

A black and white portrait of a man with a full beard and short hair, looking directly at the camera. He is wearing a dark shirt and a necklace with a large key pendant.

IL BODYBUILDER PIÙ SEGUITO D'ITALIA

ANDREA
PRESTI
DIVENTA CIÒ CHE SEI

COME RAGGIUNGERE I PROPRI OBIETTIVI
SCEGLIENDO DI FARE CIÒ
CHE CI RENDE FELICI

BUR
Rizzoli

BUR
Rizzoli

**ANDREA
PRESTI
DIVENTA CIÒ CHE SEI**

**COME RAGGIUNGERE I PROPRI OBIETTIVI
SCEGLIENDO DI FARE CIÒ
CHE CI RENDE FELICI**

Pubblicato per



da Mondadori Libri S.p.A.
Proprietà letteraria riservata
© 2024 Mondadori Libri S.p.A., Milano

Realizzazione editoriale: studio pym


ISBN 978-88-17-18498-4


Prima edizione BUR Varia: ottobre 2024

Seguici su:

www.rizzolilibri.it

 [/RizzoliLibri](https://www.facebook.com/RizzoliLibri)

 [@rizzolilibri](https://twitter.com/rizzolilibri)

 [@rizzolilibri](https://www.instagram.com/rizzolilibri)

DIVENTA CIÒ CHE SEI

*A Mauro,
che ha creduto in me prima di chiunque altro,
mi ha accompagnato in ogni passo
e mi ha portato a quello che per entrambi
sembrava solo un sogno.*

Ci sono diversi passaggi che contraddistinguono l'accettazione, o per meglio dire la metabolizzazione, di un lutto. Queste fasi dipendono strettamente dal tipo di rapporto che avevamo con la persona che ora non c'è più e forse sul "come" abbiamo vissuto insieme a lei o a lui gli ultimi periodi della sua vita.

Nel caso della morte di mio padre questo processo è durato ventun'anni e non so ancora se sia definitivamente concluso. Il nostro era un rapporto simbiotico, lo ammiravo all'estremo e contemporaneamente ero saturo della sua presenza. Per questo, la prima sensazione che provai appena morì fu quella di una profonda liberazione.

Dio solo sa quanto mi sentivo in colpa, ma non potevo farci nulla. Era semplicemente la verità, e a quella non ti puoi sottrarre.

Con il passare dei primi anni venni a scoprire diverse vicende e particolari sulla sua vita che avvalorarono quella che prima era solo una sensazione di oppressione, ma che poi divenne vera e propria insofferenza. Quando pensavo a lui non mi veniva nient'altro in mente che tutte le imposizioni, i silenzi, i "musi lunghi" completamente immotivati.