

*La ricerca della ragione e il rifiuto del tradizionalismo sono tanto brillantemente manifesti che non c'è necessità di argomentarne i meriti. Se il tradizionalismo fosse appropriato, i profeti si sarebbero limitati a seguire ciò che dicevano i loro predecessori (invece di proporre messaggi nuovi).*

*Akbar Imperatore dell'India*

Nel primo passo abbiamo visto sostanzialmente come iniziare a intendere la nostra vita, ovvero un insieme di passioni, e progetti atti a soddisfarle.

Tengo a sottolineare -come nell'introduzione- che qualsiasi obiettivo vi siate posti, non è raggiungibile solo tramite azioni da intraprendere, ma prima di tutto bisogna predisporre noi stessi al cambiamento radicale, ponendo le basi per un nuovo modo di intendere e volere la nostra vita.

Ecco la mia seconda difficoltà: ma cosa voglio sostanzialmente dalla mia vita?

Anche questa domanda sembra banale ma banale lo è solo se ci si è posti questa domanda in maniera superficiale e ricca di luoghi comuni.

Chi non vorrebbe la salute eterna? Chi non vorrebbe ricchezza, potere, felicità, soldi, amore etc etc?

Tutti stereotipi dediti al consumismo e all'omologazione.

Badate bene che il concetto di accettazione sociale è la bestia nera che ci perseguita!

Tutti desideriamo le stesse cose, perché abbiamo paura di desiderare altro, che non sia accettato dalla società. Per esempio: chi non vorrebbe vivere tutta la vita senza lavorare? Eppure affermare una cosa del genere darebbe la sensazione di apparire sfaticato e irrispettoso verso coloro che ogni giorno con il proprio sudore lottano per tirare a campare. Ecco dunque che questo desiderio tende a rimanere nascosto; tutti lo pensano e nessuno lo dice.

Ora immaginate una strada che percorrete ogni giorno, (magari quella per andare a lavoro o per trovare i vostri cari il fine settimana o per accompagnare i vostri figli a scuola.)

Voi avete deciso di percorrere quella strada e ogni giorno la percorrete quasi inconsciamente, di riflesso.

Vi siete mai chiesti il perché avete scelto quella strada?

Perché è la più breve o la meno trafficata è la prima risposta che salta in mente. Ma è davvero così?

Spesso percorriamo le stesse strade che abbiamo visto percorrere a chi ci ha preceduto, o quelle che ci hanno detto siano le più comode. Ma se un giorno decidessimo di prenderne altre?

Forse allungheremmo il percorso, ma pensateci bene:

quanti dei vicoli e o dei percorsi alternativi conosciamo?

Quali opportunità si celano dietro a essi?

La vita è proprio come le strade che percorriamo ogni giorno!

Basta voltare ad un incrocio diverso, percorrere una parallela, allungare passando per un vicioletto e tutto può cambiare.

Potreste trovare una piacevole sorpresa, un negozio di cui avevate bisogno ma non ne conoscevate l'esistenza, un autolavaggio, un parco, la donna della vostra vita con l'auto in panne.

Ecco che adesso con un po' di coraggio, abbiamo abbattuto il muro del controllo sociale a cui tutti noi ci sottoponiamo inconsciamente.

Certamente il controllo non deve essere sempre inteso come qualcosa di oppressivo, poiché esso è anche utile allo sviluppo e al mantenimento della nostra società.

(Senza di esso potremmo degenerare in uno stato selvaggio dove tutto è permesso, o moralmente accettabile.)

Purtroppo però come tutte le cose, c'è il rovescio della medaglia, quella lama a doppio taglio pronta a trafiggerci qualora non usata con coscienza. Per tale motivo è molto importante imparare a utilizzare correttamente questa risorsa.

Questo passo, ho deciso di affrontarlo in modo originale, e ciò mi ha permesso la realizzazione di alcuni progetti, pensando bene di ragionare per difetto.

Più precisamente cercando di focalizzare tutte le mie risorse su ciò che non volevo dalla vita e non su ciò che desideravo. Questo ha spianato la strada, o meglio ha tolto i freni che mi tenevano nell'immobilità della mia concezione di quotidianità.

Infondo la vita è così ricca di opportunità e coincidenze che, pensare di poter decidere prima cosa volere, equivale a un suicidio morale!

Al contrario invece, le cose che non vogliamo sono molto più facili da focalizzare.

Ad esempio: se io volessi diventare ricco, non saprei assolutamente quale strada intraprendere per divenirlo, al contrario invece sappiamo benissimo che per non diventare povero basta trovare un qualsiasi lavoro. Quindi sono determinato nel voler rifiutare la povertà assoluta. E se concentrassi i miei sforzi per fare in modo di non diventare povero? Magari troverei quel poco per campare, ma allo stesso tempo potrei trovare quella ispirazione che da poco mi fa avere sempre di più fino a diventare ricco.

Sicuramente mi smuoverebbe da quella situazione stazionaria fatta dall'immobilità che la società mi porta ad avere.

Ecco dunque molto semplicemente cosa vuol dire ragionare per difetto, ovvero immaginare tutto ciò che vogliamo –DA ADESSO- buttare via dalla finestra della nostra vita, che siano oggetti vecchi in armadio, che sia un lavoro insoddisfacente, una persona che non allietta la nostra vita e tutto ciò che ci fa sentire frustrati.

Questo preambolo ci porta dunque al nocciolo della questione, e quindi del secondo passo importante da intraprendere: **il rifiuto.**

Quando ho terminato gli studi nella mia città, mi sono trovato faccia a faccia con la questione che predomina lo sconforto italiano: il lavoro.

Questo problema -che invece dovrebbe chiamarsi risorsa- in Sicilia ad esempio è divenuto quasi un tabù.

La gente non ne vuole più nemmeno parlare, tanto è lo sconforto da volersi alienare dal solo pensiero che esso esista e sia utile. Ma tanta è anche l'inefficienza con cui si tratta il tema.

Il lavoro viene concepito come un dovere prima di tutto, poi se hai la fortuna di trovarne uno, diventa quasi una punizione corporale che bisogna subire per tirare a campare, e infine se sei fortunato e ne trovi uno che ti piace, diventa fonte d'imbarazzo verso coloro che te lo invidiano perché tu l'hai trovato e loro no.

Capite bene il perché questo argomento è ormai spinoso a tal punto che non se ne osa parlare.

La prima cosa che ho fatto dopo gli studi è stata quella di stampare decine di curriculum e andare in giro per i negozi consegnandoli di persona.

Dopo qualche mese ho ricevuto la telefonata dal figlio di un negoziante al quale avevo lasciato il curriculum.

Ho lavorato qualche mese ed ho imparato molto su come funziona questo mondo, ma ad un certo punto mi sono trovato ad un bivio.

Rifiutare un lavoro che non soddisfa le mie passioni, i miei ideali e la mia concezione di lavoro, oppure soccombere all'opinione della mia società, per la quale il principio è: "sono fortunato ad avere un lavoro e quindi me lo tengo stretto, anche se vengo retribuito in nero, lavoro qualche ora in più e non mi appassiona per niente. Sono comunque fortunato ad averlo".

**SBAGLIATO!**

Sono certo che a questo punto molti di voi balzeranno dalla sedia, e questo era proprio il mio obiettivo, necessario per farvi capire che –come già detto– se continuiamo a ragionare allo stesso modo, e a porci gli stessi limiti concettuali, tutte queste parole ci sembreranno assurde, quasi offensive, ma se abbiamo la pazienza di procedere passo passo, forse alla fine capiremo l'importanza di tutto questo.

Più avanti affronteremo la questione “lavoro” ma per adesso dobbiamo soffermarci sull'importanza che ha il rifiuto sano, che deve pervadere ogni singola vena presente nel nostro corpo.

Bisogna rifiutare le idee e le informazioni che gli altri ci impongono, o peggio ci mostrano come fossero il pensiero comune. Ciò che tutti pensano.

-Quindi rifiutate anche ogni singola parola di questo libro, a patto che in ogni cosa da voi letta o sentita possiate trarre delle considerazioni strettamente personali-.

Rendiamoci conto che le informazioni che ci provengono dalla società sono sfruttate, manipolate e a volte inventate proprio per permettere ad altri grandi apparati di esistere. Pensate al mondo del Marketing, ovvero della pubblicità diretta o indiretta che ha invaso letteralmente la nostra vita quotidiana.

Fate questo piccolo esercizio: guardatevi intorno per una giornata intera e contate quanti messaggi pubblicitari ricevete nell'arco delle circa dieci ore. Fate attenzione anche ai messaggi indiretti, come ad esempio una vostra amica che vi

consiglia un prodotto che secondo i “suoi” parametri è buono.

Facciamo un esempio:

Mario Rossi ha comprato in un discount una grande quantità di carne a prezzo davvero conveniente.

Lui è sovrappeso e mangia una quantità di carne superiore alla norma, addirittura eccessiva per una persona magrolina. Naturalmente suggerirà a chiunque di optare per la sua stessa scelta perché –poiché necessita di grandi quantità- la reputa conveniente per i “suoi” parametri.

Il suo amico Giacomo invece compra la carne da un macellaio di fiducia e per lo stesso prezzo riceve la metà della carne comprata da Mario.

I due hanno speso la stessa quantità di denaro ma uno ha la metà del peso di carne dell’altro.

Ma siccome Giacomo mangia molto meno di Mario, allora il risultato è che in una settimana sia Mario che Giacomo hanno speso la stessa somma di denaro e tutti e due hanno terminato la carne disponibile nello stesso arco di tempo. Ognuno secondo le sue esigenze.

Questo vuol dire però che mentre Giacomo ha mangiato carne di prima scelta, Mario Rossi ha mangiato abbondantemente una carne di seconda scelta.

Quindi per Mario la bontà sta nel mangiare tanto, mentre per Giacomo sta nel mangiare sano.

Ecco dunque quella sottile differenza di opinione che può fare la differenza nella scelta di un prodotto, che deve essere necessariamente personale e non influenzata.

Torniamo allora alle pubblicità dirette e indirette che ci assalgono ripetutamente.

Io in un giorno ne ho contate più di cinquanta!

Ne cito alcune per esempio.

Mi alzo la mattina e accendo la tv per avere compagnia durante la colazione. Uso una marca di caffè, ma in tv me propongono un'altra. Apro il giornale e tra una notizia e l'altra vedo annunci di vestiario, di macchine e di telefoni erotici. Vado al bar per un caffè e sento parlare due amici sull'auto comperata da uno dei due, esco dal bar e nell'attraversare la strada mi imbatto in un cartellone pubblicitario. Vado a lavoro in macchina ascoltando musica alla radio e tra una canzone e l'altra sento annunci pubblicitari. Arrivo in ufficio e i miei colleghi parlano di politica, di musica preferita, di vestiti nuovi e auto da sognare.

Vado al supermercato dopo lavoro e nel volantino trovo tutte le offerte davvero convenienti!

Insomma, se ci facciamo trascinare da queste forzature esterne, accadrà – come purtroppo avviene sempre più spesso – che ognuno di noi tenderà a spersonalizzarsi, ovvero a soffrire della mancanza di una propria identità. E' proprio qui che nascono alcuni disturbi come la frustrazione, il senso d'incapacità, d'inutilità che si ripercuotono anche fisicamente... ma non essendo un medico non entro nel merito, faccio solo notare che buona parte dei nostri problemi provengono dall'ambiente e dalle persone che ci circondano, non perché siano tutti necessariamente negativi, ma perché influenzano su di noi delle percezioni e delle sensazioni che ci curano o



danneggiano. Sta a noi scegliere chi e in che modo debba influire nella nostra vita.

Un'altra conseguenza evidente e pericolosa, è lo scindere ciò che il nostro ego vede di noi stessi, dalla società che ci circonda, producendo un effetto devastante sulla nostra capacità di reazione.

Quante volte abbiamo detto e pensato “se solo ci fosse più democrazia, se solo ci fosse più giustizia, se solo valorizzassero di più la mia città, se solo ci concedessero più benefici, meno carichi fiscali etc etc.”

Ma chi sono loro? I politici, i grandi padroni, i principali?

Loro e sempre loro il male di tutto, il capo espiatorio.

Ma se vogliamo davvero cambiare dobbiamo abbattere questo muro tra noi e loro e capire che fondamentalmente loro sono lo specchio di ciò che siamo noi, di quello che pensiamo, e facciamo.

Il classico esempio è quello in cui un datore di lavoro tende a favorire un nostro collega -che magari crea problemi all'azienda- e invece pretende da noi il massimo, caricandoci magari del lavoro che il nostro collega evita!

Il risultato a questa situazione non sta nella decisione del principale, ovvero essere più buono o cattivo con alcuni dipendenti, ma sta invece proprio nel modo in cui i dipendenti si pongono nei confronti del principale.

Mi è capitato in passato di avere un'esperienza del genere, e alla fine ho capito che quando ho fatto valere i miei diritti senza paura, la musica è cambiata totalmente!

Cambiamo dunque noi stessi cominciando proprio dall'assumerci le nostre responsabilità, perché se sentiamo il dovere e il peso di ciò che la nostra società rappresenta allora possiamo trovare la determinazione per cambiare le carte in tavola, e sganciare quella grossa palla al piede che ci tiene immobili.

Mettiamo dunque in dubbio tutto e "corriamo da soli", spianiamo le ali della nostra coscienza e facciamoci una nostra opinione.

So che è molto facile a dirsi e meno a farsi, ma questo è fondamentalmente un altro punto che dobbiamo rifiutare.

Dobbiamo assolutamente rinnegare tutto ciò che ci scoraggia nel tentare, come ad esempio la considerazione che ciò che pensiamo di fare sia difficile, o peggio impossibile.

Ecco un piccolo esercizio da fare.

Stiliamo una lista di tutte quelle parole che ci possono demotivare (che potete implementare voi stessi) e cancelliamole dal nostro parlare comune.

Per facilitare la riuscita conserviamo sempre il foglio in una tasca a portata di mano.

Ecco alcune parole che vi consiglio:

- Impossibile
- Speriamo
- Non ci credo
- Ma
- Però
- E' difficile

- Non posso
- Fai tu
- Per favore
- Ti prego
- E' colpa tua
- Te lo avevo detto
- Smettila
- Non voglio
- E' inutile
- Dubito
- Non è colpa mia

Ogni qualvolta dalla nostra bocca uscirà una di queste parole, sappiamo che dobbiamo fermarci un attimo, riflettere sul motivo per cui l'abbiamo detta, e trovare un modo per non doverla più dire.

Facciamo alcuni esempi:

Incontriamo Mario Rossi dopo qualche tempo e ci racconta che –nonostante la paura del vuoto- adesso si diletta con il paracadutismo.

“Non ci credo” diremmo istintivamente.

Ma perché non ci credo? Forse perché “è difficile” che ciò avvenga, o perché noi –arbitrariamente- lo riteniamo “impossibile”?

Mario ci racconta di come questo abbia cambiato in positivo la sua vita e colto dall'entusiasmo ci invita a provare.

“Non posso” e “non voglio” diremmo noi in preda al panico, e dopo qualche insistenza finiremmo per concludere la conversazione con un brusco “smettila”!

Poi presi dal rimorso per il cattivo trattamento finiremmo per incasellare una serie di “ma” e “però” per trovare un motivo valido al nostro rifiuto, in modo che non sembri scortese.

La storia finisce qui, tra un’occasione persa e un entusiasmo spezzato.

Tornati a casa però ci ripensiamo sopra e “immaginiamo” come il discorso avrebbe potuto avere una piega diversa: Incontriamo Mario Rossi dopo qualche tempo e ci racconta che –nonostante la paura del vuoto- adesso si diletta con il paracadutismo.

“Incredibile” diremmo istintivamente.

Non deve essere stato “facile” ma a quanto pare è stato “possibile”, una cosa davvero ammirevole penseremmo.

Ecco che la nostra empatia entra in contatto con l’interlocutore e riusciamo quasi a sentire l’ebbrezza di un salto nel vuoto con gli occhi di Mario.

Mario ci racconta di come questo abbia cambiato in positivo la sua vita e colto dall’entusiasmo ci invita a provare.

“Ho paura” diremmo noi in preda al panico, la stessa che probabilmente ha avuto Mario, ma se lui –con la sua fobia- ha superato l’ostacolo, perché mai non potremmo noi?

Mario capisce adesso che abbiamo bisogno di pensarci su e ci lascia una porta aperta per quando saremo pronti a quel salto.

La storia finisce qui ma stavolta con una occasione da sfruttare e quell'entusiasmo di aver condiviso una gioia con Mario.

Ecco che in maniera lampante si capisce come le stesse situazioni che abbiamo ogni giorno possono trasformarsi in buone o brutte occasioni, e non dipendono da fattori esterni, ma semplicemente dal modo in cui noi decidiamo di interagire.

Questo è un grande esempio per far capire ai pessimisti cosa comporta la loro visione. Se ci concentrassimo soltanto sulle nostre paure, sui preconcetti pessimistici ecco che ogni cosa assume un aspetto negativo, e tutto ciò dipende fondamentalmente da come noi vogliamo **“essere”** piuttosto che da ciò che vorremmo fare (o peggio ancora da ciò che vorremo che gli altri facciano).

Come riuscire dunque a trovare la forza nel voler cambiare prospettiva? Come rifiutare il vecchio modo d'essere?

Personaggi autorevoli sostengono che ognuno di noi tende sostanzialmente a far parte di uno di questi due gruppi: coloro che cambiano attraverso la ricerca del piacere e coloro che cambiano attraverso la paura del dispiacere.

In effetti questo manoscritto cerca di spronare quelle persone che attraverso la ricerca del piacere –nel voler trovare una strada migliore- decidono di tentare una strada alternativa, ma allo stesso tempo si rivolge a coloro che potrebbero tentare una nuova via spinti dalla paura di ciò che sta per accadere –soprattutto in Italia – in questi ultimi anni.

L'aumento della crisi, delle malattie, la diminuzione dei diritti sociali, la mala politica, tutti motivi validi per dire a noi stessi:

“bisogna cambiare mentalità e cultura, o qui si muore”.

A questo punto sarebbe bene che ognuno di noi si ponga questo quesito: “a quale gruppo appartengo?”

Se a questa domanda non troviamo una risposta, allora probabilmente facciamo parte del terzo gruppo, quello che io definisco “i nessuno”.

Questo è il gruppo più numeroso, perché coloro che detengono il potere, lottano ogni giorno per fare in modo che la maggior parte della popolazione si raggruppi in questa categoria.

Chi sono i nessuno?

I nessuno sono numeri di sondaggi fasulli, sono codici bancari, sono cifre di report, sono share alla tv, ticket sanitari, matricole.

I nessuno sono coloro che –spinti dalla monotonia della società- non prendono decisioni, non soffrono e non gioiscono, non parlano e non ascoltano, non decidono e non obbediscono.

Sono fondamentalmente coloro che fanno numero, che si rassegnano alla “normalità” delle cose, che si rifugiano in quella stretta cerchia di cose che rendono la loro vita significativa, ma che alla società non giova a nulla.

Oggi fortunatamente qualcosa sta cambiando. I “nessuno” stanno lentamente trasformandosi in “tutti”.

Chi sono i tutti?

Sono coloro che pensano all'insieme delle persone, coloro che si preoccupano della vita di tutti e non alla propria, coloro che guardano fiduciosi alla salute, alla corretta alimentazione, alle energie alternative che non inquinano.

Sostanzialmente sono coloro che dovranno –per forza di cose- cambiare la società nei prossimi decenni, perché il modello consumistico degli ultimi sessant'anni è crollato sotto i nostri occhi!

Il futuro della nostra civiltà è quindi racchiusa nel gruppo che in questo decennio avrà il sopravvento ed ognuno di noi dunque dovrà porsi questa domanda vitale:

“tutti” o “nessuno”?

Facciamo un esempio logico per capire quanto importante sia l'essere:

Mario Rossi deve affrontare un percorso che va dal punto A al punto B. Questo percorso può essere inteso come un qualsiasi periodo o una qualsiasi situazione della nostra vita, come ad esempio un viaggio vero e proprio, oppure un viaggio spirituale piuttosto che una situazione da affrontare entro un periodo di tempo.

In questo scenario c'è un obiettivo da raggiungere (il punto B), e un punto di partenza (il punto A). Nel mezzo c'è un percorso da intraprendere e infine c'è Mario.

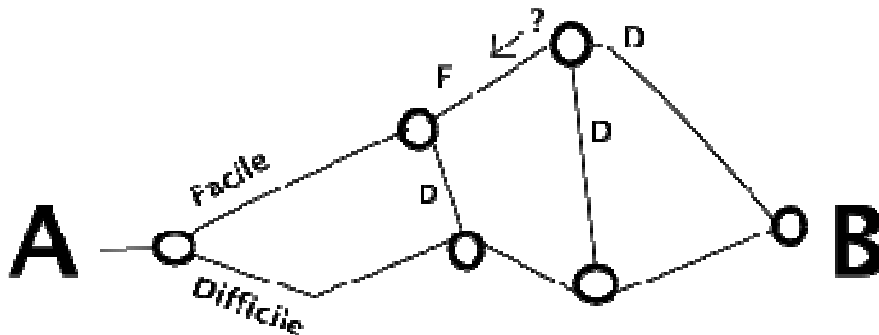
La cosa fondamentale da capire innanzitutto è che ognuna delle cose elencate è di UGUALE importanza. Dico questo perché Mario spesso incappa nell'errore di considerare solo uno di questi aspetti, tralasciando di conseguenza gli altri.

Questo genera una distorsione della visione degli insiemi e non permette a Mario di raggiungere il punto B.

Vediamo dunque l'importanza di tutto ciò:

Mario decide che per raggiungere il punto B è importante considerare principalmente il percorso, tralasciando gli altri. Partendo dal punto A Mario si trova ad un bivio, e in questo bivio si trova a dover scegliere tra un percorso facile ed uno difficile. Naturalmente Mario sceglierà quello facile, perché ha deciso che la vita va presa solo nei suoi aspetti positivi e quindi tenderà solo ad accettare i percorsi belli e splendenti. Questo percorso però lo allontana dal punto B. Ad un certo punto, ormai lontano dalla meta, Mario si ritrova ad un bivio. Questa volta la scelta è obbligata da due percorsi difficili.

Mario si blocca, ecco che tutto ciò a cui ha creduto si è sgretolato davanti ai suoi occhi e non gli rimane che fermarsi oppure tornare indietro verso i sentieri felici che ha già saggiato.





Mario in questa sua visione dell'insieme, non è altro che un uomo che tende a fuggire dai problemi della vita e farà parte di coloro che iniziano un percorso e non lo portano mai a compimento.

Quello che ha condizionato fortemente le scelte di Mario, risiede nel fatto che non ha considerato se stesso e i mezzi di cui è dotato per affrontare tale percorso. In pratica lui non si è mai avventurato nel mondo dell'introspezione, ovvero nell'analisi interiore, nel capire quali sono i propri mezzi, le proprie certezze, i punti di forza e il tallone d'Achille.

Solo dopo aver analizzato se stesso, Mario si accorge che le sue scelte erano condizionate dall'assenza di una corazza interiore che gli permettesse di avere quella sicurezza nel poter scegliere di fare ciò che riteneva giusto, senza evitare ciò di cui aveva tremendamente paura (ovvero fare scelte difficili). Oggi Mario ha capito che in ogni percorso è importante avere il controllo di se stessi, le sicurezze necessarie, la corazza che gli permette di tirare dritto verso il punto B a prescindere dalla difficoltà del percorso.

E' dunque questo il senso del rifiuto:

Tiriamo fuori il coraggio e l'orgoglio, camminando per la nostra strada a testa alta, con decisione e un pizzico di cattiveria quando serve. Il buonismo lo troveremo in tutti i passi del percorso, ma qui è il momento di tirare fuori il leone che è in noi!

Adesso che abbiamo capito quanto sia importante il nostro approccio alla vita -e quindi il nostro modo di essere-, entra in gioco il passo successivo.

P.s.

Se volete davvero testare il vostro grado di dipendenza, fate questo piccolo esperimento.

Cancellate dal vostro televisore alcuni canali digitali, precisamente dal canale 1 al canale 7 e provate a sopravvivere per una settimana. (in seguito basta fare una sintonizzazione per averli nuovamente).

Noterete quanto è difficile perdere vecchie (errate) abitudini, ma se ci riuscite siete già a metà strada.

*In breve*

Quando avremo capito cosa ci appassiona –o se non lo abbiamo ancora compreso-, concentriamo i nostri sforzi su tutto quello che altresì ci distrugge, limita, disinnamora.

Dobbiamo avere il coraggio di dire “no!”.

Questa è la nostra vita e tutto ciò che la rende infelice, va respinto con un secco e netto rifiuto.

Noi siamo i creatori del nostro destino. Noi siamo parte attiva delle cose che succedono attorno.

