

# CON OCCHI NUOVI



*Il vero viaggio di scoperta non consiste nel cercare nuove terre, ma nell'avere nuovi occhi" (Marcel Proust)*

Durante le vacanze e il riposo si è provato ad uscire dalla routine quotidiana, dalle responsabilità lavorative e forse qualcuno ha evitato di indossare l'orologio che solitamente scandisce la nostra vita tra i mille impegni e scadenze.

Provate ora a dilatare per un po' questa dimensione di libertà. Immaginate di avere un **orologio interno**, che non si ha bisogno di indossare, ma che diventa comunque un fido compagno, lasciandoci lo spazio necessario per **vedere con occhi diversi** come è andata la nostra giornata e quindi la nostra vita.

Se avessimo un filtro temporale che ci ricorda quanto **valore** avrebbe il **tempo che viviamo**, in relazione a come stiamo, mentre siamo coinvolti negli impegni quotidiani, aiutandoci a rispettare il timing giusto nel rispondere ai principali bisogni emotivi. Se fosse così, cosa potrebbe accadere alle nostre vite?

Se gli impegni lavorativi e familiari, oltre che rispondere alla sfera del dovere, rispondessero anche a quella del **piacere**, come girerebbe il mondo? Che sapore avrebbe la nostra quotidianità?

Spesso **ci ritroviamo a fare cose che non dovremmo** fare e a non farne altre invece che, per rispetto della nostra "indole", andrebbero fatte o spesso abbiamo le migliori intenzioni ma ci ritroviamo ad agire come se qualcosa o qualcuno fuori da noi ci guidasse. Capita di spingersi oltre la propria personale volontà e desiderio, in nome di un principio o di un programma prestabilito.

Accade poi che se si continua ad imprimere alla propria vita una **direzione "dovuta"** e non voluta si finisca per **"sopravvivere"** come quando le cose della vita diventano inizialmente tollerabili e poi problematiche.

Avendo però appena vissuto un periodo slegato dallo schema di un tempo programmato, qualcosa nel nostro ritmo di vita si è già modificato spontaneamente e ne abbiamo già fatto esperienza. Potrebbero già essere cambiate le nostre priorità e magari abbiamo

già fatto esperienza di come ci fa stare occuparci anima e corpo a ciò che per noi conta di più.

Avere come **obiettivo principale** il proprio **"stare bene"**, consente di vivere fluidamente il trascorrere delle ore e dei giorni, come se avessero sempre un significato.

**Quando ci si ferma** è come se tutto scorresse in una **continua evoluzione** e si è più attenti a ciò che ci circonda, si ascolta il ritmo del proprio organismo e si vive pienamente il tempo a propria disposizione.

Nel quotidiano può essere capitato infatti di sentirsi fermi e indecisi nel fare delle scelte o prendere delle decisioni, braccati da "un noi che ci assomiglia poco".

Quando ci troviamo a gestire problemi anche molto complessi dove dobbiamo considerare tantissimi fattori come persone, responsabilità, ruoli, attività operative, aspetti economici, rischi per la propria e per l'altrui salute, è come se all'improvviso si dovesse scendere da un treno in corsa.

All'improvviso **lo status quo diventa un ricordo** e si apre la strada delle mille opportunità che si potrebbero presentare. Superato lo shock del cambiamento si inizia a scoprire una **nuova dimensione**, magari meno rassicurante, ma più reale e più vera di prima.

**Non è facile arrivare a questa consapevolezza**, spesso finiamo per considerare "chi eravamo" e ciò che pensavamo come l'unico punto di vista corretto sul problema non rendendoci conto però che così siamo fermi.

Ora possiamo accorgerci che **siamo già usciti dagli schemi**, magari forzatamente all'inizio, ma poi, una volta che ci siamo messi in movimento, anche se un po' per inerzia, possiamo iniziare a **scegliere** e a vivere come preferiamo. **La vita cambia quando iniziamo a guardarla con occhi nuovi.**

Buon viaggio!

Simona Seu e Giusy Carrubba