

*A Nonna Rosetta,
che mi ha cresciuta in un mondo intriso di magia.*

In copertina: L'equilibrio degli opposti

Edizioni Lanterna Magica
Via Goethe, 45
90138 Palermo
www.lanternamagicaedizioni.com

Grafica e Impaginazione
Giuseppe Mirisola

Fotografie: Marcella Giuffrè

© per i testi: Anna Gagliano

© Edizioni Lanterna Magica, Giugno 2026

ISBN: 9788897115915

A person with vibrant rainbow-colored hair is shown in a meditative pose, with their eyes closed and hands held together in front of their face. They are holding a large, clear, faceted crystal. The background is a soft, out-of-focus grey.

ANNA GAGLIANO

*Il Libro delle Risposte
dell'Ombra e della Luce*

Semi di autoconoscenza e messaggi oracolari

LanternaMagica
 Edizioni

La magia è il soffio vitale che muove ogni mio gesto, la visione creativa, il richiamo della natura a ricordare che le appartengo. È connessione profonda con ciò che non è visibile e dimostrabile, fede in forze e guide di altri mondi che vegliano sul mio cammino.

N.B. Le carte all'interno del libro sono proposte due volte per dare maggiore casualità alla pratica divinatoria.



Ombra e Luce

Le carte dell'ombra e della luce sono uno strumento di auto indagine, ciascuna carta è un'intuizione e uno stimolo ad osservare, conoscere e confrontarti con stati interiori, potenzialità, credenze, fragilità, emozioni, risorse, in chiave evolutiva. Sono state create per entrarci dentro con l'intento di esplorare i lati più oscuri e lucenti della nostra anima attraverso il corpo, per sentirle vibrare, danzare e meditarci insieme. Ognuna di loro ti parla al cuore e ti conduce nel suo mondo interiore attraverso la sua voce diretta, raccontandoti com'è abitare in quello stato. Permettendoti di entrare in risonanza con lei, e attraverso il suo messaggio, ti invita a riflettere, ad agire o stare, a vedere da una rinnovata prospettiva lo scenario attuale, ti mette in contatto con la parte più saggia e sapiente di te. Più dettagliatamente le Carte Ombra ti stimolano a porti delle domande, per aiutarti a lasciare andare o uscire fuori da situazioni che non ti nutrono, o ti tolgono energia; le Carte Luce ti esortano a focalizzarti su una risoluzione da tenere presente come un mantra, affinché tu possa restare centrato nel raggiungimento del tuo obiettivo. Le Carte Consiglio, come la freccia di un sagittario, mirano dritte al senso profondo che sta alla radice di ogni processo di cambiamento.

Carte Ombra

Le Carte Ombra incarnano i lati bui dell'anima, oscuri in quanto non ancora portati alla luce della consapevolezza, visti, pacificati, integrati e abbracciati con compassione. Sono intense, potenti, a volte taglienti, puoi sentire le emozioni e le sensazioni che veicolano, percorrere il corpo, diventare respiro e viverne il processo. Ed è così che le ho incontrate scrivendole, ogni carta una visione,

una costellazione e una profonda comprensione, infine la forza di una verità che viene fuori, per mostrarti che quella ferita è in realtà un maestro e una volta amata, sarà il tuo più grande potere. Ogni carta ombra ha per te un messaggio, qualcosa di importante su cui richiamare la tua cura, e una domanda per riflettere e acquisire una visione ampliata e trasformativa per il tuo percorso di crescita interiore.

Carte Luce

Le carte luce danno corpo a potenzialità, talenti, vocazioni, divinità. Ti mostrano l'universo delle infinite possibilità, nell'espressione artistica, poetica e creativa. Ti rammentano che sei cocreatore della tua manifestazione, ti invitano a prendere le redini della tua vita, attingendo a piene mani alle tue risorse e ad andare alla scoperta di quelle che non hai ancora incontrato. Ad essere chiaro e incisivo nelle tue scelte, ad ispirarti alle qualità del fuoco e dell'acqua, e a danzare al ritmo dell'universo. Impersonano tutti gli alleati che puoi incontrare nel tuo viaggio di ricerca del tuo sé più autentico.

Carte Consiglio

Le carte consiglio rappresentano la voce dolce e allo stesso tempo assertiva del maestro, che ti ammonisce ma ti incoraggia. Ti esortano a fare un passo avanti o a ritirarti, a vedere da una prospettiva distaccata il punto esatto in cui ti trovi, a bilanciare e direzionare con accortezza le tue energie, ad ascoltare i tuoi bisogni, a delineare sacri confini, a prenderti cura di te e a riconoscere i tuoi compagni di avventura. Sono una rosa dei venti, una stella polare per non perdere l'orientamento e la via, completano, arricchiscono e rendono più incisivo il messaggio delle carte ombra e delle carte luce.



Come sono nate

Le carte dell'ombra e della luce incarnano in forma artistica la perfetta sintesi del mio percorso di crescita personale. Il cerchio aereo e il tessuto simboleggiano in ogni raffigurazione il cerchio e l'altarena della vita, la mia immagine rappresenta la posizione e lo stato interiore in cui mi trovo rispetto ad essa. Ci sono dentro i miei anni di studio e ricerca nella via dello yoga e dell'auto indagine, l'amore per le discipline aeree, la connessione con l'esoterismo e le arti magiche, l'energia femminile e i cicli lunari, il richiamo e il fascino verso le tradizioni sciamaniche.

Tutti gli oggetti che si trovano all'interno delle carte, mi appartengono da moltissimo tempo e hanno un forte valenza simbolica per me: per esempio, il cerchio e il tessuto sono quelli su cui danzo tutti i giorni, il pendolo esoterico è il primo che ho incontrato e l'unico con il quale ho instaurato un vero legame, l'ojo de dios è un intreccio di grandi dimensioni che ho realizzato con le mie mani, la bambolina "togli pena" mi è stata donata per ricordarmi di avere cura di me. Le tre persone che figurano con me nella carta *La Tribe* e *Gli Amanti Mistici*, sono rispettivamente le mie sorelle di cammino, Valentina Campanotta e Federica Alabiso, e il mio compagno nella vita e nella ricerca spirituale, Gabriele Pintaudi. La fotografa Marcella Giuffrè è un'artista magnifica che ha saputo traslare in immagini ciò che avevo dentro, e immergerle in un'atmosfera onirica, sognante, sospesa nell'universo, così come le avevo "viste". È oltretutto un'amica che ha vissuto e conosciuto le mie evoluzioni nel corso del tempo, ha volato con me sui tessuti, cantato e suonato nei fuochi di luna nuova, alle cascate e nei boschi; nessuno meglio di lei avrebbe potuto fotografare la mia essenza.

Le carte dell'ombra e della luce nascono nel caos, nel mezzo di una

crisi profonda durata due anni, all'interno della quale non sapevo più chi ero e cosa stavo cercando, come descrive bene la carta che ne prende il nome. Sono emerse dopo un lungo periodo di gestazione e stasi, come racconta *Il bozzolo interiore*, attraversando tutte le fasi, le fragilità e le paure esplorate nelle Carte Ombra, e attingendo a tutte le potenzialità e le attitudini descritte nelle Carte Luce. Le Carte consiglio rivelano le consapevolezze che sono giunte durante questo rituale di morte e rinascita.

Portarle fuori mi ha permesso di esternare attraverso le immagini l'intero processo, a vederlo bene in tutte le sue sfaccettature, a comprenderlo e ad accoglierlo con lucidità e chiarezza, scorgendo con attenzione tutti i miei moti interiori. Mi hanno insegnato l'immensa fiducia nell'inevitabile passaggio attraverso il fuoco che distrugge, purifica e trasforma. Mi hanno portato la pazienza, la capacità di fluire, scorrere e cambiare forma dell'acqua, come narrano le carte dedicate alle Salamandre del fuoco e alle Ondine delle acque.

Alla fine del lavoro, quando ho tenuto per la prima volta il mazzo di carte tra le mani, mi sono finalmente riconosciuta, rinnovata e integra; "Eccomi tutta intera", ho pensato. Questo è il motivo per cui questo progetto ha per me un valore inestimabile.

Attraverso le carte ascolterai la mia voce, una parte di te si riconoscerà in me, e sentirai che qualcosa di me risuona in te. Ti auguro che questo libro possa farti da specchio e aiutarti a guardarti un po' più a fondo, qualunque sia il tuo disegno, obiettivo. Che possa essere un saggio consigliere, ogni volta che avvertirai la spinta ad aprirlo e sentire cosa avrà da dirti.



Come dialogare con le carte

Le carte dell'ombra e della luce, se utilizzate con un chiaro intento nel cuore, possono essere un valido supporto nella visione e comprensione di una situazione poco chiara, per far luce sulle dinamiche interiori che si stanno muovendo, per portare alla consapevolezza le ombre con le quali devi confrontarti e le potenzialità alle quali puoi attingere. Sono utili per ricevere un messaggio oracolare, un consiglio, un'intuizione che possa aiutarti ad aprirti ad una prospettiva diversa, ad una via che magari non avevi preso in considerazione.

Il rituale

Personalmente tengo molto alla ritualità e alla sacralità dei gesti. Quando si interroga un oracolo è importante riservare spazio e tempo a questa connessione privilegiata con la parte più saggia e sapiente di noi stessi, sentire che stiamo divenendo canali e creando un ponte di comunicazione tra il mondo visibile e quello invisibile. Cerca un luogo intimo e quieto, brucia un incenso a tua scelta, o delle erbe aromatiche come salvia e rosmarino per purificare l'ambiente dedicato al consulto, e per pulire il libro dalle energie che ha assorbito per arrivare fino a te. Accendi una candela bianca, come simbolo della presenza e della protezione delle tue guide interiori, usa l'imposizione delle mani con l'intenzione di creare un dialogo evolutivo, di fare ricorso alle carte per una conoscenza più profonda di te, della via migliore da seguire per il tuo cammino, e lascia sorgere dal cuore la domanda nel modo che ti viene più naturale.

Come formulare la domanda

Ogni carta rappresenta un'istantanea di uno stato interiore, fotografa le energie che sono in gioco in quel momento e in quella

circostanza, quindi fai attenzione a non intendere i messaggi oracolari in modo assoluto o come verità immutabili, ciò che viene mostrato è un potenziale, una possibilità, una visione. Abbi cura a non interrogarle mosso da motivazioni egoiche, o riguardo ad altre persone o situazioni che non ti riguardano, o che nascono da un desiderio di controllo o di conoscere in anticipo l'esito di una situazione. Evita domande nette che richiedono un sì o un no, l'oracolo non può esimerti dalla tua responsabilità individuale. Per questa ragione è necessario dedicare al consulto qualche minuto di centratura, per ascoltare e lasciare emergere la domanda. Quindi se, per esempio, hai un dubbio su una questione, chiederai: "Come posso fluire al meglio all'interno di questa circostanza?"; "cosa non sto vedendo?"; "quali sono le risorse che posso mettere in atto?"; oppure puoi chiedere semplicemente di ricevere un suggerimento, una voce guida, una direzione. In ognuno di questi casi non aspettarti una risposta razionale, o perfettamente comprensibile per la tua mente. È possibile che sul momento non risuoni, o che non sia subito decifrabile, che riveli il suo senso tempo dopo. Dunque lasciala agire dentro, tienila lì nel cuore, e stai con la sensazione che ti trasmette, come i segni che arrivano attraverso i sogni.

Esempi di lettura

Lettura a una carta: Apri il libro focalizzandoti su un aspetto della tua vita che desideri osservare con maggiore chiarezza oppure senza formulare una domanda specifica, con l'intento di accogliere un messaggio di qualsiasi natura, e ascoltare cosa quell'istante ha da dirti. La risposta aprirà un varco su una nuova consapevolezza, o richiamerà l'attenzione su qualcosa che sapevi già. Prova a portare l'attenzione sull'immagine, prima ancora di leggerne la descrizione e il messaggio, cosa ti comunica a livello profondo e sottile, quali emozioni e sensazioni risveglia dentro di te?

Lettura a tre carte: La lettura a tre carte può esserti d'aiuto per accedere ad un quadro completo riguardo ad una situazione o problema. Apri il libro per tre volte: la prima carta ti parlerà della ra-

dice di ciò su cui ti stai interrogando, ciò da cui vieni, il passato; la seconda sarà uno specchio della tua condizione attuale, del punto in cui ti trovi adesso, il presente; l'ultima ti darà un'indicazione su cosa porre l'attenzione riguardo ad un possibile esito. In linea di massima le carte ombra fanno riferimento ad un ostacolo, un blocco o un passaggio necessario; le carte luce indicano un alleato, le forze a tuo favore, le energie in campo; le carte consiglio sono un dono, un'ispirazione da accogliere e portare con te.

Abbi sempre presente che, essendo carte di auto-indagine, non faranno mai riferimento ad eventi o circostanze esterne a te, ma sono sempre da intendere come visioni di stati che ti abitano in quel momento, in chiave onirica, così come sono state pensate e realizzate. Soffermati ad osservare attentamente l'immagine, cosa ti trasmette, che sensazioni ed emozioni agisce: questa è la via più autentica e diretta per entrare profondamente in risonanza con loro.





L'oblio di sé

Carta Ombra

Ho cercato considerazione e approvazione, ho anteposto i bisogni degli altri ai miei, ho contenuto le mie emozioni per non disturbare. Ad ogni cieco e superficiale slancio verso l'esterno, ho fatto un passo verso l'oblio del mio nome. E così un giorno, il mio corpo si è fatto pesante, la mente si è offuscata, e mi sono sentita mancare ripiegandomi su me stessa. Avevo dimenticato chi ero, da dove venivo, e qual era il mio scopo. Ero sparita. Adesso in questo non luogo e non tempo, in cui il mio corpo giace addormentato, ritrovo il mio battito, il mio respiro e riconosco il suono della mia voce. Mentre recupero le forze, come risvegliandomi da un lungo sonno, ridisegno i miei sacri confini e riscopro il mio valore.

Messaggio: Per lungo tempo hai messo in ombra te stesso per privilegiare gli altri. Scambiando il sacrificio con l'amore, hai perso potere accettando compromessi che hanno soffocato la tua persona. Questa carta rappresenta il limite oltre il quale rischi di annullarti, riassorbito nei mondi altrui, ma anche il punto zero da cui ripartire. Risvegliati a te stesso, ricontatta la tua essenza, manifestati integralmente, occupando tutto lo spazio che meriti. A partire dal ricordo di te, potrai davvero amare.

Risoluzione: Quando ho smesso di vedermi nel tentativo di essere visto?





L'incanto dell'intreccio

Carta Luce

Con un'intenzione pura e una direzione chiara intreccio i fili del mio sogno, ad ogni giro sono consapevole di essere qui e ora, madre e co-creatrice della mia manifestazione. Le mani, estensioni del cuore, danzano con grazia legando sapientemente il visibile e l'invisibile, il conosciuto e il non conosciuto, la materia e il sogno. Nell'atto magico di intrecciare, unisco forze ed energie, creo alleanze, e fondo insieme forme e colori come in un dipinto vivo, riconoscendo nelle trame sottili, i fili dorati dei legami ancestrali, la conoscenza e la saggezza che mi sono state trasmesse dai miei antenati.

Messaggio: L'intreccio è un atto magico che richiede presenza, centratura e un chiaro intento da imprimere ad ogni giro del rituale. Ti rammenta che sei artefice e tessitore del tuo destino e sei sostenuto dalla forza e dalla protezione dei tuoi avi. Ti suggerisce di espandere la visione a partire dal cuore, di essere sveglio affinché la realtà manifesta sia lo specchio autentico della tua anima. Non restare in superficie, ma addentrarti fino alla radice per vedere ciò che non è accessibile all'occhio fisico.

Chiave evolutiva: Con un'intenzione pure e una direzione chiara, intreccio i fili del mio sogno.





L'equilibrio degli opposti

Carta consiglio

Il momento presente ti chiede di prendere contatto, accogliere e pacificare parti frammentate di te, riconoscendo ad esse nella bilancia della vita lo stesso peso e il medesimo valore, senza attribuire un giudizio di qualità, senza identificarti e privilegiare l'uno piuttosto che l'altro.

Se stai attraversando un processo di trasformazione, è necessario ritrovare il tuo centro e mescolare le risorse interiori, affinché il vecchio e il nuovo, l'ombra e la luce, il passato e il presente possano incontrarsi e riposizionarsi nella tua realtà. Da questo nuovo assetto potrà emergere una rinnovata e integra immagine di te, che non lascia nulla indietro, che non disconosce ciò che è stato, ma che ha maturato una vera conoscenza di sé e che percorre i suoi passi, mossa da una chiara visione.

Coltiva la calma e la pazienza, riacquista la tua forza, sii consapevole degli strumenti che hai a disposizione e delle tue doti. Usa la saggezza acquisita per unire e conciliare persone, situazioni ed idee. Questo adesso è il tuo potere.