



GABRIELE CAMPAGNA

IO.  
HO ANCORA UN PO' DI VITA



GABRIELE CAMPAGNA

**IO.**

**HO ANCORA UN PO' DI VITA**



*NeP edizioni*

Questo materiale è protetto dalle leggi internazionali sul diritto d'autore. È vietata ogni riproduzione, copia o trasmissione digitale o cartacea anche parziale di questo materiale senza il permesso scritto dell'autore.

In copertina: *Amico dell'ordine*, René Magritte, 1964.

Copyright © MMXXI  
«NeP edizioni Srls» di Roma (RM)  
[www.nepedizioni.com](http://www.nepedizioni.com)  
[info@nepedizioni.com](mailto:info@nepedizioni.com)  
Via dei Monti Tiburtini 590  
00157 Roma (RM)  
P. iva 13248681002  
Codice fiscale 13248681002  
Numero REA 1432587  
ISBN 978-88-5500-187-8

I diritti di traduzione, di memorizzazione elettronica, di riproduzione e di adattamento anche parziale, con qualsiasi mezzo, sono riservati per tutti i Paesi.

Non sono assolutamente consentite le fotocopie senza il permesso scritto dell'Editore.

I edizione: novembre 2021

*A chi non si arrende  
e continua a cercare la sua felicità*



Sei così. Ti lasci toccare solo da chi  
ha l'anima più in fiamme della tua.  
Gli permetti anche di toccarti il cuore.

Gli permetti tutto.

- *Charles Bukowski* -



## PROLOGO

A volte credo di cullarmi in queste acque limpide che trovo nel fondo di me stesso, ed è come mettere a fuoco anima e corpo. Tutto appare chiaro, fluido, senza inizio né fine, come essere in un Tempo senza Tempo, e sono nel mio attimo di Eternità.

Ma mi sembra di riuscirci solo quando vivo il mio amore per lei, che ormai sta nel suo mondo dove io non posso entrare, come Essenza d'Amore, come Vento d'Eternità nel quale sono unito a lei nello Spirito.

Così, all'improvviso, in un giorno qualunque, ebbi la sensazione che tutto il lavoro di anni di psicoanalisi forse, non era servito a niente.

Lei era ripiombata addosso a me con tutta la sua forza, la sentivo ancora così fortemente padrona della mia anima, e ne rimasi profondamente spaventato.

Ed inconsciamente cominciai a scrivere poesie, come a particolareggiare più in profondità la mia giovanissima, eppure, struggente storia con lei per continuare l'estremo lavoro di liberazione dalla simbiosi del mio personaggio con questa donna.

Ma la vita può migliorare, davvero.

Quello che cerchiamo spesso e volentieri è il cammino verso di noi, bisogna avere fiducia del processo e nei propri mezzi. Se puoi immaginarlo, esiste.

È bene dare una spiegazione al proprio dolore, è necessario accoglierlo, ma romanticizzare oltremodo la propria depressione è una cosa che piano piano sta uscendo dalla mia routine, e sarà ben visibile nell'ultima parte di questo libro.

E pensare che Tempo fa pativo le pene dell'inferno.



Sono andato vicino a buttare la spugna tante, troppe volte fino a farmi davvero male, e se non avessi avuto speranza, non sarei qua a raccontarvelo.

Il Vuoto non è più l'unica costante nella mia vita.

Se penso a come stavo prima, mi viene da piangere, ma di gioia, perché sono consapevole degli innumerevoli passi avanti che sto facendo, soprattutto partendo dal Nulla più nero. Il mio libro, il mio pensiero, ad oggi, va a chi ha dato tanto e in cambio ha ricevuto solo dolore.

A chi ha un mondo da esprimere ma non trova dei mezzi per farlo.

A chi lotta ogni giorno contro situazioni più grandi di lui e alle volte sente di non farcela.

A chi ha sperimentato sulla propria pelle la depressione, la solitudine, l'inadeguatezza.

A chi ha enormi potenzialità che vengono stroncate dalla mancata meritocrazia e dal senso di inferiorità. A chi sa ancora arrossire, a chi non si vergogna di avere un cuore che ancora riesce a battere. A chi sa ancora emozionarsi nonostante il freddo vissuto negli anni. Alla gente meno fortunata che combatte per ottenere la minima soddisfazione.

A chi si trascina perché si sente un peso.

A chi ha paura di rivelare davvero come si sente per paura di non essere abbastanza.

Il mio pensiero va ai traditi, ai disillusi, agli addolorati, a chi sta ad un passo dal gettare la spugna.

Non sei solo.

Scrivi di getto, tutto ciò che pensi, come ho fatto io.

Ti aiuterà. Datti un'altra opportunità.

Ti chiedo solamente di non buttarti via, e di avere fede; andrà bene, te lo assicuro. Certo, mentirei se dicessi che andrà sempre tutto come si spera a prescindere.

Crogiolarsi nella propria condizione negativa senza attivarsi ci fa entrare in un circolo vizioso dal quale è difficilissimo uscire. Ogni cosa necessita di impegno, che sia un'amicizia, una relazione, una passione o il lavoro.

“Ciò che semini raccogli”, quante volte te l'hanno ripetuto? È un detto inflazionato ma iperrealistico.

Nessuno ti deve niente, e tu non devi niente a nessuno.

Fare le cose in modo incondizionato è lodevole ma poco redditizio, finché sei l'unico a farlo.

Pretendere riconoscenza da una parte è un atto egoistico, dall'altra necessario per essere, appunto, riconosciuti.

Se una persona mette il tuo benessere davanti ai suoi interessi, va tenuta stretta.

L'aspettativa è umana, specie in un mondo basato sul dare e sul ricevere.

Laddove il “dare” e basta è un martirio, e dove il “ricevere” e basta è da megalomani, è importante scindere questi due versanti, apparentemente complementari.

Siamo responsabili delle nostre azioni, non delle reazioni altrui, è un mantra che dobbiamo stamparci in testa.

È importante essere capaci sia di impuntarsi che di lasciare scorrere, quando necessario.

Ognuno cerca le sue conferme e le sue sicurezze, specie in un mondo così mutevole.

Sta a te scegliere se essere un punto saldo, o se essere di passaggio nella vita altrui.

Se manca la Volontà, non si va lontani.

Osserviamo lo stesso cielo, ma con occhi diversi. Se ti indico le stelle guarda quelle, la differenza fra sabbia e polvere dorata sta solo nel nostro modo di vedere le cose.

Ad oggi ringrazio infinitamente chi mi ha messo di fronte ai miei limiti, solo così ora ho la forza di superarli. Ringrazio

infinitamente chi mi sta e mi è stato vicino, e mi ha offerto un'alternativa.

Fino a un anno fa era tutto marcio, nero, senza prospettiva. In così poco Tempo, è cambiato tutto, e alle volte fatico a rimanere al passo del me di ora.

In un anno ho vissuto più che una vita intera forse, fra altissimi e bassissimi posso affermare di non essere più un pezzo di carne deambulante.

Il mio cuore mi ha portato qua, alimentato dalla mia forza di Volontà: ne basta un pizzico, e tutto cambia. Dopo l'ennesimo tuffo nel passato, saluto e ringrazio il me di prima, che si è dato fiducia e in così poco sta riuscendo a cambiare molte cose.

E ringrazio te, che hai visto oltre in me, accogliendo le mie paure e insegnandomi a combatterle.

Da oggi inizia un nuovo capitolo della mia vita.

Sono felice di essere vivo, davvero, più che mai.

Sono una persona estremamente fortunata.

Ho ancora tantissimo da imparare, ma dopo l'ennesima volta che stavo per mandare tutto a puttane in nome del Vuoto, posso finalmente dire che questo vuoto sta iniziando a scomparire, già da un bel po'.

Ringrazio, chi ha deciso di accompagnarmi, anche se per un breve percorso; avete avuto coraggio anche solo a provare a starmi a fianco.

Ringrazio te, che so stai leggendo tutto questo, mi hai cambiato la vita di botto, come un fulmine a ciel sereno, credevi di farmi del male, eppure...

I tempi delle mele sono finiti ragazzi: è ora di crescere, è ora di dire:

“Io” Ho ancora un po' di vita!

## ALL'INIZIO

*Colpo di fulmine*

*Le strade della vita andavamo percorrendo.*

*Soli, camminavamo nella notte.*

*Due anime smarrite, intrise di amarezza, del male d'esistenza.*

*La notte,  
che avvolgeva i nostri sentimenti,  
c'incatenò gli sguardi  
nel fuoco dell'amore.*

## RESPIRAR L'AMORE

*Ed è un comunicar di cuori e menti.*

*Tu leggi i miei pensieri e i miei tormenti;*

*anch'io assorbo di te ogni emozione,  
guardandoci negli occhi  
tra i silenzi.*

## BALLIAMO INSIEME

*Balliamo insieme  
un valzer lento  
prima che il Tempo  
impolveri d'antico  
il nostro Tempo  
e accucci,  
inappagati,  
i nostri sogni.*

*Balliamo insieme  
lieve cadenza  
che a tenerezza  
ancor ci unisca,  
valzer dei fiori  
d'un'illusione  
di Primavera.*

## FAI ANCORA MALE

*Anche se con estrema,  
macabra,  
fredda violenza,  
ti ho amputato dal mio corpo  
perchè la parte malata non m'invadesse ormai più,  
fai ancora male.*

*Fa male,  
questo arto fantasma cresciuto nel cervello  
e sento solo il dolore dell'assenza  
dello spazio immenso vuoto occupato da te.*