

# CALENDARIO dell'Avvento

PER RAGAZZE ECCEZIONALI



24 brevi storie d'incoraggiamento e ispirazione, una per ogni giorno dell'Avvento, che rinforzano speranza, pace, gioia e amore percorrendo un viaggio interiore tra il sè, le relazioni e le emozioni, la crescita e l'apertura al mondo esterno.

A decorative border made of stylized leaves and flowers, with double horizontal lines at the top and bottom center.

## *A te che leggi*

Questo libro è un calendario speciale: ogni giorno ti regala una piccola luce da custodire, arrivando fino a Natale.

Dentro troverai storie che sembrano fiabe, riflessioni che ti accarezzano l'anima e inviti che ti ricordano quanto vali.

Ti guiderà a scoprire che sei più forte delle tue paure, che i tuoi sogni contano, che la tua voce merita ascolto.

Pagina dopo pagina, passo dopo passo, imparerai a fidarti di te stessa e a brillare senza paura.

Non sei sola. Non sei mai invisibile. Sei unica.  
E questo cammino è tutto tuo.

# INDICE

## Prima settimana: Speranza e sé

- 1 Dicembre - La mia voce è più forte delle bugie pag. 6
- 2 Dicembre - Non sono sola: ci sono mani che mi sostengono pag. 9
- 3 Dicembre - Ogni passo avanti è una vittoria pag. 12
- 4 Dicembre - Le mie lacrime sono semi di forza pag. 15
- 5 Dicembre - Io non sono un numero: sono infinita pag. 18
- 6 Dicembre - Ogni giorno scelgo chi voglio essere pag. 21

## Seconda settimana: Pace, relazioni ed emozioni

- 7 Dicembre - La gentilezza è il mio scudo più potente pag. 25
- 8 Dicembre - In ogni silenzio c'è la mia forza pag. 28
- 9 Dicembre - Io guido la mia strada, giorno dopo giorno pag. 31
- 10 Dicembre - Ogni passo avanti è una scoperta pag. 34
- 11 Dicembre - Insieme alle mie amiche sboccio come un fiore pag. 37
- 12 Dicembre - Ogni emozione è una maestra segreta pag. 40

## Terza settimana: Gioia e crescita

- 13 Dicembre - Posso trasformare il silenzio in forza pag. 44
- 14 Dicembre - Sono abbastanza per cambiare il mondo pag. 47
- 15 - Dicembre - Posso essere leader della mia storia pag. 50
- 16 Dicembre - Io creo connessioni che contano pag. 53
- 17 Dicembre - La mia energia fa la differenza pag. 56
- 18 Dicembre - Con il cuore posso cambiare il mondo pag. 59

## Quarta settimana: Amore e dono di sé

- 19 Dicembre - Ogni mia scelta mi rende più libera pag. 63
- 20 Dicembre - La mia luce brilla anche al buio pag. 66
- 21 Dicembre - Leggere mi fa viaggiare lontano pag. 69
- 22 Dicembre - Le mie passioni hanno valore pag. 72
- 23 Dicembre - Io merito amore e rispetto, sempre pag. 75
- 24 Dicembre - Passo dopo passo scopro chi sono davvero pag. 78

PRIMA SETTIMANA  
SPERANZA





# 1 DICEMBRE

*La mia voce  
è più forte  
delle bugie*



# LA MIA VOCE È PIÙ FORTE DELLE BUGIE

Era uno di quei pomeriggi in cui il cielo era grigio, pesante da sostenere con lo sguardo e con l'umidità che si appiccicava addosso ma non pioveva. Camminavo verso casa con lo zaino strapieno sulle spalle, e dentro di me un peso ancora più grande: le parole sentite a scuola, sussurate tra i banchi, che mi ronzavano nelle orecchie. "Non vali niente... non sei capace... non sei abbastanza". Bugie, lo sapevo. Eppure, a forza di sentirle, sembravano vere.

Arrivata in camera, buttai lo zaino sulla poltrona, accesi la piccola lampada sulla scrivania e mi buttai sul letto in un tuffo liberatorio. La luce calda della lampada non scacciava le ombre fuori dalla finestra, e dentro di me al contrario qualcosa si rischiarava. Presi dal cassetto della scrivania un foglio bianco. La mia mano tremava mentre scrivevo la prima parola: "Basta". La guardai a lungo quella parola solitaria nel foglio bianco. Sembrava minuscola, ma era il seme di qualcosa di grande.

In quel momento mi accorsi di percepire due voci contrapposte dentro di me. La prima dava eco alle bugie che urlavano forte e la seconda, la mia voce, parlava ancora più forte, se sceglievo di ascoltarla. All'inizio era solo un sussurro: "Io valgo, io sono capace, io merito rispetto". Poi lo ripetei ancora e ancora, finché non divenne un coro che riempì la stanza.

Poi il dubbio cercava di tornare: "E se avessero ragione?". Ma dentro di me sentivo un'altra forza rispondere: "La verità vive nella mia voce, non nei loro giudizi". Ed era come se una finestra si aprisse, lasciando entrare aria fresca.

Quel pomeriggio capii che le bugie possono farti male, ferire, ma non possono decidere chi sono. La mia voce, invece, può guarire. Ogni volta che parlo con sincerità e mi difendo, ogni volta che scelgo parole gentili verso me stessa, costruisco legami solidi tra chi sono e chi sto diventando.