

LA BIOGRAFIA DELLA PLURICAMPIONESSA

E ALESSIA ZECCHINI REGINA DEGLI ABISSI SI SVELA IN APNEA

MARCO BO

Se è vero che nella vita, per non buttarla via o quasi, il segreto sia coltivare e vivere passioni, allora la lettura di "Apnea" (il Saggiatore, 170 pagine, 18 euro) ci fa capire come quella sinora trascorsa da Alessia Zecchini sia stata piena e ricca. Perché lei, romana, classe 1992, sin da piccola ha capito che c'era un posto al mondo dove tutto diventava magico, anche lei, e così ha inseguito questo stile di vita, che è poi diventato il suo sport, in capo al mondo, in tutti i mari possibili. Lei, pluricampionessa di apnea, soprannominata la regina degli abissi per tutti i record che è riuscita a stabilire e ritoccare si sente allo zenit quando è in acqua, o meglio sott'acqua. Lo spiega con tenera semplicità, quella che probabilmente ha accompagnato le prime sensazioni di gioia bagnate, nel suo libro che è un viaggio con una doppia declinazione: un viaggio nelle profondità del corpo e dell'oceano. Perché immergersi non è solo scendere in basso alla scoperta di ciò che non immaginiamo manco che esista, ma è anche una sorta di mettersi allo specchio per capire quali sono i tuoi limiti e quanto sei bravo a superarli grazie alla costanza, l'allenamento e la determinazione. Il tutto, ovviamente, non prescindendo dalla regola numero: ascoltare il proprio corpo e restare sempre in sicurezza, perché anche l'apnea, come molte discipline sportive, se non



le rispetti può regalarti bruttissime sorprese. In questa biografia si parte da quando lei, bambina, era affascinata dalla mamma che raccoglieva sott'acqua per lei le conchiglie a quando è riuscita a collezionare imprese con discese oltre i 100 metri, tanto per dare un ordine di grandezza. Il libro alterna parti più didascaliche in cui ci fa conoscere il frastagliato mondo dell'apnea, da quello in piscina a quello in mare con le sue varie modalità ad altre più introspettive, in cui mette a nudo il suo carattere e il suo vissuto più privato. Come quei sette anni iniziati alla fine delle medie in cui pensava di comandare il proprio corpo sottoponendolo alla bulimia, un disturbo alimentare sempre più frequente e che per fortuna è riuscita ad archiviare dopo aver trascorso settimane, mesi e anni di passione. Chissà che, inconsciamente, non arrivasse una spinta a scendere sempre più in basso dalla voglia di nascondere un corpo la cui visione non la soddisfaceva del tutto.

RIPRODUZIONE RISERVATA