

L'interno si dirige verso l'esterno

L'autore e la casa editrice dichiarano espressamente che non è intenzione di questa opera diffamare, offendere, denigrare o rappresentare negativamente individui, gruppi, aziende, professioni, religioni, culture o altre entità, siano esse citate o riconoscibili. Ogni riferimento a luoghi di lavoro, ruoli professionali o situazioni lavorative è stato consapevolmente distorto e reinterpretato per scopi esclusivamente narrativi. L'autore e la casa editrice declinano ogni responsabilità per interpretazioni errate, illazioni infondate, controversie legali o danni diretti o indiretti derivanti dalla lettura di questa opera. Qualora eventi, luoghi o personaggi possano superficialmente apparire riconducibili a persone, aziende o situazioni reali, si ribadisce che si tratta esclusivamente di una coincidenza fortuita o di una scelta narrativa deliberata, adottata unicamente a scopo creativo e senza alcuna intenzione di arrecare danno o offesa.

Ivano Bonini

**L'INTERNO SI DIRIGE
VERSO L'ESTERNO**

Racconto

BOOK
SPRINT
E D I Z I O N I

www.booksprintedizioni.it

Copyright © 2026

Ivano Bonini

Tutti i diritti riservati

A mia Moglie e alle mie Figlie.

Prefazione

Ci sono libri che arrivano in redazione come oggetti editoriali, e libri che arrivano come esperienze. Questo appartiene senza dubbio alla seconda categoria. Quando ho letto per la prima volta queste pagine, non ho avuto la sensazione di trovarmi davanti a un testo da valutare, ma a una voce da ascoltare. Una voce che non chiedeva approvazione, né interpretazione, ma presenza.

Viviamo in un tempo che spinge costantemente verso l'esterno: verso il fare, il dimostrare, il migliorare. In questo movimento continuo, il rischio più grande è perdere il contatto con ciò che siamo davvero. Questo libro nasce, e si muove, nella direzione opposta. Non per negare il mondo, ma per restituire centralità a ciò che spesso viene

ignorato: il corpo, la fragilità, il silenzio, la verità non detta.

Ciò che mi ha colpito profondamente è l'assenza di volontà dimostrativa. L'autore non cerca di insegnare, non vuole convincere, non propone un metodo. Si limita, con grande rigore e rispetto, a lasciare spazio a un movimento che appartiene a ogni essere umano: il movimento dell'interno verso l'esterno. In questo senso, il libro non si pone come un manuale, ma come una soglia. Una soglia che ciascun lettore attraverserà a modo proprio.

Dal punto di vista editoriale, questa è una scelta coraggiosa. Pubblicare un libro che non promette soluzioni, che non semplifica la complessità dell'esperienza umana e che non offre risposte preconfezionate significa avere fiducia nell'intelligenza e nella sensibilità dei lettori. Significa credere che esista ancora uno spazio per testi che non consumano, ma accompagnano.

Il tema della malattia, così centrale in queste pagine, viene trattato con una delicatezza rara. Non c'è romanticizzazione del dolore, ma nemmeno condanna. La malattia appare come una frattura necessaria,

un'interruzione che costringe a fermarsi e, proprio per questo, può aprire a una verità più profonda. È una visione che non sostituisce la medicina né la nega, ma la affianca con uno sguardo umano, integrale, capace di restituire senso all'esperienza.

Come editore, sento che questo libro parla a un tempo di grande fragilità collettiva. Molti lettori arrivano a queste pagine stanchi, disorientati, spesso dopo aver lottato a lungo contro qualcosa che non riescono a nominare. Qui non troveranno istruzioni, ma forse troveranno un luogo. Un luogo in cui smettere di opporsi, anche solo per un momento.

Credo che il valore più autentico di quest'opera stia nella sua onestà. Nulla è forzato, nulla è costruito per ottenere un effetto. Ogni parola sembra posata dopo essere stata ascoltata. Questo rende il testo profondamente umano, e proprio per questo capace di toccare corde universali.

Ho scelto di accompagnare questo libro perché credo che abbia il potenziale di diventare un compagno silenzioso per molti. Non un libro da divorare, ma da attraversare lentamente. Un libro che non chiede di

essere capito, ma abitato. Un libro che non appartiene a chi lo ha scritto, né a chi lo pubblica, ma a chi lo riconosce come parte del proprio cammino.

In un mercato che corre, questo libro si ferma. E in quel fermarsi, offre qualcosa di prezioso: la possibilità di tornare a sé.

Vito Pacelli

Introduzione

Ogni essere umano porta dentro di sé un movimento che non può essere fermato. Un movimento silenzioso, antico e inevitabile: ciò che è interno cerca sempre una via verso l'esterno. Non per volontà, non per scelta, ma per natura.

La vita non sopporta ciò che resta nascosto troppo a lungo. Ciò che è compresso chiede spazio. Ciò che è disordinato cerca ordine. Ciò che è vero vuole manifestarsi.

Il corpo è il primo luogo in cui questo movimento diventa visibile. Non mente, non interpreta, non giudica. Esprime. Ogni tensione, ogni cedimento e ogni squilibrio è un gesto dell'interno che tenta di farsi strada, come un seme che spinge la terra per emergere alla luce.

La malattia, in questa prospettiva, non è una colpa. Non è un errore, né una punizione. È un'espressione: il linguaggio attraverso cui l'essere rivela ciò che la personalità non riesce più a contenere.

Quando qualcosa dentro di noi non trova più posto, il corpo lo mostra. Quando la nostra vita si allontana dal suo ordine naturale, il corpo lo segnala. Quando la verità viene ignorata troppo a lungo, il corpo la riporta alla superficie.

Questo libro nasce da una domanda semplice e radicale: **cosa accade quando ascoltiamo ciò che il corpo esprime, invece, di combatterlo o giudicarlo?**

Non cerco spiegazioni, né soluzioni. Cerco un modo per guardare l'esperienza umana senza colpa, senza paura, senza separazione. Un modo per riconoscere che ogni manifestazione - anche la più difficile - può essere un varco verso una comprensione più profonda di sé.

Perché l'interno, sempre, inevitabilmente, si dirige verso l'esterno. E in quel movimento, se lo sappiamo ascoltare, si rivela la nostra verità più nascosta.