione di un possibile percorso, di una via di speranza.

Tutto può accadere, se chiediamo convinti di ricevere. Ciò che più importa è la nostra trasformazione interiore. Un lavacro dell'anima può operare miracoli, come suggerisce Nasha a Margherita.

La scelta poi delle diverse cure, rimane strettamente personale.

20 dicembre

*Cara Margherita**Rispetto il tuo desiderio.**Non ti scriverò più. Peccato. Fallo tu quando ti senti di farlo.*

Nasha

Francoforte, 22 dicembre

*Cara Nasha**Scusami. Sono stata una gran maleducata.**Sto male.**Non ti chiedo di capirmi. Ma scrivimi.**Aiutami se puoi.**Margherita*

26 dicembre

*Cara Margherita**Attendevo con ansia che tu mi scrivessi.**Capisco la tua disperazione.**Ma, forse, se lo vorrai, potremo cercare insieme una strada da percorrere.**Raccontami qualcosa di te, della tua vita.**Dimmi come mangi, se ti droghi, se vivi con il tuo compagno.**Dimmi come ti stai curando, se ti stai curando.**Hai un buon rapporto con i tuoi?*

Ti bacio Nasha

Francoforte, 30 dicembre

*Cara Nasha**Non riesco proprio a capire dove vuoi arrivare con le tue domande.**No, non mi drogo, non l'ho mai fatto.**Non vivo più con Christian. Lui sta peggio di me ora.**È ritornato ad Amsterdam.**Mi chiedi come mangio. Come capita. Ogni tanto compero un po' di prosciutto e pane. Bevo molti caffè. Fumo. Molto.**Sono magra. Stanca. Disperata. Non riesco proprio a capire che rapporto ci sia tra quello che mangio e la mia malattia, dato che un virus ne è il responsabile.**Mi chiedi dei miei. Il rapporto è inesistente. Mia madre mi tormenta con le sue telefonate, ora è anche piena di sensi di colpa; ma in fondo non le è mai importato nulla di me.**Mio padre vive da anni con un'altra donna e nel più grande disinteresse verso sua figlia.**Mi spedisce ogni tanto del denaro, così anche lui placa la sua coscienza. Non vengono mai a trovarmi. Meglio così.**In quanto alle cure, in ospedale, i medici insistono affinché io prenda il..... Non ho accettato fin'ora.**Ho saputo da un mio amico che questa cura può far stare ancora più male. E ho paura.**E poi so che nulla serve. Vorrei solo dormire e pensare il meno possibile.*Un abbraccio *Margherita*

2 gennaio

*Cara Margherita**Sono consapevole, ma forse solo in parte, del momento terribile che stai vivendo.**"Sono magra stanca disperata", queste le tue parole che sono risuonate come pesanti pietre dentro me. Sono consapevole, anche, che non è di pietà che hai bisogno, ora. Nella pietà ci si crogiola, lo so bene.**Ma tu hai bisogno di reagire, non di rimanere in questa ragnatela.**Non è sicuramente mangiando come mangi e fumando che ti puoi sentire meglio.**Credo proprio che, per intraprendere un percorso verso il benessere, dovresti iniziare a rivoluzionare tutto il tuo modo di vivere, operando una drastica disintossicazione nel tuo organismo. Questo vorrebbe dire smettere di fumare e di bere caffè. Vorrebbe dire cibarsi di un cibo sano, vivo. Forse un lungo digiuno.**Ti senti di fare tutto ciò per te stessa?**Rispondimi, ma prima guarda bene dentro te.**Ti abbraccio Nasha**P.S. Non sono affatto convinta di poterti aiutare.**Potrei provare. Ma forse ti sto chiedendo troppo.*

Francoforte, 6 gennaio

*Cara Nasha**La tua lettera, i tuoi suggerimenti, se devo essere sincera, hanno solo suscitato rabbia e perplessità dentro me.**Dici di volermi aiutare e poi mi suggerisci di smettere di fumare e di mangiare ciò che mi piace. Quando fumo è forse l'unico momento in cui riesco a rilassarmi e ad avere meno paura.**In quanto a disintossicarmi, non so cosa intendi. Non so proprio cosa intendi.**Non ho mai letto di un ammalato di aids che sia guarito con questi mezzi. Non ho nessuna intenzione di andare da un medico, né di cambiare alimentazione.**Tutto questo non ha nulla a che vedere con la mia malattia.**E io sono troppo debole e troppo arrabbiata per cambiare o per prendere decisioni.**Sai di cosa avrei bisogno oggi?**Non certo di cambiare alimentazione.**Non di smettere di fumare. Non ora.**Avrei solo bisogno di urlare tutto quello che da troppo tempo tengo dentro di me, nella mia pancia.**Avrei bisogno di bestemmiare, di scaricare l'odio di cui sono piena. E di qualcuno che mi ascolti.**In silenzio.**Margherita*

13 gennaio

*Perdonami, Margherita, perdona la mia arroganza, il mio sentirmi così brava da poterti dire cosa devi fare. Senza tener conto della tua sofferenza e di ciò di cui hai realmente bisogno. «Non mangiare, non bere, non fumare... se vuoi stare bene»... È facile dire agli altri quello che devono fare.*

*Forse non è neppure amore.*

*Difficile è tacere.*

*Ancora più difficile comprendere.*

*E forse dovrei solo ascoltare.*

*Dimmi, Margherita.*

Nasha

Francoforte, 2 marzo

Cara Nasha

Sono passati i mesi e non ti ho più scritto. Scusami.

Forse quello che sto per raccontarti ti potrà far piacere.

Ricordi che ti avevo parlato di un amico? Quello che mi aveva consigliato di non prendere le medicine propostemi dall'ospedale. Anche lui, come te, s'interessa ai metodi naturali, a quell'alimentazione che lui chiama "viva" e ad altre cose, altre stramberie. Mi diceva da tempo di uscire con lui. Così l'altro giorno ho accettato di pranzare con Andrea, si chiama così, in un ristorante dal nome strano, un ristorante "macrobiotico".

Siamo andati in un piccolo appartamento dove, appena entrata, ho sentito una gran puzza di cipolla. In uno stanzone, vi erano alcuni tavoli, le persone sedute tutte insieme, un gran silenzio tra loro. In sottofondo una musica dolce. Andrea ha ordinato alcuni piatti dai nomi strani, esotici. Nomi come "azuki" e "zuppa di miso"...

Tutto aveva un sapore non buono. L'ho detto ad Andrea. Lui si è messo a ridere; «La prima volta è sempre così» mi ha detto «ma poi comincia a piacere».

Tra me e me ho pensato che non ci sarebbe stata un'altra volta! Anche tu mi proponevi del "cibo vivo". Era questo? È una schifezza.

Andrea ha tentato di spiegarmi per quale ragione i cereali integrali sono così importanti per il nostro organismo. A me non importava proprio niente di tutto ciò.

Ora però sono a casa e ci sto pensando. Andrea mi ha dato un libro sulla macrobiotica, spiegandomi che significa "grande vita".

Grande vita? Dimmi, Nasha, perché tu e Andrea mi proponete queste cose?

Rispondimi, ti prego.

Margherita

13 marzo

*Ciao piccola*

*La tua lettera mi ha fatto provare tanta tenerezza e mi ha fatto anche ridere.*

*Questo tuo impatto con la macrobiotica deve essere stato molto scioccante per te. Lo è stato anche per me.*

*Tanti anni fa, più di dieci, avevo avuto la medesima reazione di fronte a questo cibo. Ma poi, col tempo, l'ho trovato delizioso. Credo che appaghi una parte di me che sente bisogno di purezza. "Grande vita", appunto, come ti dice Andrea.*

*Scoprirai, leggendo il libro, il significato della macrobiotica.*

*Credo non vi sia alcun bisogno che io ti debba spiegare la ragione per la quale Andrea ed io ti stiamo proponendo tutto ciò. Sta poi a te, e solo a te, scegliere.*

*Un grande abbraccio*

Nasha

Francoforte, 20 marzo

Cara Nasha

In questi ultimi giorni, Andrea mi ha regalato un libro che parla di energie.

Sembra che noi uomini vibriamo a 7,8 cicli al secondo.

E la Terra... anche! La Terra vibra?

Dopo aver letto questo dato affascinante, sono uscita e sono andata a camminare. Mi sentivo debole, ma meno triste.

Sentivo qualcosa, un misto tra lo stupore e la commozione.

La Terra su cui stavo camminando... stava vibrando!

Mi pareva quasi di sentirla e avrei avuto voglia di dirle:

«Hei! piccola, ci muoviamo insieme...».

Il bosco è bellissimo, oggi, c'è un profumo di foglie cadute a terra... hanno il colore del mio Carso...

E poi, la Terra vibra...

Mi sono accorta di camminare, accorgendomi di farlo.

Per un momento non mi sono più sentita sola e disperata. No.

Mi sono messa a pensare a chi sono in realtà.

Ciao Nasha. Scrivimi.

*Margherita*

P.S. E Dio?

26 marzo

*Mia cara Margherita**Com'è bello quello che hai provato.**Anch'io, quando ho saputo che la Terra vibrava, ho sentito qualcosa di fantastico dentro me.**Per la prima volta ho sentito la Terra come un'entità vivente e vibrante.**È dunque così che risuoniamo insieme. La Terra e noi.**Noi con tutti gli altri esseri viventi...**Voglio sapere qualcosa di te. Come stai piccola? Cosa pensi di fare per stare meglio?**Dimmi.*

Nasha

*P.S. Per me Dio è in ogni foglia, in ogni fiore.**Forse in ognuno di noi, ma ancora non lo percepisco.*

Francoforte, 30 marzo

Cara Nasha

Giorni fa è venuta a trovarmi mia madre. Vuole che io ritorni a casa, in Italia, per curarmi. Ma per curarmi come vuole lei.

Io ho tanta paura. Non voglio quelle medicine.

Non voglio neppure ritornare a casa.

Mia madre non mi ama. Rompe. Solo rompe.

La odio.

Odio la sua ipocrisia. Odio questo inverno, così freddo. Odio la mia malattia. Odio anche te, la tua tranquillità, la tua sicurezza.

Sei come mia madre.

Neanche a te importa nulla di me.

Solo di quello che proponi. Sai dire belle parole.

Ma sono io quella che sta male. E che sono sola.

E incazzata.

Margherita

Francoforte, 1 aprile

Cara Nasha

Un giorno avevi detto che la mia rabbia sarà la mia forza?  
Questo mi fa veramente ridere.

Vorrei proprio sapere come, tutto questo furore che sento in fondo alla pancia, potrà tramutarsi in qualcosa di positivo. Forse questa è un'altra di quelle baggianate... Ma forse no. Chiederò ad Andrea.

Sai, ho l'impressione che si stia innamorando di me. Ma io non di lui. È un amico, un grande amico.

E poi, qui, ho solo lui.

Margherita

P.S. E se ci fosse Dio in Andrea?

Francoforte, 3 aprile

Cara Nasha

Mi mancano le tue lettere.

Le tue parole di speranza mi hanno fatto bene.

Ho letto una volta una frase di Aristotele: *"la speranza è un sogno ad occhi aperti"*.

Capisci, Nasha "ad occhi aperti"?

Questo vuol dire che per me c'è una possibilità, che non esiste solo buio, disperazione, morte.

Mi chiedo sempre più se esiste Dio.

Non ne so nulla, non mi sono mai interessata a lui.

Perché ha permesso che io mi ammalassi?

Se esiste.

O forse siamo solo in balia del destino.

Sballottati.

Ciao Nasha  
Margherita

Francoforte, 10 aprile

Cara Nasha

Come mai non mi rispondi? Stai male?

Forse ti sconvolgono le mie lettere e così hai deciso di non scrivermi più?

Forse per quello che ho detto di Dio?

Sai, da un po' di tempo, ho l'impressione di essere guidata da... qualcosa... o forse, chissà, da Qualcuno più in alto di me.

È Andrea che mi porta a pensare, a riflettere sulla mia malattia, forse non una beffa, forse non una tragedia.

Forse un disegno imperscrutabile.

Un dono per crescere?

No, tutto questo sarebbe troppo assurdo e non posso, non voglio neppure pensarci.

Torniamo sulla terra.

Ti voglio raccontare che Andrea ed io siamo ritornati in quel piccolo ristorante macrobiotico. Non ho sentito più la puzza del primo giorno. Strano.

Ho mangiato quel cibo senza provare disgusto. Anche perché, qualche volta, Andrea cucina per me il riso integrale e altri piatti. Il suo amore si esprime anche nel prepararmi cibi biologici che purifichino il mio organismo. Cibi puri, VIVI.

Lui è molto bravo a cucinare.

E questi momenti, le nostre cene insieme, la sua tenerezza, quasi una casa, la nostra... L'intimità che non ho avuto mai.

La sera ascoltiamo della musica. Accendiamo il caminetto e... sono quasi felice.

Quei momenti, quella musica... Sento dentro me una sensazione strana: è un po' come se la musica fosse una mamma che mi allatta. Mi fa sentire calda, piena. Di pace.

C'è freddo fuori.

Dentro, calore.

Margherita