

The background of the cover features a person from the chest up, rendered in a glowing blue, semi-transparent form filled with white specks, resembling a starry field or a nebula. The person is positioned in the lower half of the frame, looking upwards. Above them, a bright, vertical beam of light descends from the top center, illuminating the scene. The background is dark and industrial, with visible pipes, scaffolding, and structural elements, suggesting a factory or a complex underground facility. The overall mood is mysterious and ethereal.

Virtuosa Vita Illuminismo

Naji Cherfan



Virtuosa Vita

Illuminismo

Un Altro Punto Di Vista



Concepito da Karen Solomon
e Naji Cherfan

Testo scritto da Naji Cherfan

Artista: Elena Chirdaris

Modificato da Karen Solomon

Editori: CCM International

5 Konitsis, Maroussi, 15125, Atene, Grecia

Direzione Artistica: Dora Stavropoulou

Composizione tipografica: Naji Cherfan



Prologo

Immagina di andare a dormire e svegliarti due mesi dopo in un nuovo mondo. Immagina la tua famiglia e i tuoi amici che ti parlano e fanno progetti mentre sei sdraiato lì in silenzio. Tua madre lavora a maglia un maglione; la tua ragazza condivide tutte le notizie dal liceo e tuo padre ti dice tre cose ogni giorno: la pazienza è una virtù, c'è tempo per tutto e non temere. Non dubitano mai che ti sveglierai, anche se i dottori dicono che se lo fai, non camminerai, parlerai o vedrai.

Ora immagina che il giorno del tuo 18° compleanno aprì gli occhi per la prima volta in otto settimane. Sei in una stanza d'ospedale con tutti intorno a te pronti a festeggiare il giorno in cui sei nato. Per un giovane che viveva ad Atene questa non era la sua immaginazione... era la sua realtà.

Il 20 novembre 1978 nasce il terzo figlio di George e Sana Cherfan. Lo chiamarono Naji, che in arabo significa "preghiera a Dio". Diciassette anni dopo, Naji ha subito un trauma cranico dopo un incidente in moto in cui il suo amico, l'autista, è rimasto ucciso sul colpo. Naji è entrato in coma e i medici hanno realisticamente informato la sua famiglia che le possibilità di guarigione erano molto limitate. Forse non conoscevano il suo nome o non credevano nella preghiera.

La famiglia di Naji aveva amici in molte parti del mondo e quegli amici avevano fiducia che si sarebbe svegliato e avrebbe ricominciato a vivere. Il 20 novembre 1996 aprì gli occhi e mosse le dita dei piedi. Era cieco, sordo, muto e paralizzato. In seguito ha osservato di essere stato bambino due volte: una volta quando è nato e una volta quando è uscito da quel sonno profondo e

silenzioso.

Sono stato presentato a Naji Cherfan alla fine del 1997. La fisioterapia in Grecia e Germania aveva miracolosamente ripristinato la sua capacità di camminare e parlare, ma aveva bisogno di migliorare il suo modo di parlare e respirare. Un insegnante della sua università ha suggerito il mio nome a sua madre che stava cercando qualcuno che lavorasse con la voce di Naji. Il giorno in cui ci siamo conosciuti è stato l'inizio di una collaborazione, di un'amicizia e di un percorso. Nove anni dopo, Naji mi ispira ancora e mi apre la mente alle possibilità della vita. Mi affascina e mi corteggia con il suo senso della verità e dell'umorismo. Questo è ciò che cerca nella vita... la verità ad ogni costo. Qualcuno una volta mi ha detto che la verità ti renderà libero ma prima ti farà arrabbiare. Forse la rabbia è un catalizzatore per il cambiamento. Forse il dolore è il punto di svolta per apprezzare ciò che è importante nella vita. Forse perdiamo alcune cose per riceverne altre. La vita per Naji Cherfan è una sfida e un esercizio di pazienza per se stesso e per gli altri. La determinazione di Naji a ricostruire la sua vita è descritta in un libro che mi ha dettato intitolato "Virtual Patience". Documenta l'inizio di un viaggio da un evento che poteva essere considerato una tragedia. Tuttavia, l'uomo ha il potere di scegliere e Naji Cherfan sceglie di guardare le cose da un'altra prospettiva. Dice che ogni lampo di due secondi può cambiarti la vita per sempre. Lui dovrebbe sapere... È successo a lui. Guarda il mondo con occhio per l'onestà, cercando in profondità il senso dell'esistenza. Da quando è uscito dal coma nel 1996, Naji è stato motivato e ispirato a scrivere dei cambiamenti nella sua vita a seguito dell'incidente. Ricerche recenti mostrano che le persone che scrivono di eventi traumatici che hanno vissuto hanno un tasso di recupero più rapido e guariscono meglio emotivamente. Nei primi mesi della riabilitazione di Naji, sapeva di voler condividere la sua storia.

Forse non era del tutto consapevole della sua motivazione, ma ha insistito, prima dettandola e poi scrivendo tutto lui stesso.

Gli anni tra il 1997 e il 2003 hanno prodotto tre piccoli libri. La prima, "Virtual Patience", è una descrizione degli eventi che hanno portato al suo incidente nel 1996. Include le fasi del recupero che lo hanno portato ai centri di riabilitazione in Grecia, Germania, Canada e Stati Uniti. Scrive dal suo cuore e assorbendo le parole degli altri. Questi scritti sono stati assimilati in una filosofia di vita. Nell'estate del 2003, ha curato pagine e pagine di questa filosofia di vita e l'ha trasformata in qualcosa che chiama "Little Book of Inspirational Thoughts and Writing". Se tutto questo vi sembra un po' serio, beh, dovete sapere che anche Naji ha il senso dell'umorismo. Il suo ultimo libro, "Virtuous Life-Enlightenment", è basato su un personaggio dei cartoni animati che assomiglia molto a Naji. Contiene osservazioni e idee bizzarre che vuole trasmettere agli altri nella speranza che vedano il lato più luminoso della vita, qualunque cosa accada. Ci dice che la vita è come una bottiglia di latte... una piccola goccia di veleno può rovinare l'intera bottiglia. Quello che dobbiamo ricordare è che "c'è molta più speranza là fuori". Infine, Naji ci incoraggia a trovare la luce dentro di noi e a lasciarla risplendere. "Abbiamo tutti un handicap. Tutti abbiamo qualcosa da superare".

Karen Salomone



Senza Dubbio



C'era una volta un ragazzo di nome Naji che correva per le strade di Atene con una sigaretta in una mano e una mente che faceva gli straordinari. Non conosceva limiti e non aveva vergogna. I suoi interessi nella vita erano macchine veloci, moto veloci e belle ragazze. Un giorno, mentre sfrecciava per le strade del suo quartiere, è caduto dalla bicicletta e si è fatto male alla testa.

Sonno Profondo



È stato portato d'urgenza all'ospedale dove è rimasto a dormire nel silenzio e nell'oscurità per otto settimane. Sulla "scala in coma" da uno a sei, il sonno profondo di Naji era un sei.

Compleanno



Alla fine, nel giorno del suo diciottesimo compleanno, si svegliò. Durante quel sonno profondo e tranquillo, le cose erano cambiate nel suo mondo. Aveva gli occhi aperti, ma non poteva vedere. I suoi piedi e le sue braccia erano al posto giusto, ma non li sentiva più come prima. Aprì la bocca per parlare, ma non ne uscì nessuna parola.

Viaggio



Si è reso conto di avere molto lavoro da fare, quindi ha fatto le valigie e ha iniziato un viaggio alla ricerca di se stesso. Mentre viaggiava in giro per il mondo in diversi centri di riabilitazione, Naji concluse che doveva essere scelto un centro in modo da non diventare un tuttofare e un maestro di nessuno. Ha incontrato persone amiche ovunque. Molti hanno offerto aiuto e volevano che giocasse nella loro squadra.

La Cura



Mentre si trasformava in un buon giocatore nel gioco della guarigione, si rese conto che esisteva solo una pratica perfetta che poteva portare a una perfetta riabilitazione. La perfezione esiste, ma ci vuole tempo per raggiungerla. Uno dei suoi esercizi preferiti era camminare su un tapis roulant, pensando solo al primo passo, per poi passare automaticamente agli altri mentre guardava la TV. In questo modo ha allenato i suoi muscoli mentre apprendeva notizie dall'esterno. Era certo che se lo avesse fatto, avrebbe preso due piccioni con una fava.



LA RISCONTRO BIOGRAFIA



Naji ha dovuto rieducare i suoi muscoli, così nel 1999 si è iscritto al Laboratorio di Biofeedback presso la School of Medicine dell'Università di Miami, sviluppato dal Dr. Bernard Brucker, il direttore del laboratorio. A Naji piacevano i trattamenti di biofeedback perché era come giocare a un gioco con la grafica. I movimenti delle sue mani e delle sue gambe sono stati visti come colori diversi sul computer. Questo gioco ha insegnato al suo cervello come dare i comandi corretti alle diverse parti del suo corpo. I suoi muscoli hanno imparato bene e quando ha finito il biofeedback, erano molto più educati e obbedienti.

214 Giorni



È stato un duro lavoro, ma ha sempre apprezzato il gioco. Ha imparato a lavorare credendo nelle sue capacità, perché l'abilità senza il lavoro non è niente. Ha fatto uno sforzo e ha detto mai dire mai. Dice solo dire mai a ciò che pensi sia negativo. È semplicemente così semplice!

Allenatore



Un giorno guardò il campo quando era vuoto e capì che era ora di giocare da solo. Si è reso conto che siamo tutti uguali in modi diversi. Tutti hanno il loro talento speciale. È diventato il suo allenatore e ha trovato qualcosa che aveva bisogno di un solo giocatore.

Tai Chi



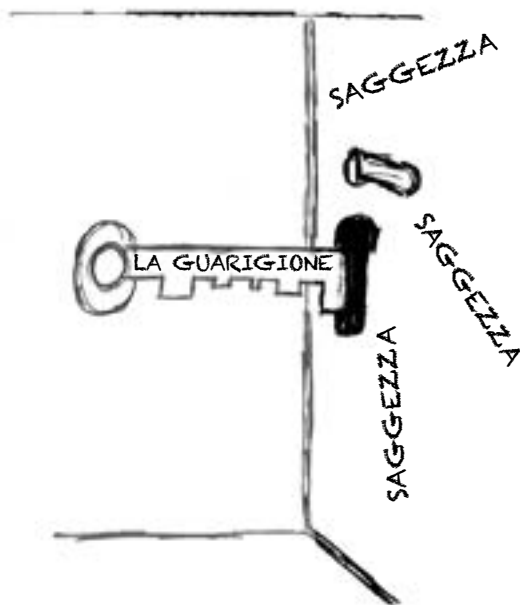
Questo qualcosa era il tai chi e lo scoprì attraverso il Biscayne Institute of Health and Living. Il Tai Chi è diventato non solo uno dei suoi giochi preferiti, ma anche il suo nuovo stile di vita. Ha lavorato con questa disciplina per tre anni e mentre eseguiva attentamente i movimenti, la sua mente e il suo corpo sono diventati una cosa sola. Questo tipo di tai chi era chiamato Liuhebafa; otto metodi, sei armonie, un cuore, una mente. Ha imparato esercizi di centratura che utilizzano il respiro e il movimento. Alcuni di questi esercizi hanno anche aiutato a trasferire le abilità da un emisfero all'altro del suo cervello.

Immaginare



Mentre viveva a Miami, i suoi amici Randy e Olga lo chiamavano Rainman, perché continuava a ripetere le cose più e più volte. Hanno anche detto che ricordava loro Forrest Gump perché li ha battuti così tante volte a ping pong. Dal suo esercizio di biofeedback ha immaginato tutte le cose che voleva fare e quando la sua mente le ha fatte, il suo corpo le ha seguite. L'immagine dello sci d'acqua gli è rimasta così tanto nel cervello che un giorno ha guidato con un amico in un bellissimo posto sul mare, è andato in acqua e ha praticato lo slalom per la prima volta in sette anni!

Chiave



Questo lo faceva sentire più forte che mai e ora capiva che la chiave per il recupero era la terapia e la pazienza. Non si aggrappava più ai vecchi modi di pensare. Alla fine, la sua mente era aperta a tutto ciò che era bello e meraviglioso, a tutte le nuove idee, mentre trovava ciò che era meglio per lui.

Pensiero



Alcune notti dopo una lunga giornata di pazienza e concentrazione, Naji rimaneva sveglio ascoltando le voci nella sua testa che dicevano "bla, bla, bla" e pensava a cosa non pensare. Anche questo ha richiesto un po' di concentrazione!!!

Insegnare

CIAO CLASSE!
IL MIO PRIMO NOME È "ESPERIENZA"
E IO SONO IL TUO INSEGNANTE
IN QUESTO VIAGGIO CHIAMATO
VITA!!



Una volta ha sognato di essere in un'aula a guardare una lavagna. Senti una voce dire: "Buongiorno classe. Il mio nome è esperienza e sono il tuo insegnante per la lezione chiamata Vita". Dopo questo sogno, Naji iniziò a vedere le cose con un nuovo atteggiamento e con un occhio diverso.

Catturare



Vide che la sua vita era fatta di miracoli che passavano davanti a lui. Tutto quello che doveva fare era stendere la rete per catturarli mentre gli svolazzavano intorno alla testa.



Ha visto che ogni momento è un dono ed è per questo che si chiama presente. Tutto quello che doveva fare era aprire il suo cuore per ricevere le benedizioni che lo circondavano.

Fa Cadere



Sapeva che una piccola cosa poteva rovinare il buon umore, ma che alla fine c'era molta più speranza là fuori. Niente batte un atteggiamento mentale positivo, "PMA", qualunque cosa accada. Ha guardato il quadro generale e non ha mai permesso ai piccoli aspetti negativi di crescere nella sua vita.

Scambio



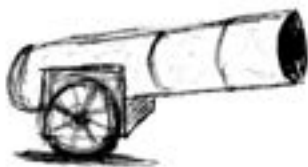
Ultimo ma non meno importante, ha capito che alcune cose devono essere perse perché altre possano essere trovate. Il ragazzo il cui nome significa "preghiera a Dio" viaggia con pazienza e gioca con coraggio. Conosce la sua destinazione e ci va con stile.

Ispirato lungo il cammino



Le seguenti parole e immagini sono il risultato delle esperienze che Naji ha avuto nel comunicare con le persone durante la sua guarigione. Per lui è stato un viaggio ricco e diversificato con molte opportunità di scoperta di sé.

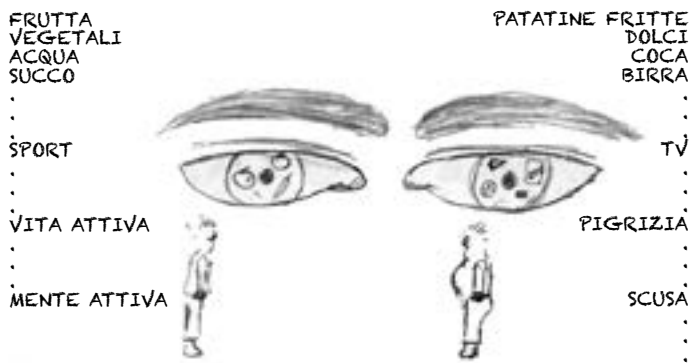
Canonico



"OH! COMPLICHIAMO ASSOLUTAMENTE LA VITA!:
USARE UN CANNONE PER UCCIDERE UNA ZANZARA..."

Ha imparato che la vita è semplice e che sono solo gli esseri umani a complicare le cose. Il suo nuovo slogan è diventato "K.I.S". mantenendolo semplice.

L'Occhio



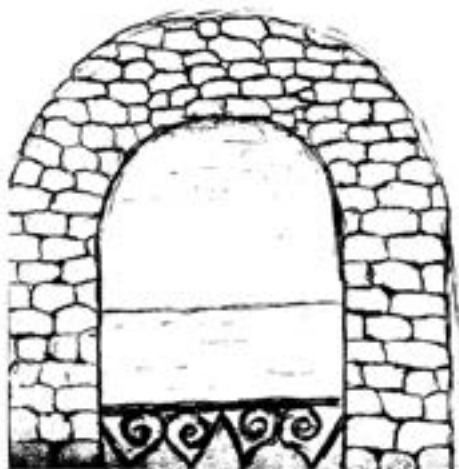
La terapia visiva lo ha aiutato a coordinare e disciplinare la vista. Ha scoperto che se un occhio vede le cose che lo rendono felice, tutto nella vita diventa più positivo. Ma se l'altro occhio, allo stesso tempo, vede le cose che lo rendono infelice, gli arrivano solo cose negative. Ha capito che la disciplina è ancora più importante della vista stessa.

Centro



Durante la terapia, Naji si è reso conto di non essere il centro del mondo e che esistere nello spazio e nelle emozioni di qualcun altro è una buona cosa. Ha provato a mettere i sentimenti degli altri davanti ai suoi e ha imparato che non vive in questo mondo da solo. Essendo più comprensivo con gli altri, ha iniziato a guardare il mondo in modo collettivo, è diventato un giocatore di squadra e ha dato alle persone il proprio spazio.

Oltre



"LA VITA
È BELLA,
BASTA
SAPERLA
VIVERE!"

GUARDA
OLTRE IL
MURO

A causa delle sofferenze che ha provato durante l'incidente e la guarigione, la vita ha assunto un nuovo significato ed è diventata bella per lui. Aveva solo bisogno di sapere come vivere. Vedeva oltre il muro della propria esistenza e capiva che non c'era motivo di lamentarsi. Tenerlo a mente lo ha aiutato a guardare il quadro generale e gli ha dato una ragione per andare avanti.

Il Successo



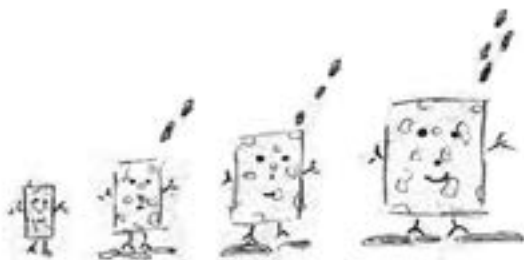
Durante i lunghi giorni di terapia, stava imparando i movimenti e i gesti che tutti noi diamo per scontati. Doveva pensare al modo in cui le sue braccia avrebbero dovuto muoversi per afferrare un biscotto e al modo in cui le sue gambe avrebbero dovuto muoversi per farlo camminare. Il fallimento e il successo sono stati i suoi compagni fino in fondo, quindi diceva, il successo è il fallimento capovolto e andare avanti.

Montagna



Man mano che la sua fede cresceva, iniziò a mettere in discussione le sue convinzioni. Disse a se stesso: "Se vuoi arrivare in cima alla montagna, punta alle stelle". Riferendosi a Dio, ha detto "se vuoi arrivare in cima alla montagna, mira a Cristo e tieni gli occhi su Gesù".

Spugna



Ha tenuto presente ciò che uno dei suoi medici gli ha detto sulla sua condizione: "La migliore analogia per un cervello che sta guarendo dopo una lesione traumatica è una spugna. Prima si asciuga e poi si chiude. Successivamente, diventa un po' morbido al primo segno di acqua, qualcosa come diventare di nuovo cosciente. La spugna si bagna e inizia ad aprirsi, nel modo in cui l'illuminazione espande la mente. Dopo questo, il cervello diventa umido e fertile. Infine, la spugna è così piena d'acqua che tutto ciò che può fare è seguire il flusso. Questa è una mente desiderosa di rimanere aperta." E così, è andato avanti...

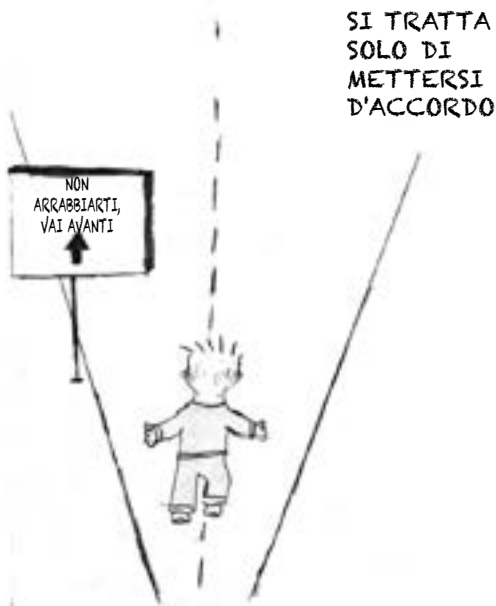
Ego

Ho il potere di essere
una persona migliore,
ma è così difficile!!
Il mio "ego" me
lo impedisce
e la battaglia
tra i due è continua.



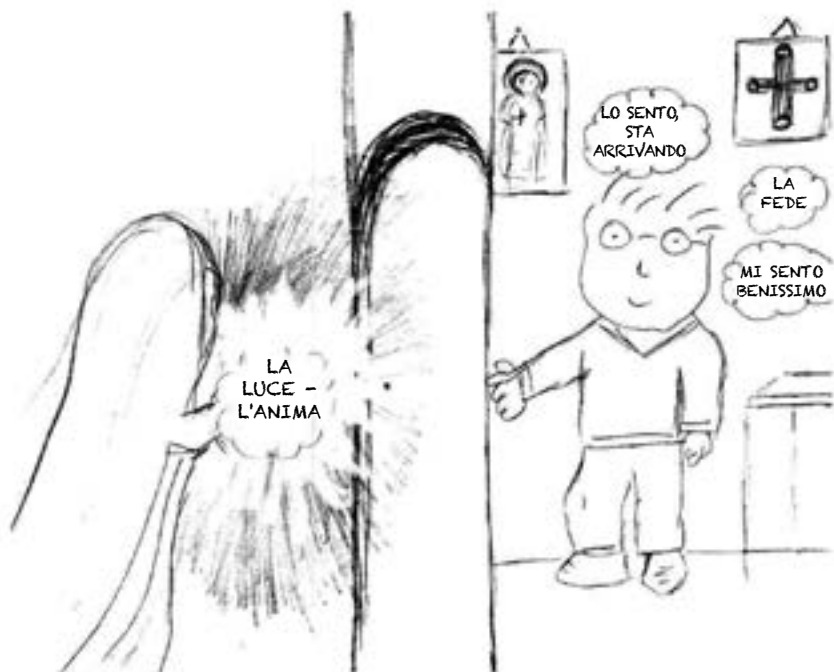
Come sempre, i conflitti interiori erano destabilizzanti e mentre attraversava un momento critico di dubbio, scriveva: "A volte mi sento un soldato. La battaglia implica combattere chi sono veramente, cosa sento di poter fare e cosa alcuni medici pensano che non posso fare. So di poter vincere ma è così difficile!! Il mio ego si mette in mezzo e c'è sempre questa battaglia tra le loro aspettative e la mia fiducia. Raggiungo sempre qualunque cosa mi metta in testa."

Strada



Essendo entrato in contatto con molti centri di riabilitazione diversi, ha sopportato il giudizio e le critiche degli altri. Quando questo lo ha fatto arrabbiare, ha detto a se stesso "Non arrabbiarti, vai avanti". Si è reso conto che si tratta solo dell'atto di essere d'accordo e ha scritto: "Ovunque io sia, devo ballare a modo loro mentre mi aggrappo alla mia individualità".

Sii Positivo



Gestendo le critiche con tatto, è diventato più forte ed è andato avanti. Nel suo diario scrisse: Siamo tutti belle persone. Tutti in tutto il mondo vengono criticati. È la tua risposta alle critiche che può trasformare una situazione negativa in positiva. Sebbene una lingua non abbia ossa, può romperne molte.

Scacchi



Giocava spesso a scacchi e ad ogni mossa decideva l'esito della partita. Ha scritto: "La vita è come una partita a scacchi; una mossa sbagliata e tutto può essere rovinato. Tuttavia, continuiamo a provarci, senza mai mollare. La vita è fatta di tante mosse e scelte e io sono responsabile di ognuna di esse".



Finalmente Illuminato!!

Nota dell'Autore



Nel 2001, l'autore ha iniziato a lavorare nell'azienda di famiglia come grafico ed è attualmente responsabile dell'amministrazione e delle pubbliche relazioni dell'azienda. Nel maggio del 2005 si è laureato al BCA (Business College di Atene) con una laurea in E-BUSINESS. Mentre viveva a Miami, ha studiato multimedia all'Art Institute di Fort Lauderdale e ha concepito l'idea per il design dei suoi tre libri. *Virtual Patience* è stato completato nel 1998 e contiene i dettagli del suo incidente e del suo recupero. *Little Book of Inspirational Thoughts and Writing* è stato terminato nel 2003. Nel 2004 ha completato *Virtuous Life Enlightenment*, una raccolta di immagini e parole che unisce il suo senso dell'umorismo, esperienza e filosofia. Questo libro rivela un uomo che vive con coraggio, un atteggiamento mentale positivo e un rapporto personale con Dio. Crede che le persone continuino a crescere per tutta la vita affrontando nuove sfide. Si concentra sulla qualità, non solo facendo qualcosa, ma facendo qualcosa bene.



"Facciamo posto alla luce"

Per trovare la luce interiore, a volte dobbiamo andare nell'oscurità completa. Guardando il quadro generale, il personaggio di questo libro mette in ombra i suoi impulsi negativi e crea una vita completamente nuova da un'esperienza traumatica. Viaggia con Naji mentre offre osservazioni bizzarre sulla strada per il recupero mentale e fisico dopo essere stato in coma a causa di una lesione cerebrale. Crede che ci sia sempre un lato più luminoso nella vita, qualunque cosa accada.

