

Roberta Guzzardi

SIAMO LUCE *oppure* OMBRA, *Mostro?*

*Storie di conflitti interiori,
talenti nascosti e ricerca di identità*



Rizzoli

Roberta Guzzardi

SIAMO LUCE
oppure
OMBRA,
Mostro?

*Storie di conflitti interiori,
talenti nascosti e ricerca di identità*

Rizzoli

Pubblicato per

Rizzoli

da Mondadori Libri S.p.A.

Proprietà letteraria riservata

© 2025 Mondadori Libri S.p.A., Milano

Published by arrangement with Walkabout Literary Agency

ISBN 978-88-17-19094-7

Prima edizione: giugno 2025

Illustrazioni © Roberta Guzzardi

Progetto grafico: wetstudios.works

Realizzazione editoriale: Noesis, Milano

SIAMO LUCE
oppure
OMBRA,
Mostro?

*A chi ancora lotta, e cade,
ma mai si stanca di cercare*

Sommario

<i>Cosa c'è ancora, Mostro?</i>	9
Capitolo 1 - Mostro, ma io chi sono?	
(E perché finiamo sempre per litigare?)	17
Quando il Mostro è disturbante	21
Quando sbagliamo strada	37
Quando ci sentiamo bloccati	53
Quando le cose nascoste riemergono	67
Il senso del conflitto	85
L'identità nascosta nell'Ombra	99
Capitolo 2 - Perché sono fatta così?	
(E tu che hai da dirmi su come sono fatta?)	113
Sentire il richiamo	117
L'importanza dei passi concreti	133
Trovare il proprio ritmo	147
Non cadere in inganno	161
Distinguere i segnali della realtà	177
Accettare le vulnerabilità	193
Capitolo 3 - E adesso cosa ci faccio con me stessa?	
(E con te?)	207
Esercitare la libertà	211
Accettare di sbagliare	227
Rispettare la propria natura	241
Accettare ciò che non capiamo	259
Un'identità integrata	275
Al di là di noi	295

Cosa c'è ANCORA, Mostro?

Nell'ottobre del 2021 è uscito *Io e (il) Mostro*, il mio primo esperimento come autrice, illustratrice e scrittrice.

Parlava di Mostri, paure, amore, incertezze, dubbi. Parlava di vita.

È stato un libro nato quasi per caso, senza troppi ragionamenti difficili dietro. Il Mostro voleva venire fuori, voleva esistere e dire la sua su diverse cose. Io non ho fatto altro che assecondare questo desiderio, disegnandolo, spiegando le teorie e raccontando spunti di vita disseminati qua e là per dare più riverbero alle sue parole.

È stato divertente, sorprendente e mi ha messo alla prova: il Mostro è stato chi mi ha fatto uscire di casa (e dalla mia zona di comfort) per incontrare chi, come me, sentiva il desiderio di condividere, finalmente, quella parte di noi magmatica e misteriosa che così spesso cerchiamo di nascondere e che sempre, invece, continua a bussarci dentro per lasciarsi svelare.