

10

GRATITUDINE

Sto scrivendo queste ultime righe sul volo che mi sta portando dalla Thailandia al Vietnam, dove passerò un po' di tempo, senza nessuno scopo particolare, se non quello di esplorare un posto sconosciuto, e conoscere parti di me ancora sconosciute.

Mi sono preso questo spazio finale per poter esprimere gratitudine a questo viaggio meraviglioso che ha dato la luce al mio primo libro sul movimento che per me ha un enorme significato.

Prendermi del tempo per fissare su un foglio di carta i miei pensieri, riflettere e dare uno sguardo dall'alto a ciò che è stato e quello che deve venire è qualcosa che faccio ogni primo del mese. Mi aiuta ad imparare dai miei errori ed accettare le contraddizioni e le paure ancora presenti in me.

È una pratica che trovo estremamente utile per continuare a scegliere la mia vita e non farmi scegliere dagli eventi esterni imparando ad apprezzare ciò che sono.

Questa volta il primo del mese stavo ancora scrivendo questo libro, che è stato un viaggio parecchio introspettivo così ho rimandato le mie riflessioni ad ora, qualche giorno dopo.

Voglio condividere con te solo alcune righe, quelle relative al libro, visto che sei arrivato qui in fondo.

Sembra passato un giorno da quando sono partito per scrivere. Forse quel giorno non è mai finito.

Fatto sta che viaggiare, ancora una volta, mi ha obbligato ad ascoltarmi e abbandonarmi al flusso della vita. Ho messo a tacere i pensieri e ho portato a galla la mia essenza, il mio sorriso, la spontaneità, la gentilezza e il coraggio di essere me stesso, che ogni tanto mi capita di perdere nella vita di tutti i giorni.

Ho scritto il libro di getto in un paio di settimane di focus totale. Era già tutto dentro di me da parecchio tempo, ho solo dovuto mettere le mani sulla tastiera al pc e lasciarle fluire.

Sono grato che la mia mente sia rimasta calma, che il mio corpo mi abbia mandato i suoi segnali per dirmi quando avevo scritto abbastanza ed era ora di muovermi e che le mie abitudini abbiano fatto il loro dovere di supportarmi.

Questo libro è stata un'occasione unica per guardarmi dentro e perdonarmi per tutte le volte che mi sono auto sabotato in passato. Sono grato che tu mi abbia dato fiducia, per me non è scontato.

Sono grato di aver un team incredibile che ha fatto sì che la scuola Moveinside potesse procedere anche senza di me queste settimane, in modo che potessi concentrarmi totalmente a scrivere dando il massimo a queste pagine.

In primis Nicolò per aver sempre creduto nelle mie idee senza farmi mai una domanda. Giancarlo e mio fratello Lorenzo per essere in trincea tutti giorni a fare capire il potere del movimento, Luca, Fabio e Tommy per portare incredibile valore ogni giorno ai nostri studenti, Jacopo per la pazienza nell'ascoltarmi mentre mi mangio le parole davanti alla telecamera, e alle nuove entrate Serena e Valentina per aver

portato la vostra potente energia femminile in questo team di pazzi e infine grazie a Silla, il nostro editor, per essere stato al mio fianco durante tutta la stesura del libro.

Siete grandi.

Sono grato di aver dato il massimo e poterti affermare che questo è il meglio di me oggi.

Sono grato ai miei genitori che per quanto possano essere diversi da me hanno capito presto che era inutile tenermi in fila indiana e hanno sempre appoggiato le mie scelte alternative lasciandomi libero di trovare la mia strada, che è la cosa più grande che possa fare un genitore.

Sono grato ai miei amici, quelli che puoi chiamare quando combini una cazzata, quelli che ti vengono a prendere in aeroporto, quelli da cui ti sembra di non esserti mai diviso anche dopo mesi senza vedersi.

Sono grato a tutte le persone che ho incontrato lungo il mio cammino per ciò che mi hanno insegnato. Penso che tutti noi siamo insegnanti. Ci dividiamo solo in due categorie: quelli che lo fanno di lavoro e quelli che lo fanno senza un compenso e senza rendersene conto.

Ogni persona che ho conosciuto mi ha insegnato qualcosa con un suo modo di fare, una qualità o mostrandomi una sua debolezza.

Sono grato a tutti gli ostacoli, incidenti, operazioni e difficoltà che ho incrociato fin qui per avermi reso chi sono oggi, ovvero la versione più vera di me che è solo un punto di passaggio verso qualcosa di sempre più profondo. Perché non c'è niente che si impara prima di averla provato no?

Sono grato alla vita.

Al prossimo viaggio assieme,

Ale