CORAGGIO

AMORE

UMORISMO

UN VIAGGIO PROFONDO ATTRAVERSO
LA VITA LA PERDITA E LA RISCOPERTA DI SE'

IL SENTIERO

Fabiano Villa

Titolo | Coraggio Amore Umorismo. Il sentiero.
Autore | Fabiano Villa

© Tutti i diritti sono riservati all'Autore.
Questa opera è pubblicata direttamente dall'Autore
L'Autore detiene ogni diritto della stessa in maniera esclusiva.
Nessuna parte di questo libro può essere pertanto riprodotta senza il preventivo assenso dell'Autore.

ISBN: 979-12-210-8125-1

A Donatella, il mio déjà-vu.

A Sophia e Ayla, che illuminano la mia vita e mi ricordano, ogni giorno, la sacra essenza della presenza.

SOMMARIO

✦ NOTA AL LETTORE

✦ PREFAZIONE DELL’AUTORE

SANT’AGOSTINO

1. IL BLU PROFONDO

2. LA PIATTAFORMA

3. ISOLE AZZORRE

4. IL RICORDO

5. AZERBAIJAN

6. PORTO DI LAGOS

7. MOZAMBICO

8. IL PESO DEL TEMPO

9. L’ULTIMO VIAGGIO

10. RIFLESSIONI

11. LIBRI E PRATICHE

12. FELICITA’

13. L’INVITO

14. IL CAMMINO

15. AMORE

16. CORAGGIO

17. UMORISMO

18. ACCETTAZIONE

19. GRATITUDINE

20. L’ULTIMO PASSO

21. LA VIA ALL'UNO

22. LA PRATICA

✦ POSTFAZIONE

✦ GRAZIE

✦ CHI SONO

✦ DOVE L’ANIMA SORRIDE

INNO AL SILENZIO

✦ NOTA AL LETTORE

Non avevo intenzione di diventare uno scrittore.
Non avevo pianificato di guidare altri.
Ma il cammino ti cambia.
Ti rende umile, ti insegna, e a volte con delicatezza, ti chiede di condividere ciò che hai imparato.

✦ PREFAZIONE DELL'AUTORE

Non sono un maestro spirituale, né un esperto di vita. Sono un uomo. Un figlio. Un padre. Un compagno. Un viaggiatore. Un ricercatore.

Uno che ha sbagliato spesso e ha amato con intensità. Uno che ha avuto paura, che ha perso, che si è perso. E che, passo dopo passo, ha imparato a stare in piedi.

Questo libro non è una biografia. Non è una lezione, né una confessione.
È una raccolta di momenti. Di intuizioni, di risate, di dolore, di silenzi.

È il mio tentativo di raccontare ciò che ho vissuto quando ho smesso di fuggire e ho iniziato ad ascoltare.

Ho scritto queste pagine per ricordarmi chi sono, da dove vengo e forse, dove sto andando.
Ma soprattutto, per ricordarmi come voglio vivere.

Per anni ho cercato qualcosa, un senso, una risposta, un luogo in cui sentirmi intero.
Ho girato il mondo, attraversato oceani, scavato dentro me stesso a mani nude.
E ciò che ho trovato non è stato un traguardo, ma un sentiero.

Se sceglierai di camminare con me in queste pagine, sappi che non troverai verità assolute, né formule magiche, né soluzioni pronte.

Troverai esperienze vissute, emozioni nude, domande aperte, qualche risata, molte cadute.

Una sola certezza: che la vita è un miracolo imperfetto da abitare con tutto il cuore.

Questo libro è un invito.

A respirare. A rallentare. A sentire.
A ricordare chi sei, sotto tutti i ruoli, le ferite, i pensieri.
È un invito alla presenza, all'amore, al coraggio di essere umani.

Non servono mappe.
Non servono maestri.

Servono solo occhi aperti, piedi nudi e un cuore disposto a camminare.

Benvenuto.
Fabiano V.

SANT'AGOSTINO

La morte non è niente. Sono solamente passato dall'altra parte: è come fossi nascosto nella stanza accanto. Io sono sempre io e tu sei sempre tu. Quello che eravamo prima l'uno per l'altro lo siamo ancora. Chiamami con il nome che mi hai sempre dato, che ti è familiare; parlami nello stesso modo affettuoso che hai sempre usato. Non cambiare tono di voce, non assumere un'aria solenne o triste. Continua a ridere di quello che ci faceva ridere, di quelle piccole cose che tanto ci piacevano quando eravamo insieme. Prega, sorridi, pensami! Il mio nome sia sempre la parola familiare di prima: pronuncialo senza la minima traccia d'ombra o di tristezza. La nostra vita conserva tutto il significato che ha sempre avuto: è la stessa di prima, c'è una continuità che non si spezza. Perché dovrei essere fuori dai tuoi pensieri e dalla tua mente, solo perché sono fuori dalla tua vista? Non sono lontano, sono dall'altra parte, proprio dietro l'angolo. Rassicurati, va tutto bene. Ritroverai il mio cuore, ne ritroverai la tenerezza purificata. Asciuga le tue lacrime e non piangere, se mi ami: il tuo sorriso è la mia pace.

1. IL BLU PROFONDO

"La vita inizia dove finisce la paura."
Osho

Tutto comincia qui.
Nel blu profondo e silenzioso, dove il tempo si dissolve e il mondo si spegne. Un luogo che non perdona. Un luogo che accoglie. È da lì che vengo. O forse da lì mi ero perso, molto prima di capire che stavo cercando qualcosa.
Chi sono io? A ventitré anni ero già sommozzatore professionista. Un sogno nato da una pagina di un'enciclopedia di Jacques-Yves Cousteau quando avevo sette anni. Una visione selvaggia, impossibile, meravigliosa. Uomini negli abissi, collegati alla vita da cavi come cordoni ombelicali. Non c'è stato ritorno da quell'immagine. Era destino. O forse solo la prima, urgente fuga. Cercavo un posto dove tutto ciò che stava sopra potesse scomparire. E così

sono partito.

Prima tappa: Taiwan.
L'oceano lì era un'altra casa, sconfinata, implacabile. Il lavoro? Uno di quei mestieri che o ti forgiano o ti spezzano.
Assemblavamo un condotto per la depurazione delle acque nere della città di Taipei, tunnel d'acciaio sommersi. Il sistema falliva più spesso di quanto funzionasse. La prima volta che mi immersi, sentii tutto. Il silenzio denso. Il peso dell'acqua. Il mondo che svaniva in un'oscurità liquida. Faceva paura. Ed era bellissimo. Era libertà.

Poi c'era la notte. La città mi inghiottiva con le sue strade vive, piene di motorini e risate, odori sconosciuti, lingue incomprensibili, occhi scuri e volti nuovi. Vagavo senza radici, barcollavo tra bar pieni di fumo, birra che sapeva di ruggine, voci che non riuscivo ad afferrare. Ero lì, ma non c'ero. Alla deriva. Perso tra mondi. Cercavo di appartenere. Ma non appartenevo. Sono rimasto. Era il 1993. Quel numero ora suona antico, come

inciso su una lamiera arrugginita sul fondo dell'oceano. Allora il mondo era ancora reale. Niente schermi, niente notifiche. Solo il suono del respiro e l'odore dell'aria, diverso in ogni città. Lavoravo cinque mesi l'anno. Il resto del tempo lo sprecavo, come se il tempo fosse infinito. Da un posto all'altro, senza scopo, senza direzione.
Libero. E vuoto.

Una volta mi iscrissi a ingegneria. Durò poco. Il bisogno di andarmene era più forte. Volevo il mondo. Andarmene da casa, dalla famiglia, da quella sensazione soffocante di piccolezza. Così sono partito. E non sono mai tornato davvero.
Li ho rivisti, certo. Ma non sono più appartenuto a quel luogo. Stavo diventando un altro.

La casa dei miei genitori sembrava una capsula del tempo. Stesse sedie, stessi programmi in TV, stesse conversazioni che non portavano da nessuna parte. La tavola era sempre piena. Per loro era amore. Per me, solo rumore. Avrei dato qualsiasi cosa per un piatto semplice di pasta

aglio, olio e peperoncino, ma con un po' di pace, a tavola.

Più avanti, nella vita, ho cercato di dare quella pace alle mie figlie. Ho fallito. Come fallirono i miei genitori. Forse certe ferite scorrono nel sangue.

Ci è voluta una vita intera per capirlo: che la mia infanzia era scolpita lì, su quel tavolo. Tra un boccone e un'accusa.

Loro nemmeno se ne accorgevano.
Ma io sì.

2. LA PIATTAFORMA

"Segui fiducioso la direzione dei tuoi sogni. Vivi la vita che hai immaginato."

Henry David Thoreau

Perché proprio io?

Forse era questo il vero titolo di questo libro. Avevo ventotto anni, lavoravo offshore. Una piattaforma, nel mezzo del nulla, il genere di posto dove l'oceano si stende in tutte le direzioni e finisci per dimenticare che esiste qualcosa oltre l'acciaio e il sale.

Turni da dodici ore, poi dodici per riposare.
Era questo il ritmo.

Un pomeriggio, durante la pausa, decisi di fare un po' di esercizio.
C'era una piccola palestra all'aperto sulla piattaforma – una rarità, quasi un lusso.
Vidi un vogatore, uno di quelli che si trovano in

qualsiasi palestra decente, e mi ci sedetti.
Iniziai a remare. Piano all'inizio. Solo riscaldamento.
E poi accadde qualcosa.

Non so quanto tempo fosse passato quando guardai le mie braccia – ma non erano le mie.
O meglio, non ero io a guardarle.

Prova a spiegarlo a qualcuno. Prova a spiegarlo a te stesso. Non era un'allucinazione. Ero lì, pienamente presente. Ma non ero più dentro di me.
Ero qualcos'altro. Qualcun altro.
O forse qualcosa oltre il concetto stesso di "qualcuno". Guardavo le mie braccia muoversi, i muscoli tendersi e rilassarsi…e per la prima volta nella mia vita, ho provato una gioia diversa.

Non quella che viene da un drink, da una donna, o da un colpo di fortuna.
Ma gioia pura.

Come un bambino che cammina per la prima volta. Come guardare le proprie mani e pensare:

"Dio mio, ho delle mani. Che miracolo."

“Sorrisi”. Poi alzai lo sguardo al cielo.

Le stelle erano già lì, ad aspettare. E sentii gratitudine.

Un tipo di gratitudine che non avevo mai conosciuto prima. Mi riempì. Invase ogni angolo di me. E in quel momento ero solo gratitudine. Semplicemente perché esistevo.
Per quel corpo a cui non avevo mai davvero prestato attenzione. Per il semplice, assoluto fatto che ero vivo. Le lacrime mi scesero sul viso. E per la prima volta nella mia vita, ringraziai Dio.

Non so perché.
Non ero religioso.
Non lo ero mai stato.
Non avevo mai dato troppo peso a certe cose.

Eppure eccomi lì.
Seduto su un vogatore, nel mezzo dell’oceano, a piangere come un uomo che si è appena svegliato da un sonno lungo, lunghissimo.
Mi asciugai il viso, mi scossi di dosso quel momento, e me ne andai come se nulla fosse accaduto. Non feci domande. Non cercai risposte.