



Come vivere relazioni di valore

del percorso ***Entro dentro***

Fearless Donne in Evoluzione



gennaio 2025

silvia.chierchini@donnefearless.com

Credo che sia molto importante condividere le nostre emozioni.

Spesso soffriamo perché non sappiamo gestirle, soprattutto quando la persona con cui siamo in relazione non soddisfa le nostre aspettative o non ci fa sentire amate.

Ho un forte bisogno di condivisione tra cuori e voglio raccontarvi il mio viaggio per imparare a sentire e amare in modo più maturo.

In passato, mi sono innamorata di uomini che non riuscivano ad esprimere i loro sentimenti e ho cercato di cambiarli senza successo.

Dopo anni di frustrazione, sono arrivata a pensare che il problema fossi io, che non avessi avuto un buon esempio di coppia e che fossi bloccata da traumi familiari.

Fino a quando, lontana da tutto, ho accolto la responsabilità di prendermi cura di me stessa e di mio figlio ed ho iniziato ad esplorare un amore più profondo, comprendendo la mia bambina interiore e desiderando darle tutto ciò che non aveva avuto prima.

Osservando la mia vita, ho notato che nelle relazioni più importanti ero infelice e insoddisfatta così, ho deciso di prenderla in mano e di costruire quella che desideravo.

Ho iniziato un percorso di autoeducazione e conoscenza di me stessa, imparando a riconoscere quanto sopravvalutavo la mia capacità di migliorare gli altri, trascurando la mia crescita personale.

Era tempo di capire chi ero veramente.

Ogni persona appartiene a una tradizione familiare e quindi, ho

gennaio 2025

1

silvia.chierchini@donnefearless.com



iniziato a scavare nel mio passato per scoprire la mia vera identità, al di là delle influenze familiari.

Ho lavorato anni per liberarmi delle cose che mi bloccavano e per trovare un equilibrio tra affetto e risentimento.

Ho infine realizzato che il problema non erano gli altri, ma il mio modo di agire, che alimentava dinamiche negative.

Ho compreso che dovevo assumermi la responsabilità delle mie scelte e delle mie emozioni, senza incolpare gli altri e quando ho iniziato a farlo, ho creato uno spazio nel mio cuore dove poter cambiare la mia vita.

Ho vissuto a lungo senza consapevolezza, seguendo una voce che mi diceva che non ero abbastanza, anziché ascoltare quella che mi invitava a cercare di più per me.

E questo ha rappresentato l'inizio di un nuovo percorso di vita, in cui ho capito che era necessario un lavoro interiore profondo per portare la mia vita a un livello superiore.

Ho smesso di circondarmi di persone o situazioni che non portavano gioia e amore.

Ho cresciuto i miei figli faticosamente e ho scoperto le risorse incredibili che come donne possiamo esprimere nei momenti difficili.

Ho aperto gli occhi verso il mondo femminile, che è così diventato una bella realtà nella mia vita, una rete di supporto, esperienze e passioni condivise.

Ho imparato, grazie alle mie amiche, a prendermi miglior cura di me stessa, diventando una madre, partner, figlia e sorella migliore.

Ed infatti nel tempo, ho creato e sto costruendo ogni giorno con gioia e speranza, il progetto chiamato Fearless, che riunisce donne con cui condividere esperienze in modo profondo.

Per tornare alla mia storia, credo e sono un esempio, di come sia

gennaio 2025

2

silvia.chierchini@donnefearless.com



fondamentale smettere di giudicarci e lavorare insieme per crescere. Per quanto riguarda gli uomini, per scoprire chi ero, ho dovuto iniziare dalla figura paterna, anche se all'epoca già non era più possibile comunicare efficacemente.

Ho infine adottato un mantra: cerca di diventare la persona che desideri incontrare e coltiva dentro di te le qualità che cerchi negli altri perché ho capito che non possiamo attrarre qualcuno completamente opposto a noi se siamo distaccate emotivamente e aspettarci di trovare una persona che esprima intimità e vulnerabilità e dovremmo diventare persone degne delle qualità che cerchiamo negli altri.

Stiamo tutte cercando la persona giusta, ma quante di noi vogliono diventare veramente la persona giusta?

Per concludere e lasciare spazio a chi sente il desiderio di condividere qualcosa di suo o una domanda...

Ti ringrazio per la tua presenza e ti rimando alla seconda parte del capitolo per proseguire nell'approfondimento del tema.

A presto!

gennaio 2025

3

silvia.chierchini@donnefearless.com

