

**GIANLUCA SPINA**

# **IL CORAGGIO È LIBERTÀ**

**21 INSEGNAMENTI PER RAGGIUNGERE LA LIBERTÀ  
ESPRIMENDO IL PROPRIO TALENTO CON CORAGGIO**

Gianluca Spina

Copyright © 2017, by Gianluca Spina

Prima edizione luglio 2017

Tutti i diritti sono riservati. Nessuna parte di quest'opera può essere riprodotta in alcuna forma senza l'autorizzazione scritta dell'autore/editore, ad eccezione di brevi citazioni destinate alle recensioni.

ISBN 9788826052373

---

L'autore non è un medico e non fornisce consigli medici, né intende prescrivere alcuna tecnica come forma di trattamento per problemi fisici o medici.

La volontà dell'autore è limitata ad offrire informazioni generali su come aiutarsi nella ricerca del benessere emozionale.

L'autore declina qualsiasi responsabilità per eventuali danni provocati dalla libera interpretazione di qualsiasi informazione contenuta in questa opera.

## INDICE

Prefazione di Claudio Sala (Fineco Bank)	5
Introduzione	11
Prologo	13

## INSEGNAMENTI

1. Fa ciò che è giusto, non ciò che devi	25
2. Libera il tuo talento e taglia i ponti	34
3. Divertiti	42
4. Assumiti la responsabilità	52
5. Non rendere la tua vita una prigionia	56
6. Perdona	68
7. Metti passione in ciò che fai	77
8. Ascolta il doppio, parla la metà	81
9. Definisci le premesse	83
10. Prenditi del tempo	88
11. Metti a fuoco	91
12. Trasforma uno svantaggio in un vantaggio	98
13. Mangia poco e sano	103
14. Accetta il tuo passato e vivi il presente	114
15. Niente è come sembra	126
16. Distaccati dalle cose	131
17. Vai per la tua strada	134
18. Cercati un mentore	137
19. Crea la tua routine	139
20. Leggi	142
21. Scrivi la tua favola	144
Previene il contagio da <i>papilloma virus</i>	94
Contributo della Dott.ssa Elena Pascolo	
Nota sull'autore	146



## PREFAZIONE

Mai pensato finora di scrivere una prefazione, adesso mentre lo sto facendo, ho capito come non potesse esserci cosa che avrei desiderato di più.

Pur occupandomi di IT (Information Technology), ho sempre avuto passione per la vendita e la negoziazione.

Sono intimamente convinto che la persona se animata da visione, ardore e impegno, possa modificare le proprie sorti; infatti, nonostante una disabilità dalla nascita che per i medici non mi avrebbe consentito di camminare oggi cammino, corro e vado in scooter.

Con il passare degli anni misi però questa forza a tacere.

Un lavoro comodo, forse ambito da tanti, la necessaria sicurezza dovuta alla famiglia e gli eventi scorrono mentre gli anni passano.

Ero alla ricerca di un'abitazione e un po' scontento dalla scarsa professionalità di taluni agenti immobiliari, mi misi a navigare su internet e mi imbattei in un video di Gianluca, intitolato "Siete sicuri di sapere come si compra una casa?".

Ricordo come fosse ieri, la gratitudine che provai immediatamente verso questa persona a me sconosciuta.

Apprezzai l'utilità del messaggio che realmente avrebbe potuto evitarmi spiacevoli e costosi guai.

Rimasi affascinato dal suo carisma, dalla forza delle parole e dalla chiarezza dell'esposizione.

Mi colpì la naturale capacità di semplificare concetti complessi e renderli alla portata di tutti.

Da lì ogni momento libero guardai i video di Gianluca, perché ne pubblicò diversi e non tutti riguardanti il solo ambito immobiliare.

Gianluca riaccese in me sentimenti messi a tacere.

La convinzione da lui espressa, che la persona possa essere utile al prossimo e fare la differenza risolvendo un problema che resterebbe altrimenti irrisolto, fu musica per le mie orecchie.

Desiderai assolutamente imparare, i video risvegliarono il mio appetito, che divenne presto fame.

Gli telefonai convinto di trovare una segreteria o nella migliore delle ipotesi, una segretaria ben istruita a fare filtro.

Mi rispose lui in persona e mi si bloccò il respiro, non mi sembrò vero essere riuscito a contattarlo con tale facilità.

Rimasi impressionato dalla sua capacità di ascolto non comune. Andai dritto al punto e dissi: “voglio ciò di cui lei parla, credo fermamente nelle cose che insegna”.

Ci incontrammo a Milano, mi trovai davanti un uomo alto, in splendida forma, più giovane di come lo percepì in alcuni video. Cominciò a parlarmi e quello che mi disse, non fu esattamente ciò che mi aspettai di sentire.

“Se vuoi ti formo specificamente come agente immobiliare, ma ne sei sicuro? Io te lo sconsiglio...”

Se ti fiderai di me - *aggiunse* - ti formerò perché tu possa affrontare qualsiasi tipo di situazione, poi farai ciò che ti piacerà, anche intermediare case se lo vorrai, ma prima tira fuori chi sei veramente”.

Non ci rimasi bene, ma prestai comunque attenzione alle sue parole. Ci accordammo per un percorso formativo della durata di un anno.

Mentre tornai a casa, non seppi se essere contento o spaventato. Con mia moglie ci dicemmo di investire nella mia formazione, con l'idea di diventare un professionista nell'immobiliare, grazie al modus operandi di Gianluca.

Ma questa idea fu smontata dal colloquio.

Non furono giorni facili, mia moglie che dapprima mi spronò in questa idea sembrò spaventata; io non da meno, non seppi

esattamente cosa aspettarmi, quindi non ebbi i mezzi per rassicurarla.

Iniziai ed il riassunto dei primi due incontri fu: “hai troppa fretta, devi darti tempo, prima devi capire come sei arrivato fin qui”.

Tutto continuava ad essere diverso da come avessi immaginato.

Dal terzo incontro qualcosa cambiò dentro di me, cominciai a comprendere l'aiuto sincero che Gianluca mi avrebbe fornito.

Non avrei più preteso che il mondo e le situazioni intorno a me mutassero, bensì cambiò la mia visione del mondo stesso, la mia interpretazione degli eventi e soprattutto il mio modo di agire in funzione di essi.

Gianluca sa capirti meglio del tuo più intimo amico e comunicarti in modo efficace la verità più cruda, che detta da un'altra persona ti ferirebbe.

Le parole da lui spese, unite alla sua modalità di ascolto unica, rendono ogni colloquio una lezione.

Gli eventi della vita personali e professionali diventano il terreno fertile dove costruire il nuovo.

Le tecniche studiate, da lui provate e sperimentate negli anni, una volta trasmesse per essere facilmente comprese, diventano armi potenti.

Gianluca oltre a essere il formatore che tutti meriterebbero, ti segue sempre, un'email, un messaggio, una parola, non ti fa sentire mai solo.

Le piccole grandi vittorie cominciano ad arrivare, dove prima trovai guerra, adesso c'è pace.

Affronto i problemi quotidiani con una forza nuova, a me prima sconosciuta.

Ho acquisito la capacità di focalizzazione necessaria per ottenere il massimo possibile da ogni situazione.

Questo libro, che considero un regalo per chi lo leggerà, permette di conoscere l'uomo in una veste nuova, una veste che in realtà può essere di tutti, ma non tutti hanno la forza di portare.

La veste del coraggio a prescindere dalle circostanze.

È un libro intimo dove Gianluca, durante un percorso di coaching fa togliere l'armatura al suo "allievo", permettendogli di ripercorrere i passi che lo hanno portato a trovarla e indossarla.

Definisco questo racconto il racconto di tutti e per tutti, in cui l'autore dona alcuni semplici, non facili insegnamenti che se applicati con fermezza, miglioreranno la tua vita.

Per finire desidero spendere due parole sulla formazione.

Siamo invasi da coach, guru, manuali di trasformazione.

Gianluca attraverso la sua sensibilità e il suo esclusivo modo di porsi, innova un settore in apparenza saturo.

In questo libro è presente una nuova modalità di formare la persona, fornendole valore concreto senza avvilirla e sminuirla, accompagnandola per mano verso la felicità a cui tutti aspiriamo.

**Claudio Sala**

Fineco Bank  
Banca del Gruppo Unicredit  
Information Technology  
Gestione Datacenter

“Colui che è coraggioso è libero”.  
Seneca



## INTRODUZIONE

*“Ogni uomo ha una sola vocazione, trovare la via verso sé stesso: il suo compito è scoprire il proprio destino, non uno qualunque e viverlo tutto in fondo risoluto dentro sé. Tutto il resto è solo una falsa esistenza, un tentativo di evadere, un ritorno all’ideale di massa, è adattamento e paura della propria interiorità”.*

*Hermann Hesse*

Sono molto felice tu abbia questo libro tra le mani e stia per leggere una storia, che potrebbe cambiarti la vita.

Probabilmente se ti ha attratto, anche tu non sei entusiasta della tua esistenza, vorresti trasformarla, ma hai paura.

Magari vivi dei condizionamenti, non credi a sufficienza nelle tue capacità, pensi di non meritare una vita più appagante, oppure ignori quale sia la tua vocazione.

Spesso si rinuncia a vivere la vita per cui si è nati, per la responsabilità verso la propria famiglia o per il mutuo da pagare, quindi diventa pericoloso correre dei rischi, ripartire da zero. Tuttavia è dura convivere, ogni giorno, con quell’infelicità presente fin dal suono della sveglia.

Questo libro non contiene una formuletta magica che ti condurrà all’oro, bensì racconta la vita di Michele, una persona come tante che invece di commiserarsi ha avuto l’umiltà di chiedere aiuto per trasformare la propria esistenza, partendo dai comuni terremoti della vita che lo avevano da poco colpito.

E come se non fossero stati ancora sufficienti, durante il nostro percorso di coaching gli accadde qualcosa di inimmaginabile che avrebbe tagliato definitivamente le gambe a chiunque.

Ora trova un posto comodo, concentrati e goditi questo viaggio.



## PROLOGO

Una mattina Michele sta andando ad un appuntamento di lavoro, quando un ragazzo nel vederlo, abbandona sul marciapiede il carrello con cui sta scaricando dei prodotti da un furgone, gli va incontro sorridente e gli dice: “Mi scusi, posso stringerle la mano? Sono un suo fan, mi piace tantissimo ciò che dice nei suoi video e come lo dice. Non ha idea di cosa lei rappresenti per un ragazzo come me. Grazie!”.

Michele è gratificato da quelle parole, prova un’emozione molto più forte di quella avvertita in occasione di grandi affari conclusi per suo merito. Ha bisogno di fermarsi un attimo, di sedersi, perché il suo pensiero va a tutte le sofferenze patite negli ultimi anni, che scorrono nella sua mente una dopo l’altra. Quando mi contattò per chiedermi aiuto stava vivendo uno stato d’animo totalmente opposto.

La sua vita apparentemente fin lì coraggiosa si fermò in un vicolo cieco, quello in cui si trovano tanti prima o poi se hanno rinunciato a vivere la propria esistenza.

Michele si raccontò di aver avuto abbastanza coraggio, sbagliando.

Da 0 a 10 pensò di averne avuto 8 o 9, ma ciò non fu comunque sufficiente, come non lo sarebbe stato per nessuno, perché così come l’acqua a 99 gradi non bollirebbe mai, il coraggio deve essere totale e senza riserve perché ci consenta di raggiungere le mete che ci prefiggiamo.

Molte cose decise da altri le cambiò, ma non tutte.

Omise di vivere la propria vita appieno e rischiò di perderla per questo, fermandosi al penultimo miglio.

Si convinse di non aver accettato alcun compromesso, di non aver preso alcuna scorciatoia, ma la realtà fu un’altra.

Fece il furbo, se la raccontò come tanti e come tanti smarrì la strada rendendosi irriconoscibile, rischiando di vanificare anche tutto quello che, invece, fece di buono.

Ma avrebbe dovuto accorgersi che la sua vita era fondata su premesse sbagliate. E sai cosa gli fece aprire gli occhi?

Ciò che la maggior parte di noi spererebbe di ricevere per svoltare, per cambiare vita.

Un'eredità milionaria (in euro) a lui e suo fratello Paolo.

Ma non voglio anticiparti altro, da adesso in poi conoscerai la storia direttamente dalle parole del protagonista.

È un lunedì mattina, mancano pochi minuti alle 9 e sto aspettando nel mio studio Michele, rivoltosi a me dopo aver partecipato ad un seminario sul coraggio organizzato a Milano. Ricordo che mi scrisse un'email toccante, in cui ringraziandomi per le emozioni provocategli prese coscienza di quanto avesse bisogno di aiuto per trasformare la propria esistenza.

Eccolo che arriva.

“Ciao Michele accomodati”.

“Buongiorno Gianluca, sono un po' emozionato, ho visto dapprima i tuoi video sui social e partecipato all'evento dal vivo del mese scorso, ma sinceramente mai avrei pensato di trovarmi un giorno nel tuo studio. Ti confido di aver avuto sempre molta diffidenza nei confronti di questi coach *all'americana* che insegnano formule dal successo facile.

Ma devo ammettere che fin dal principio ebbi la sensazione che tu parlassi la lingua di tanti, quella della strada, delle ferite comuni e allora mi sono immedesimato nella tua storia, ho preso coraggio e ti ho scritto.”

“So bene di cosa parli Michele, siamo circondati da libri, video e seminari sul successo, credo anche che alcuni siano ottimi, tuttavia io posso aiutare le persone solo dando suggerimenti che derivino dalla mia esperienza.

Ora però, non vorrei impiegare troppo tempo a parlare di me, vorrei mi raccontassi di te.

Ho letto attentamente la lettera che mi hai scritto e sono certo di poterti aiutare, a patto che tu mi faccia una promessa”.

“Quale Gianluca? Sono pronto.”

“Devi prima di tutto assicurarmi che svuoterai te stesso da qualsiasi convinzione. Le persone si sabotano proprio a causa di ciò che credano sia vero, in realtà scoprirai più avanti quanto questa sia un'idiozia.

Ora raccontami la tua vita, io non ti interromperò, salvo non abbia necessità di comprendere meglio alcuni passaggi.

Quando lo riterrò opportuno ti svelerò il mio insegnamento e l'esercizio da fare per venire a capo del problema e non riviverlo più. Ok?"

"Perfetto Gianluca, non vedo l'ora di iniziare".

"Mi raccomando, non omettere alcunché, altrimenti non potrò essere efficace".

"Come ti ho scritto, ho un fratello più giovane di me di quattro anni, si chiama Paolo e per me è sempre stato più importante della mia vita stessa.

Lo amai e lo difesi fin dal giorno della sua nascita, quando era dietro al vetro della nursery e io, in braccio a nostro papà, fulminai una signora dicendole *Oh, è mio fratello!* solo perché ebbe la sfortuna di fare dell'ironia per la sua pelle piena di grinze a causa di un'asfissia da parto.

Da piccolo non fui mai molto capace di difendermi temendo tutto e tutti, ma mio fratello valse, da sempre, più di ogni altra cosa per me. Nascemmo entrambi in una bella zona di Roma, ma presto ci trasferimmo in borgata.

I proprietari della casa dove abitavamo ci sfrattarono, perché vollero utilizzarla direttamente e i miei, non avendo grandi possibilità economiche con il solo stipendio di papà, dovettero optare per una zona molto più economica.

Avevo già sette anni ed ebbi difficoltà ad ambientarmi, poiché ricevetti un'educazione rigida e soprattutto mi fu trasferita una fottuta paura di qualsiasi cosa.

Mio padre maresciallo di polizia e mia mamma casalinga furono completamente condizionati dalla mia nonna paterna, una donna amorevole con noi nipoti, ma possessiva oltre qualsiasi immaginazione.

Dopo il suo arrivo a Roma dalla provincia di Avellino perse suo marito in età relativamente giovane e visse sempre con la convinzione che i figli non avrebbero mai dovuto lasciare i propri genitori, *altrimenti che li fai a fare*, ripeteva spesso.

Era terrorizzata da qualsiasi cosa e di conseguenza trasferiva paura a chiunque le stesse vicino.

Mio padre, suo primogenito, si sposò solo perché ebbe la fortuna di andarsene di casa appena maggiorenne, entrando in polizia per il servizio militare.

Ci pensò l'altro figlio, di svariati anni più giovane, a farle compagnia fino all'ultimo giorno della sua vita.

Vedi Gianluca, non ero libero neanche di avere la febbre che mia nonna arrivava, addirittura prima del medico, a redarguire mia madre per la scelleratezza dimostrata.

Papà, come detto, si costruì una vita grazie alla lontananza da casa, ma per i sensi di colpa generatigli dalla madre, appena si sposò rientrò subito sotto il suo controllo.

Durante la sua breve permanenza lavorativa a Cagliari, conobbe sua moglie e un anno dopo le nozze le disse di dover tornare a Roma, senza neanche troppa condivisione.

Lei proveniva da una famiglia di nove figli, il padre rimase invalido e quando si ammalò gravemente fu affidata insieme ad alcuni suoi fratelli ad un convento di suore vicino casa, perché la mamma non poté accudire il proprio marito ricoverato per lungo tempo e contemporaneamente la numerosa prole.

Era il dopoguerra e la sopravvivenza fu difficile in tali condizioni. Anche per questo le fece male abbandonare la propria famiglia, al punto da convivere anche lei, con un costante senso di colpa alleviato giusto dall'arrivo del mese di luglio per trascorrere le vacanze estive presso i suoi cari.

A Roma sperò di trovare maggiore accoglienza, ma sua suocera non le perdonò mai l'aver sposato il proprio figlio e non riuscì a dimostrarle amore per questo. Dopo pochi anni mancò il padre, ma non le fu concesso neanche di partecipare al suo funerale, perché per farla tornare indietro le inventarono che io ero malato al punto da non toccare cibo.

Rispetto a mio fratello patii ogni paura dei miei genitori e puoi immaginarti come potei crescere in un ambiente così condizionato. Non ci fu domenica che non si fosse trascorsa con la nonna e con lo zio, anche per quanto i miei non fossero affatto autonomi nel muoversi.

Mio padre, per un motivo mai raccontato completamente, smise di guidare fin da giovane quindi abitando in estrema periferia l'unico mezzo per fare qualsiasi cosa fu l'auto di mio zio, con nonna al seguito. A quest'ultima le riuscì il disegno perfetto: essere al centro di ogni cosa per averne il controllo e condizionarla. Come avvenne per la scelta della mia scuola elementare.

Mia mamma per arrotondare lo stipendio di papà eseguiva delle piccole riparazioni sartoriali in casa, quindi non avrebbe dovuto esserci alcuna necessità perché dovessi stare fino alle quattro del pomeriggio in una scuola privata, mentre i miei coetanei uscivano dalla scuola comunale a pranzo.

In realtà mia nonna non poté sfigurare rispetto alla propria vicina di casa benestante, i cui nipoti non frequentarono gli istituti popolari.

Ogni pomeriggio venivo accompagnato a casa su un pulmino guidato da una suora e quando raggiungevo gli altri bambini, questi non mi facevano giocare perché diverso da loro.

Quante volte rimasi ai bordi del campetto ad aspettare inutilmente sperando che prima o poi servisse il pallone che portavo, apposta, sempre con me.

Ma il più delle volte quel pallone mi restò sotto il braccio o costituì l'unico mio compagno di giochi.

La borgata negli anni '80 era difficile, dietro una porta una famiglia buona e nell'altra il contrario, quindi per il figlio di un poliziotto, timido ed educato, non avrebbe potuto esserci posto. Ciò generò nei miei genitori ancora più paura e spesso

intervennero per difendermi da qualche bambino più aggressivo e manesco, pensando di fare il mio bene”.

“Capisco cosa provassi Michele. Un genitore agendo in questo modo, procura al proprio figlio un danno spesso irreversibile, perché da quel momento viene bollato come sfigato”.

“In terza elementare ebbi un problema di salute, che mi fece rischiare di perdere l’anno scolastico.

Le mie tonsille divennero enormi e fui costretto a saltare la scuola per varie settimane consecutive. Non ci fu lunedì in cui, tornato in classe, non si fosse ripresentata la febbre alta, costringendomi a stare a letto fino alla domenica seguente.

Ciò provocò in casa un’insopportabile tensione, ma non tanto per la malattia abbastanza comune nei bambini, quanto piuttosto per l’arrivo quotidiano di mia nonna utile solo ad aggiungere ansia.

Alla fine fui operato e tutto si risolse!

Crebbi senza la possibilità di sbucciarmi un ginocchio fino all’età di nove anni quando mia mamma, di nascosto da tutti, riuscì ad accontentarmi e mi iscrisse ad una scuola pubblica, esaudendo il mio desiderio di *essere un bambino normale*.

“Che coraggio da parte di tua madre”!

“Sì, perché sfidò le reazioni di mia nonna prima e di mio padre poi. In realtà scoprii quanto mio padre avesse necessità che qualcuno lo liberasse dal peso di prendere quelle iniziative, per cui avrebbe dovuto, inevitabilmente, fare i conti con sua madre. Tant’è che comprese il gesto e lo apprezzò molto.

Nonostante questo per i miei compagni di quartiere ero ormai un ragazzino strano, anzi un *soggetto* come si diceva un tempo di un individuo un po' fuori dal mondo e feci una gran fatica ad ambientarmi.

Ma non certo per come mi comportassi, bensì per come non fossi libero di esprimermi, né di fare alcunché.

Così al calcio a cui cominciai a giocare, ma di fatto più per la passione di mio padre, che per la mia”.

“Perché giocavi contro voglia?”

“No, tutt’altro! Ho sempre adorato e adoro il calcio, ma lui, con la sua presenza ingombrante anche in panchina come dirigente, mi condizionò al punto da farmi temere ogni partita come fosse l’esame della vita.

Proprio una domenica mattina, quasi giunti alla fermata dell’autobus per andare al campo, mi accorsi di aver dimenticato gli scarpini. Inizialmente non seppi come dirglielo, consapevole che non ci sarebbe stato il tempo per tornare indietro a prenderli ed arrivare in orario.

Quando glielo dissi mi scaraventò con rabbia la borsa in mezzo alla strada con un calcio, rimandandomi a casa per punizione. Una mia dimenticanza a undici anni non fu tollerata, mentre il fatto di non guidare un’auto che avrebbe consentito di tornare a casa a prendere quanto dimenticato e giungere in tempo per la partita, avrebbe dovuto essere accettato.

Un esame, tutto un maledetto esame, poiché mi fu negato da subito il diritto di divertirmi spensieratamente.

Ma la cosa più grave fu che, nell’impossibilità di comprendere le ragioni di tali limitazioni, piano piano mi convinsi di non piacere, di non essere condiviso, di essere io difettoso e inadeguato. In questo non mi aiutò certo la scelta delle scuole superiori.

Dopo il bel triennio delle medie optai per il liceo scientifico, ma invece di farmi frequentare quello più vicino a casa i miei decisero per quello più vicino alla questura, affinché mio padre potesse intervenire se necessario”.

“Scusa ma intervenire per cosa?”

“Non lo so. Da tale scelta ne conseguì che ogni mattina avrei fatto insieme a lui la maggior parte del viaggio in autobus, ma

l'unica occasione per proteggermi, la ebbe proprio il primo giorno di scuola e non la colse.

Devi sapere che fin da piccolo rimasi affascinato dalla figura del conducente. Non perdevo, infatti, occasione di osservarlo attraverso il vetro che divide la cabina di guida dal corridoio.

Quella mattina un uomo si appoggiò a me in modo strano.

In principio non ci feci troppo caso, pensando che il bus fosse pieno, poi quando lo sentì ansimare e avvertì le sue mani lungo le mie gambe, capì come la ragione fosse un'altra e guardando lo specchietto dell'autista mi resi conto di quanto, in quel momento, il mezzo fosse tutt'altro che pieno.

Terrorizzato mi voltai nella speranza che mio padre alzasse i propri occhi dal giornale, ma niente.

Ebbi paura a ribellarmi temendo la reazione di quella schifezza dall'odore nauseabondo e le unghie nere, ma quando arrivò il momento di scendere gli diedi uno spintone e scappai fuori dal bus”.

“Che brutta esperienza, la raccontasti a tuo padre?”

“No, per la vergogna feci finta di nulla, ma ricordo che rimasi tutta la mattina con il terrore di ritrovarmi quell'individuo all'uscita di scuola.

Tornando alla scelta del liceo, anch'essa fu una decisione presa in virtù di una fottuta e inutile paura, perché non accadde mai nulla di ciò che fosse nella fantasia dei miei genitori.

Però per un lustro dovetti attraversare Roma tutti i giorni da un capo all'altro svegliandomi all'alba e soprattutto, non potei trascorrere quei bellissimi anni frequentando i miei compagni. Perché? Diverso anche in questo.

Gli altri ragazzi abitavano tutti vicini, quindi poterono studiare insieme e divertirsi, io dall'altra parte del mondo. Solo.

Tuttavia riuscii a farmi voler bene sia da loro che poi dai miei coetanei del quartiere, quelli buoni, la crema”.

“Quando le cose dipendevano solo da te è evidente come riuscissi a ottenere sempre ciò che ti potesse far felice”.

“Sì, ma ancora non ero in grado di riconoscermi tali potenzialità. Mi guadagnai però la possibilità di essere introdotto nel gruppo dei prescelti grazie a un ragazzo che ebbe l’opportunità di conoscermi meglio e poté descrivermi diverso da come ero sembrato a tutti. Per me fu una conquista bellissima, ma durò tutto maledettamente poco, troppo poco”.

“Perché?”

“Dopo un anno mi ritrovai all’altro capo della città, lontano sia dagli amici faticosamente conquistati che dai compagni di scuola, perché la nostra abitazione fu messa in vendita ed i miei non l’acquistarono, nonostante il prezzo accessibile.

A diciassette anni fu un dramma.

La solitudine fu di nuovo lì a farmi compagnia per un’altra decisione presa non tenendo conto delle mie esigenze.

Vuoi sapere delle mie vacanze estive?”.

“Certo, voglio sapere tutto”.

“Mia mamma ogni anno attendeva luglio per andare un mese dai parenti; nel frattempo mio padre preferendo la montagna, a volte veniva per un breve periodo con noi al mare o rimaneva addirittura a Roma in attesa della fine di agosto, per raggiungere tutti insieme le Dolomiti con un gruppo organizzato.

Verrebbe scontato dire che culo! vacanza doppia, in Sardegna e sulle Dolomiti, cosa hai da lamentarti qui Michele?

Ciò comportò dover trascorrere il mese di agosto a Roma quando gli altri miei coetanei erano tutti in vacanza, ma soprattutto la Sardegna a me riservata era il posto più desolante dell’isola, dove mia zia aveva una villa “estiva” in cui ci ospitava, perché mia madre badasse anche ai propri quattro figli, i quali non avevano alcun amico in quel luogo. Così non fui mai libero di conoscere altri ragazzi, tranne un’estate. Premetto come da tempo desiderassi un motorino, ma mio padre mi giurò che mai

me lo avrebbe fatto acquistare, neanche con i miei risparmi. L'estate precedente vidi un altro mio cugino in giro con un nuovo Ciao della Piaggio, ricevuto insieme a una fornitura di materassi per il negozio di arredamenti dei suoi genitori.

Passai tutto l'inverno a sognare di trovarne uno anche per me al mio arrivo in Sardegna e lì sarebbe stata dura per mio padre non farmelo comprare.

Appena giunto, andai immediatamente a controllare la vetrina degli zii e trovai un fiammante Ciao blu ad aspettarmi, il mio preferito!

Mio padre, che quell'anno sarebbe stato con noi un paio di settimane, me lo fece acquistare a patto che una volta tornati a Roma lo avessi sigillato e dimenticato nel box di mio zio.

Toccai il cielo con un dito, non mi sembrò vero.

Quell'anno i cugini ai quali dover fare compagnia sarebbero stati poco con noi, quindi libero finalmente di muovermi per i fatti miei conobbi un gruppo di ragazzi del posto fantastici, con i quali mi divertii come mai prima.

Ricordo che rientravo a casa solo per mangiare (a volte) e per dormire.

Un bel giorno, quando mio padre era già ripartito, mentre stavo passeggiando vidi mia madre da lontano venirmi incontro, molto agitata. Era fuori di sé e mi ordinò di seguirla".

"Cosa mai poteva essere successo?"

"Decise improvvisamente di trasferirsi fino all'ancora distante ritorno a Roma, a casa della madre che non era certo dietro l'angolo, ma a 20 km da lì.

Mi disperai, non avrei più potuto vedere i miei amici, non capacitandomi del motivo per cui, anche in quell'occasione, non potessi più divertirmi.

Nella circostanza mia madre si risentì per alcune parole di sua sorella ascoltate casualmente e per orgoglio decise di lasciare la casa. Tutto molto più importante di me.

Fui di nuovo solo. Perché?”.

“Calmati Michele, si vede quanto questa cosa ti abbia fatto soffrire, cerca di non farti coinvolgere dal racconto, poi qualsiasi commento lo faremo dopo”.

“Ok Gianluca, scusami. I miei genitori involontariamente si preoccuparono spesso più di ciò che li condizionasse, che delle mie necessità.

Ma non gliene feci mai una colpa, cercai di comprenderli sempre, riuscendo piuttosto ad apprezzare gli enormi sacrifici fatti.

Ciò bastò per ritenermi una persona fortunata.

Ancora oggi, se fosse necessario, si toglierebbero certamente il cibo dalla bocca per aiutarci.”

“Parlami un po' di tuo padre”.

“Lui, contrariamente all'apparenza burbera, è sempre stato un uomo buono, onesto, educato e generoso.

Per debolezza nei confronti della propria madre non riuscì ad imporsi ed a sciogliere quei condizionamenti continui ed insopportabili, ma cosa avrebbe potuto fare di più?

Con una madre così sarebbe stato difficile per chiunque trovare il coraggio di vivere la propria vita senza sensi di colpa e lui fece un vero miracolo nel costruirsi, comunque, una bella famiglia; la stessa a cui mia madre, nonostante le sofferenze, non antepose mai sé stessa, con grande dignità e comprensione delle difficoltà del marito a relazionarsi con la propria.

Le cose per lei migliorarono un po' quando proprio io, stanco di sentirla piangere ogni giorno, senza dirle nulla andai da mia nonna a chiedere maggiore rispetto e mia nonna da quel giorno cambiò. Almeno un po'.

Non fu una cattiva donna, anzi.

Ebbe solo una grande paura della vita, che aumentò quando restò vedova in età tutto sommato giovane e si aggrappò ai figli.

C'è un ricordo ancora oggi che mi genera commozione: ogni tanto mi fermavo a pranzo da lei tornando da scuola e quando andavo via, lei mi guardava dalla finestra fino a che non fossi sparito dietro la curva in fondo alla strada e tutte le volte che mi voltavo a salutarla, era lì a farmi ciao con la mano fino all'ultimo.

Stravedeva per noi nipoti, ci considerava in realtà figli propri, cosa che ripeté tante volte quando le sopraggiunse la demenza senile. Gli ultimi anni non riconobbe più nessuno e fu molto brutto vedere una donna così apparentemente forte perdere lucidità. Ma in realtà era molto fragile”.

“Fu così, quindi, che iniziasti ad avere coscienza del tuo coraggio e come grazie a questo, le cose potessero prendere il senso desiderato.

Vorrei introdurre qui il primo insegnamento che si deduce dalla tua storia”.

---

## INSEGNAMENTO N. 1

### **FA CIÒ CHE È GIUSTO, NON CIÒ CHE DEVI**

Fin dall'adolescenza sentisti dentro di te il bisogno di fare ciò che sarebbe stato giusto, in luogo di ciò che avresti dovuto fare. Tua nonna, governata dalla paura, condizionava tutti imponendo determinati atteggiamenti, ma tu, pur provando grande amore per lei ignorasti l'altrui realtà, modificando gli equilibri su cui si poggiava la tua famiglia.

Tale azione cambiò il corso delle cose, poiché tua nonna da quel momento dovette assumere un atteggiamento diverso nei confronti di tua madre, proprio perché la affrontasti come nessuno prima, facendole anche vedere le cose da un altro punto di vista rispetto al suo. Molte persone, invece, agiscono solamente nel rispetto di ciò che dovrebbero fare, penalizzando

ciò che sarebbe giusto per loro. Purtroppo i condizionamenti che influenzano le scelte sono tanti, poiché sono diverse le figure a cui attribuiamo questo potere.

In genere esse coincidono con chi ha autorevolezza nella nostra vita: un genitore, un insegnante, il datore di lavoro, un superiore gerarchico, il coniuge, ecc.

Quindi ogni volta che ci troviamo davanti ad una decisione da prendere, siamo inevitabilmente combattuti tra ciò che sappiamo essere perfettamente giusto per noi e quanto dovuto per compiacere il volere altrui.

È abbastanza scontata la conseguenza che, procedendo come nel primo caso vivremo la nostra vita, mentre seguendo il dovere vivremo inevitabilmente la vita altrui.

La tua azione però fu soprattutto istintiva, perché mossa dal desiderio di difendere tua madre.

Ora ti indico come renderla sistematica, quando dovrai decidere ciò che sia giusto PER TE, in luogo di ciò che tu debba per qualcun altro.

## AZIONE

Ogni volta che ti troverai davanti a una scelta prenderai un foglio bianco e lo dividerai a metà, come in questo esempio:


nella parte sinistra scriverai l'elenco degli effetti che questa avrà sulla tua esistenza, se deciderai per quanto ti sembri giusto; nella parte destra scriverai gli effetti della decisione, se presa secondo quanto dovuto. La differenza, riferendoti esclusivamente a te stesso, sarà talmente evidente a favore

della parte sinistra, che non ci sarà giustificazione alcuna perché tu scelga la destra.

---

Ti è chiaro, Michele?”.

“Chiarissimo Gianluca. Capisco soprattutto quanto sia importante annotare queste riflessioni, poiché così mi sarà ancora più evidente la migliore azione da intraprendere per la mia felicità”.

“Non solo Michele, ma agendo secondo quanto giusto per te avrai anche modo di mostrare a chi tieni, il mondo da un altro punto di vista. Andiamo avanti”.