

[www.booktribu.com](http://www.booktribu.com)



Paola Del Vecchio

# ANIME IN VIAGGIO

## Racconti intorno al fuoco



*Proprietà letteraria riservata  
© 2024 BookTribu Srl*

ISBN 979-12-5661-068-6

Curatore: Elisa Guidelli - Eliselle

*Prima edizione: 2024*

Questo libro è opera di fantasia.  
I personaggi e i luoghi citati sono invenzioni dell'autore e hanno lo scopo di  
conferire veridicità alla narrazione.

Qualsiasi analogia con fatti, luoghi e persone, vive o scomparse,  
è assolutamente casuale.

BookTribu Srl  
Via Guelfa 5, 40138 – Bologna  
P.Iva: 04078321207  
contatti: [amministrazione@booktribu.com](mailto:amministrazione@booktribu.com)

## PREFAZIONE

La storia di Padmaja è una tessitura di esperienze e viaggi interiori e fisici che attraversano paesi, momenti e dimensioni profonde dell'anima. A settant'anni, Padmaja si scopre chiamata a radunare attorno a un fuoco, simbolo di calore e condivisione, un gruppo eterogeneo di dodici persone – giovani, adulti, anziani – ciascuno con un bagaglio di vita, desideri e inquietudini diverse. In questo spazio accogliente, immerso nella natura e nella sua casa sulle colline toscane, Padmaja offre il dono dei suoi racconti, in cui ogni lettore è invitato a riconoscere una parte di sé.

Le storie sono frammenti di un cammino che intreccia la vita personale della protagonista con quella universale, e riflettono un viaggio spirituale che conduce il lettore nel cuore delle grandi domande esistenziali. Le tappe fondamentali sono impronte lasciate su una mappa che guida il lettore verso la guarigione di radici perdute e il risveglio di un senso di appartenenza più ampio.

Incontrando il lettore in una dimensione intima, Padmaja condivide gli insegnamenti ricevuti da figure ispiratrici, e svela il ponte tra pratiche spirituali millenarie e una nuova consapevolezza. In questi racconti, il respiro della natura e il ciclo della vita diventano specchi dell'anima, e ogni esperienza si fa guida per riscoprire la connessione con sé stessi e con il mondo.

Questa raccolta è molto più di un semplice “libro di viaggio”: è un “diario dell'anima”, una mappa interiore per coloro che sono pronti a farsi ispirare. Attraverso la voce e le storie di Padmaja, emerge un messaggio di speranza e di rinnovamento per tutti coloro che sono alla ricerca di una direzione o di un senso più profondo.

Che le parole di Padmaja possano illuminare il sentiero di ogni lettore, offrendo non solo la visione di un mondo lontano ma anche un invito a esplorare il vasto universo che ognuno porta dentro di sé.

*Eliselle*



*A te che dimori nel mio cuore  
Sussurri melodie ammalianti  
Guidi i miei piedi e le mie mani*



## Personaggi attorno al Fuoco

Padmaja è una donna piccola di statura, magra, con i capelli bianchi e lunghi, spesso raccolti o intrecciati. Cammina sempre scalza, il suo passo è lieve e silenzioso, gli occhi piccoli hanno un taglio orientale. Il tempo vi ha disegnato tutt'attorno qualche solco, che diventa più profondo quando sorride. Le mani magre prendono con decisione il manico del bollitore e lo riempiono d'acqua per la tisana.

Padmaja torna a inginocchiarsi davanti al camino, finisce di disporre i pezzi di legno stagionato sui fogli di carta con un ordine tutto suo, asimmetrico, scombinato... ma il fuoco si accende e prende subito vigore, senza bisogno di soffiare o sventolare.

Si gira, con i suoi movimenti lenti ma consapevoli. Sono i movimenti attenti di un monaco zen. Si gira verso i ragazzi, li guarda negli occhi uno per uno, sorride con calma a ognuno di loro. Infine si siede sul suo cuscino bianco appoggiato a terra, con l'albero della vita disegnato in oro. Incrocia le gambe nella posizione del fiore di loto completa, come gli Yogi. Fin da piccola, si è sempre seduta così, a volte camminava con la schiena eretta sulle ginocchia, mantenendo i piedi incrociati, in un modo che sembrava mostrare più un handicap che una capacità.

Ora che è a terra, davanti a loro, li chiama "i ragazzi", anche se ci sono anche ragazze, uomini e donne, una signora con i capelli bianchi, un bambino. Ma per Padmaja sono i suoi ragazzi, che vengono ogni settimana ad ascoltare i suoi racconti. In cambio le portano dei cesti di frutta e di verdura, del riso (che lei ama tanto!) e dei biscotti.

Nel silenzio sospeso, tra il crepitare del fuoco e i bagliori delle fiamme del camino, Padmaja guarda profondamente dentro gli occhi il primo del cerchio, alla sua sinistra. Sono tutti seduti per terra, tranne la signora, che non riesce ad abituarsi alla posizione troppo scomoda per lei.

Lui è Riccardo, un ragazzo alto quasi due metri, con le spalle larghe e un sorriso disarmante. Ha un lavoro impegnativo che lo

occupa tanto, ma riesce sempre a ritagliarsi quelle serate per ascoltare i racconti. È arrivato un giorno chiedendo a Padmaja se poteva insegnargli a meditare. Come era solita fare, Padmaja gli aveva spiegato che “la meditazione non si impara, si fa”. E così erano rimasti cinque giorni in ritiro spirituale, lui che non si era ancora mai avvicinato né alla meditazione né alla spiritualità, e lei che aveva preso molto a cuore questo ragazzo. Riccardo aveva trascorso una infanzia molto difficile, ma non si era mai sentito vittima, piuttosto un guerriero di luce. Dopo quel ritiro, Riccardo era visibilmente più sereno, e così era cominciato un cammino che lo avrebbe portato molto, molto lontano.

## Capitolo 1 – Il Richiamo dell’Oceano

È una sera di inizio estate, l’aria tiepida accarezza dolcemente i volti dei ragazzi e delle ragazze seduti in cerchio attorno al fuoco. Le fiamme danzano leggere, crepitando nel silenzio della notte, mentre Padmaja, con lo sguardo sereno e profondo, prende il suo posto al centro del falò.

Ogni giovedì, come una tradizione ormai consolidata, questo piccolo gruppo si riunisce per ascoltare le storie di Padmaja. Lei, nata a Firenze nel 1963, ha attraversato il mondo alla ricerca di sé stessa e di verità universali. E anche questa sera, come tante altre volte è accaduto, è pronta a condividere un pezzo del suo viaggio. «Questa sera» comincia con voce calma, «voglio raccontarvi del mio viaggio a Maceió, in Brasile.»

Gli occhi dei giovani sono tutti puntati su di lei. Alcuni sono curiosi, altri persi nei propri pensieri, ma tutti cercano qualcosa: risposte, ispirazione, un motivo per guardare al futuro con fiducia. «Quando ho deciso di andare a Maceió» continua Padmaja, «non sapevo esattamente cosa stavo cercando. Sapevo solo che sentivo un richiamo, come se il vento caldo e l’oceano mi stessero aspettando.»

Il Brasile, con la sua natura rigogliosa e le sue contraddizioni, l’aveva sempre affascinata. Giunta a Maceió, una città adagiata sull’Atlantico, Padmaja si trovò immersa in un mondo di contrasti: da un lato, spiagge bianche infinite; dall’altro, quartieri poveri e affollati. Ma ciò che più la colpì fu la profonda serenità che percepì lungo la costa. C’era qualcosa di ancestrale, un’energia palpabile che sembrava parlare diretta all’anima.

«Ogni mattina» racconta, «mi alzavo presto per camminare lungo la spiaggia, prima che la città si svegliasse del tutto. Il mare era calmo, la sabbia fresca sotto i piedi, e ogni onda che si infrangeva sulla riva sembrava parlarmi. Era come se l’oceano mi invitasse a lasciar andare, a liberarmi di tutto ciò che ormai non serviva più nella mia vita.»

Padmaja sorride, osservando i volti assorti dei giovani intorno a lei. «La filosofia indo-vedica ci insegna che la vita è un continuo ciclo di creazione e distruzione. Così come le onde arrivano e si ritirano, anche noi dobbiamo imparare a lasciare andare ciò che ci appesantisce, per fare spazio al nuovo.»

Una ragazza con i capelli lunghi e scuri, seduta vicino al fuoco, alza timida la mano.

«Ma come facciamo a capire cosa dobbiamo lasciare andare?» chiede, con una voce appena udibile.

Padmaja le sorride con comprensione.

«È una domanda importante» risponde. «Non esiste una risposta unica. Ognuno di noi ha il proprio percorso, e ciò che dobbiamo lasciare andare cambia con le fasi della nostra vita. La chiave è imparare ad ascoltare noi stessi, a osservare e cogliere i segnali che la vita ci offre.»

Torna con la mente a quei giorni a Maceió, quando sedeva sulla riva dell'oceano, osservando il sole sorgere all'orizzonte.

«Durante quel viaggio» prosegue, «mi resi conto di quante cose stavo trattenendo: paure, aspettative, vecchie convinzioni su chi avrei dovuto essere. Ma l'oceano mi insegnò una lezione importante: tutto ciò a cui resistiamo si trasforma in sofferenza. Solo accettando il flusso della vita possiamo trovare pace.»

Un ragazzo, che fino a quel momento aveva ascoltato in silenzio, si inclina in avanti.

«E come hai fatto a lasciarle andare? È così difficile non aggrapparsi alle cose, alle persone, a ciò che conosciamo.»

Padmaja lo guarda con un sorriso gentile.

«Non è stato facile» ammette, «ma ho imparato che il primo passo è la consapevolezza. Una volta che ci rendiamo conto di ciò che ci appesantisce, dobbiamo avere il coraggio di affrontarlo. Camminare lungo la spiaggia, respirare l'aria salmastra, meditare con il suono delle onde... erano tutte pratiche che mi aiutavano a sentirmi più connessa con me stessa e con il momento presente.»

Padmaja osserva il fuoco che arde con vigore, come se riflettesse l'energia della serata.

«A Maceiò ho incontrato un pescatore, un uomo semplice, ma con una saggezza profonda. Ogni mattina, lo vedeva andare e venire con la sua piccola barca, sempre tranquillo, sempre in pace. Un giorno gli chiesi quale fosse il suo segreto, e lui mi rispose: *Il mare ti dà ciò di cui hai bisogno. Ma solo quando smetti di cercare troppo. Devi lasciare che sia il mare a decidere*»

Le parole del pescatore rimasero con Padmaja per molto tempo.

«Era un concetto semplice» dice ai giovani intorno al fuoco, «eppure così potente. Mi resi conto che trascorriamo così tanto tempo cercando di controllare tutto, di definire ogni aspetto della nostra vita, che dimentichiamo di fidarci del processo, di lasciare che la vita ci conduca dove dobbiamo andare.»

Il gruppo rimane in silenzio per un momento, riflettendo sulle parole di Padmaja. Poi lei si appoggia indietro, guardando le stelle sopra di loro.

«Alla fine, lasciai Maceiò con un cuore più leggero e una nuova consapevolezza. Non possiamo sempre sapere dove ci condurrà la vita, ma possiamo fidarci che ogni passo è parte del nostro percorso. Il mio viaggio non finì lì, naturalmente, ma fu un punto di svolta.»

Le fiamme del fuoco si abbassano appena, ma la luce che emanano continua a riscaldare i volti dei giovani, che rimangono seduti in cerchio, assorbendo ogni parola. Padmaja sa che ciò che cerca di trasmettere loro non è solo una storia di viaggio, ma un insegnamento: la vita, proprio come l'oceano, è imprevedibile, e solo accettandone il flusso possiamo trovare la nostra pace interiore.



## **Ringraziamenti**

Ringrazio mio padre e mia madre, per la vita e per i grandi insegnamenti che mi hanno dato.

Ringrazio i miei Maestri e insegnanti.

Ringrazio Sara che mi ha sopportato e supportato (anche col cibo!) negli ultimi giorni prima della pubblicazione.

Ringrazio Andrea, tu sai perché.

Ringrazio chi mi vorrà leggere, e mi manderà un feedback via mail a [paoladelvecchio1@virgilio.it](mailto:paoladelvecchio1@virgilio.it)

Ringrazio anche chi mi leggerà e basta.

Ringrazio me stessa, perché alla fine... è dura, ma ce la si fa!

*Paola Del Vecchio*

## AUTORE

Paola Del Vecchio è nata a Firenze nel 1963. Dal 2015 vive e lavora al Borgo Shanti, che adesso si trova a Rovereto sulla secchia, in provincia di Modena. Costellatrice Familiare certificata dalla Hellinger®schule e Operatrice Olistica specializzata in Tecniche energetiche, Sound Healing, Meditazione e Mantra, dal 2012 conduce regolarmente incontri di Costellazioni in gruppo e sessioni individuali.

Il suo percorso di crescita personale e spirituale è iniziato da bambina, quando cercando le risposte alle mille domande che sentiva nel cuore, leggeva libri e chiedeva agli esperti che incontrava. Nel 1984 è nato suo figlio, l'evento più grande e importante di tutta la sua vita. All'inizio degli anni '90 ha iniziato la formazione presso seminari, corsi, Costellazioni familiari, attivazioni Reiki, Pranoterapia, Yoga e viaggi, tanti viaggi. Ha sempre avuto, fin da piccola, il talento della percezione e dell'intuizione, che sono aumentati nel tempo.

Ha incontrato le Costellazioni nel 2000, ha frequentato diverse formazioni. Certificata Hellinger®Schule dove ha lavorato con Bert Hellinger e Marie Sophie, ha conosciuto Christina Niederkofler, ha ricevuto insegnamenti dai docenti della Hellinger Schule, Maria Grazia Tizzi, Gerard Wallper, Joel Weser, Wolfgang Deußer.

Ha collaborato dal 2018 con Maria Grazia Tizzi nella realizzazione del sogno comune, di fondare la scuola di formazione per Costellatori con la vera essenza dell'insegnamento di Bert Hellinger. La scuola Norma Ghidoni, trasformata dal gennaio 2022 in “Libellula Costellatori Academy”, si avvale della professionalità di 5 docenti, tutte altamente qualificate, nel rispetto delle linee guida della associazione “NOICostellatori”.



BookTribu è la Casa Editrice online di nuova concezione che pubblica Opere di Autori emergenti sia in formato cartaceo sia in e-book. Vende le pubblicazioni attraverso il proprio e-commerce, i principali store online e nelle librerie tradizionali con copertura nazionale.

BookTribu è una Community di persone, Autori, Illustratori, Editor e Lettori che condividono la passione, il desiderio di diventare professionisti di successo nel mondo della scrittura, o amano leggere cose belle e contribuire a fare emergere nuovi talenti.

Pensiamo che il successo di un'opera letteraria sia il risultato di un lavoro di squadra che vede impegnati un'idea e la capacità di trasformarla in una storia, un attento lavoro di revisione della scrittura, la capacità di trasmettere un messaggio con l'immagine di copertina, un lettore che trae godimento dal libro tanto da dedicargli il proprio tempo libero e una Casa Editrice che coordina, pubblica, comunica e distribuisce.

In BookTribu trovate tutto questo: il luogo dove esprimere la vostra passione e realizzare ciò in cui credete.

Live Your Belief!

[www.booktribu.com](http://www.booktribu.com)

Finito di stampare nel mese di dicembre 2024 da Rotomail Italia S.p.A.