

*Alfio Cascioli*

# IN VIAGGIO CON IL PELLEGRINO

Per camminare leggeri  
nella società pesante



*Le Comete FrancoAngeli*

## *Le Comete*

Per capirsi di più. Per aiutare chi ci sta accanto. Per affrontare le psicopatologie quotidiane. Una collana di testi agili e scientificamente all'avanguardia per aiutare a comprendere (e forse risolvere) i piccoli e grandi problemi della vita di ogni giorno

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet: [www.francoangeli.it](http://www.francoangeli.it) e iscriversi nella home page al servizio “Informatemi” per ricevere via e.mail le segnalazioni delle novità.

*Alfio Cascioli*

# IN VIAGGIO CON IL PELLEGRINO

Per camminare leggeri  
nella società pesante

*Le Comete/FrancoAngeli*

Copyright © 2010 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

*L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito [www.francoangeli.it](http://www.francoangeli.it).*

*a Lilia*



---

# Indice

<b>Introduzione</b>	pag.	9
<b>1. Camminare senza pesi nella società pesante</b>	»	17
1. La maledizione del possesso	»	23
2. A chi il primato?	»	27
3. Il peso di sentirsi forte	»	34
4. La paura di amare	»	41
5. Telefonino, computer e solitudine	»	46
6. La paura del cambiamento	»	51
<b>2. Cercare la propria strada</b>	»	61
1. Alla scoperta del grande sconosciuto	»	66
2. Attenti a Narciso!	»	69
3. Il fantasma del “brutto anatroccolo”	»	73
4. Aprirsi agli altri	»	80
5. Il futuro è femmina	»	85
6. Camminare nel tempo senza tempo	»	89
7. <i>Forrest Gump</i> : ovvero l’affermazione dell’anti-modello	»	100
8. Il treno della vita	»	106
<b>3. I fari e le oasi nel cammino di vita</b>	»	111
1. L’energia dell’ottimismo	»	115
2. La speranza costruttrice	»	121
3. L’ascolto del silenzio	»	128
4. Alla conquista dell’armonia	»	134
5. Vibro, quindi vivo e vivrò	»	141



**4. Il manuale da viaggio del pellegrino**

pag. 151

**Il saluto del pellegrino**

» 155

---

# Introduzione

L'immagine del "pellegrino", di noi pellegrini su questa terra, in questo nostro cammino di vita è affascinante, al di là delle diverse definizioni che possono essere date di questo personaggio.

Una di queste lo individua in: "chi si reca in un luogo sacro per voto, penitenza o per devozione".

Nel nostro riferirci metaforicamente a questa figura del "pellegrino" lo renderemo molto attuale, dando finalità ben più ampie al suo peregrinare. Ne faremo un personaggio che insieme a noi, vicino a noi, percorre le molteplici strade del cammino di vita in questa società di oggi così complessa e così difficile.

E ci accompagneremo a lui nel suo peregrinare confrontando continuamente, nel ricordo come nel vivere presente, le nostre esperienze, i nostri vissuti, le nostre difficoltà: insomma, la nostra soggettiva esperienza di vita, unica e irripetibile.

Sarà, quindi, come un'ombra e, contemporaneamente, uno specchio sui quali poter intravedere una parte poco conosciuta di noi, che però ci accompagna sempre, facendo parte di noi.

E, nello specchio, avere la possibilità di percepire in maniera più chiara e profonda il modo in cui ci poniamo nei confronti delle situazioni, delle persone e della vita.

Una figura di "pellegrino" che ha trovato larga conoscenza nel passato e che ancora viene ricordata, in particolare negli studi liceali, è quella di *Candide* di Voltaire.

Questo libro suscitò un particolare interesse e molte polemiche nella seconda metà del '700.

Voltaire attacca, con una satira mordente, la teoria delle “cause finali”, allora in voga.

Pangloss, il maestro di Candido, sostiene che

“Le cose non possono essere altrimenti poiché tutto è stato fatto per un fine, tutto è necessariamente per un fine migliore. Notate che i nasi sono stati fatti per reggere gli occhiali, perciò abbiamo degli occhiali. Le gambe sono visibilmente costituite per calzare brache, e abbiamo delle brache. Le pietre sono state formate per essere tagliate e costruire castelli, perciò monsignore ha un bellissimo castello... Di conseguenza, coloro che hanno affermato che tutto è bene hanno detto una sciocchezza, bisognava dire che tutto è per il meglio” (Voltaire, *Candide*, Einaudi).

E con questo ottimismo e questa sicurezza Candido si mette in viaggio per diversi luoghi del mondo facendo continue esperienze negative, con risultati disastrosi.

Così stretto dentro le sue convinzioni di base e così poco disponibile a confrontarsi con il nuovo e l'imprevisto non si rende conto di aver trovato quell'Eldorado di cui da secoli si parlava come di un luogo meraviglioso e felice.

Candido lo incontra nel Perù. Un piccolo regno, anticamente abitato dagli Incas, in una valle nascosta dalle montagne circostanti, dove un gruppo di abitanti originari, anziché andare a combattere gli spagnoli e a morire, sono rimasti a godersi la vita, usufruendo di tutto quello che una natura generosa offriva loro.

In questo piccolo regno non c'erano prigioni perché non c'erano processi.

Non c'erano preti perché tutti adoravano Dio dalla sera alla mattina ringraziandolo perché dava loro tutto quello di cui necessitavano.

Quando Candido chiese come ci si doveva prostrare di fronte al loro re gli risposero che l'uso era “di abbracciare il re e baciarlo sulle due guance”. In quel regno oro e pietre preziose avevano un valore solo per abbellire i luoghi e gli arredi. Niente di più.

Candido si meraviglia di tutto questo ma non comprende che l'Eldorado che lui ha incontrato non è nell'abbondanza di oro e pietre preziose, ma nel meraviglioso modo di vivere degli abitanti. E, infatti, lascia questo paese carico di gioielli che lo avrebbero reso molto ricco e che poi regolarmente gli vengono sottratti nel prosieguo della sua avventura.

Dopo più di 250 anni, la metafora di *Candide* è ancora attuale e significativa.

Di quale “Eldorado” è alla ricerca l'individuo di questa nostra società così detta “avanzata”?

Sa cosa sta cercando?

Ha dei punti di riferimento?

Sceglie un cammino o si avvia semplicemente per la prima strada che gli si presenta?

Agli incroci delle strade della sua vita sa da che parte andare?

Ma, soprattutto, fa le esperienze in maniera “cosciente”, cioè “elaborandole”?

Perché può essere esatto affermare che le esperienze della vita ci fanno crescere, ma questo avviene quando le sappiamo “elaborare”, per comprendere di volta in volta come ci siamo comportati e, se sono andate male, quali sono stati i nostri limiti nell’affrontarle, per essere in grado, poi, di fare le esperienze successive in maniera diversa e con diversi risultati.

Se non c’è questa capacità di “elaborazione” si rischia di fare tutte le esperienze allo stesso modo e con gli stessi risultati. Prendendo sberle da tutte le parti, come Candido.

E, allora, magari ci si consola dicendo a se stessi: “capitano tutte a me”. Oppure, tirando in ballo la “sfortuna”.

Contrariamente a Candido, la storia umana ci ha offerto molte figure belle e significative di “pellegrino”.

Una di queste è sicuramente Marco Polo, personaggio affascinante che ha dedicato la sua vita alla scoperta del mondo e del diverso.

L’ha fatto con lo spirito di chi si apre, con tutto se stesso, al fascino del mondo, come fa il bambino in quella fase della sua vita in cui c’è piena sintonia e compenetrazione tra se stesso e il mondo circostante.

Ma a questo punto come non si può considerare “pellegrini eccellenti” personalità come Gesù di Nazareth, Gandhi, Martin Luter King, papa Roncalli (Giovanni XIII), Nelson Mandela e tutti gli altri che hanno fatto della loro esperienza terrena un cammino di continua ricerca della verità, del senso più profondo della vita.

Sono queste le “anime belle” che hanno dato un grande impulso qualitativo alla società umana.

Con il loro peregrinare hanno dato un esempio concreto, una testimonianza sulla loro pelle, di come una umanità può marciare insieme lungo il sentiero della vita, dandosi reciproca testimonianza di come un “dono” può essere reso accessibile e goduto da tutti coloro che ne sono i destinatari.

Tutti questi personaggi che hanno illuminato il cammino dell’intera umanità possono essere giustamente considerati i “grandi pellegrini” della nostra civiltà.

Ma attenzione, abbiamo citato solo alcuni fra i tanti che la storia ci ha fatto conoscere e tramandato.

Poi, però, ci sono i milioni di pellegrini sconosciuti che nella loro picco-

la o grande realtà hanno dato un messaggio altrettanto forte di valori umani e civili con la loro vita esemplare.

E ci siamo, infine, noi.

Ognuno di noi è pellegrino su questa terra, e con il suo esempio di vita quotidiana lascia un “segno”, una “impronta”, che può aiutare chi cammina smarrito vicino a lui o dopo di lui.

L'evoluzione umana procede attraverso questi “segni” e queste “tracce”.

Una figura molto attuale di pellegrino è quella di chi oggi intraprende il cammino per Santiago de Compostela, in Spagna.

Fra le tante esperienze forti vissute dal pellegrino nel cammino della sua vita c'è stata e continua ad esserci anche questa.

Momenti e giorni davvero esaltanti in cui è intensa la comunicazione con sé, con gli altri e con il senso vero della vita.

Il cammino per Santiago mette alla prova e allena il corpo e l'anima.

È incredibile e anche misterioso il come e il perché questa esperienza coinvolga così tante persone laiche oltre che credenti, provenienti da ogni parte del mondo.

Questo mistero il pellegrino l'ha vissuto sulla propria pelle.

Il pellegrinaggio è un cammino alla ricerca di se stessi: il santuario di Compostela è la metafora della soggettiva ricerca del senso e del fine della propria esistenza.

Nel camminare, come nel sostare, s'avverte profondamente il mistero e la solitudine della propria vita e quella degli altri che camminano insieme a noi. Sentire che anche loro sono come noi alla ricerca ci fa sentire meno soli. Ci dà speranza e ci sprona a proseguire il percorso.

Lungo la strada c'è chi va più lento e chi più spedito, ma aleggia uno spirito di solidarietà, per cui chi è più avanti è attento a chi rimane indietro.

C'è chi è partito dall'inizio del cammino e chi si è inserito più avanti perché ha meno energie, ma non ci sono primi e secondi, più dotati e meno dotati: ognuno fa quello che può.

È una umanità che mette tutto insieme: razze, linguaggi, cultura, religioni e credenze diverse. La diversità rafforza il sentimento di appartenenza comune a questo mondo.

Una presenza di tutti all'interno del mistero della vita.

Il pellegrino, sempre più affascinato dal mondo fisico delle “vibrazioni” che sono alla base della energia vitale, ha sentito forte in diversi momenti muoversi dentro e intorno a sé questa energia “vibrante”.

Il pellegrinaggio per Compostela diventa più che mai la rappresentazione in piccolo dell'umanità che è in cammino.

Una comunità di persone alla ricerca di se stesse e di un significato da dare alla propria esistenza.

Il messaggio che viene da questa esperienza è che la ricerca del senso della propria vita si sviluppa attraverso la conoscenza di se stessi e la ricerca dell'altro.

Se si cammina insieme ci si sente più forti nei confronti delle paure che si agitano dentro di noi e che il mondo circostante ci scatena.

Se ci si sente insieme ci si ferma per aiutare chi è stanco o scoraggiato.

Se è freddo o piove ci si ripara e riscalda insieme.

Si mette in comune quello che si ha perché c'è la forte convinzione che tutto ci viene da questo mondo che non ci appartiene e che ci ospita.

E quello che la natura ci regala appartiene a tutti perché è di tutti il sole che sorge e che ci riscalda.

È di tutti la notte che ci richiama a prepararci con più energia e più entusiasmo al domani.

È di tutti la pioggia che ristora e dona la vita al creato.

Sono di tutti le conquiste dell'umanità, perché tutti hanno potuto usufruire di questi doni gratuiti del creato.

A questo punto il pellegrino si lascia andare con la sua immaginazione alla visione di una intera società umana che insieme si mette in cammino, con lo stesso spirito dei pellegrini che vanno a Santiago de Compostela.

Una comunità, quindi, che cammina insieme attenta a che tutti, prima o poi, arrivino bene al traguardo del proprio peregrinare.

Ebbene, da qui in poi noi accompagneremo nel suo cammino questo nostro pellegrino, che può rappresentare una parte più o meno grande di ognuno di noi, riconoscendogli, in partenza, una capacità di "elaborare" le esperienze della sua vita, di farne dei momenti di crescita di se stesso e di possibilità di realizzare una sempre migliore **"qualità della vita"**.

Perché è la profondità dell'essere che fa cogliere la profondità della vita.

Certo, rimane il problema di vedere, poi, se la sua qualità della vita vada bene anche a noi.

È questo l'aspetto stimolante del cammino che faremo insieme a lui.

Con la nostra infinita e meravigliosa fantasia potremmo continuamente immaginarci di camminare vicino a lui, costruirci o richiamare alla memoria situazioni, luoghi e persone con cui intrattenerci. Anche fermarci, ogni tanto, magari all'ombra di un albero nella buona stagione o di fronte ad un caminetto con il fuoco ardente, nella cattiva, per ripensare insieme agli incontri avuti, alle persone conosciute, alle emozioni vissute.

Lasciamo perdere possibilmente le cose rimpiante, che non si recuperano più, purtroppo.

Qui e oggi c'è l'esigenza per tutti di prendere in mano consapevolmente noi stessi e il nostro destino per vivere meglio il domani, riappropriandoci

della nostra “ombra” che ci segue sempre e controllando su uno “specchio” pulito quale è la nostra immagine più vera.

Il pellegrino fin dall’infanzia ha subito il fascino della parola “saggezza”.

La utilizzava spesso il nonno quando, prendendolo sulle proprie ginocchia di fronte al fuoco che ardeva in inverno, o sotto l’ombra in estate, gli parlava della sua vita e delle esperienze che più lo avevano coinvolto.

È solo con il passar degli anni che è riuscito a dare un senso più preciso e più completo a questa parola: la “saggezza”, appunto.

Allora ha compreso che il suo significato non è legato solo al “come comportarsi” nei vari momenti e nelle diverse situazioni della vita.

La “saggezza” è dentro ognuno di noi.

È una entità unitaria e omogenea che lega la nostra razionalità ai nostri sentimenti, le esperienze fatte alla elaborazione che ne è susseguita.

“Saggezza” significa tenere sempre aperta e allenata la nostra mente.

“La mente è come il paracadute, se non si apre non serve”, ebbe ad affermare Albert Einstein.

E, soprattutto, la “saggezza” non è un faro immobile che illumina per sempre la stessa zona di mare, ma è una luce che si sposta, è in cammino, si alimenta di luce propria, ne aumenta l’intensità e la vastità della zona coperta dalla luce avvalendosi, anche, della luce degli altri.

Le zone d’ombra che il faro della propria saggezza non riesce ad illuminare possono essere coperte dalla luce degli altri in cammino vicino al pellegrino.

Come distinguere il vero saggio tra i tanti che oggi si atteggiavano e si propongono come tali?

Il vero saggio è, innanzi tutto, una persona coerente nei suoi comportamenti di tutti i giorni con i principi a cui si ispira.

La qualità della sua vita interiore è in sintonia con quella esteriore e, quindi, con le persone, la natura e la vita complessivamente intesa.

Il pellegrino nel ripensare al proprio nonno, che amava parlargli da adulto ad adulto, individua in lui un vero saggio, pur con le sue modeste origini e livelli di istruzione.

Un saggio che non ostentava mai di voler apparire tale.

Chi si atteggia a saggio senza esserlo, senza avere alle spalle un “vissuto” che lo ha reso tale, è una persona che ha grossi problemi irrisolti di immagine e di autostima.

La saggezza disgiunta dalla semplicità di pensiero e di vita lascia in bocca la delusione tipica di chi va a tastare le foglie e i petali di un bel mazzo di fiori e si accorge che sono finti.

Non lasciano né aromi, né emozioni: non hanno un alito di vita.

La saggezza, quella vera, può rappresentare un forte alimento a quella “speranza costruttrice” di cui si parlerà in seguito. Ma, anche, una grande risorsa per poter realizzare una sempre migliore “**qualità della vita**”.

La saggezza non viene solo dai libri ma, soprattutto, dalle esperienze che si fanno.

Però il libro può aiutare molto, nel senso di aiutare ad “elaborare” le esperienze che si vivono.

In questo modo le esperienze “valgono di più” in quello che è il soggettivo percorso di vita.

Quando il pellegrino entra per la prima volta in una abitazione e non vede in giro dei libri avverte un senso di disagio: sente che in quella casa manca qualcosa.

Qualcosa di importante!

Magari è una casa con molte stanze, con un arredamento prezioso, ma è assente qualcosa che dà un senso di intensità all’ambiente.

Una casa senza libri è una casa di passaggio, senza storia.

Come, pure, a una vita senza libri viene a mancare un alimento in più. Il sale dell’esistenza.

Quel sale che ti può arricchire i momenti di vita e te li fa cogliere con più profondità, rendendoti anche più belli.

Il libro, insomma, ti dà una chiave di interpretazione in più che ti aiuta a comprendere la complessità delle persone e dell’esistenza.

Ti dà più sostanza!

A meno che il libro non venga ridotto ad uno strumento di “erudizione”, slegato da una vita in cui, insieme alle conoscenze, circolano anche emozioni e sentimenti.

Il pellegrino è un appassionato lettore di libri.

I libri sono un ristoro cercato e goduto nelle soste del suo peregrinare.

Il tempo trascorso nelle librerie è un “tempo di vita”.

È un tempo che richiede distensione e serenità. E grande spazio per la “curiosità”.

I tempi passati in libreria e a leggere i libri sono tempi che segnano il cammino di crescita delle persone.

Ai libri il pellegrino deve molto.

Lo hanno aiutato ad uscire dalle condizioni di partenza, certamente non privilegiate, facendosi strada nella vita.

Lo hanno aiutato molto a capire il mondo in cui di volta in volta si trovava a vivere.

Gli hanno dato strumenti importanti per orientarsi meglio ai bivi della vita in cui si decide il futuro professionale ed emotivo.



Attraverso il libro si sente più forte il legame con il passato e con la realtà che ti circonda.

La persona con il libro in mano, assorta nella lettura, diventa immediatamente la scena di un dipinto che ti ispira e ti distende.

La persona che ha letto molto e che ha fatto maturare dentro di sé i frutti delle sue letture è una persona più libera.

Sa cogliere in anticipo il pericolo che può venire da colui che si sta preparando a limitare la libertà degli altri per raggiungere il potere.

Una società che non legge i libri è una società ignorante, pur nel senso buono della parola, che si predispone ad essere manipolata.

I dittatori non hanno mai amato la cultura, anzi, hanno cercato in ogni modo di limitarla, arrivando anche ad oscurare le menti e gli spazi in cui respirava.

I governi, le famiglie e le istituzioni a cui è delegata la responsabilità di offrire strumenti di conoscenza ai cittadini, dovrebbero mettere ai primi posti l'istruzione e la cultura.

Andare a risparmiare sulla cultura significa dare meno speranza allo sviluppo civile di un popolo.

Il risparmio sulla cultura è simile a quello del contadino che non concima il suo terreno per risparmiare, rendendolo in questo modo sempre più sterile.

È dal momento in cui l'uomo ha incominciato a scrivere e a conservare la scrittura che è davvero incominciato lo sviluppo della società umana.

Le biblioteche e i libri che in esse sono contenuti sono la testimonianza più forte della capacità della mente umana.

In esse c'è l'anima che è riuscita a resistere al logorio del tempo, testimoniando le varie tappe del passaggio di quella creatura che ha saputo proiettare lontano un "dono" ricevuto in mano, cioè l'uomo.

Il libro ci colloca in questa storia aperta con i capitoli ancora tutti da scrivere.

Ci fa sentire più dentro a questa storia in divenire.

In questa storia ci siamo anche noi!

# Camminare senza pesi nella società pesante

Il pellegrino ama stare tra la gente, usa i mezzi pubblici, fa la spesa ai mercati rionali. Insomma quando sta in mezzo agli altri si sente più vivo che mai.

Ed è stando fra la gente che ha la sensazione forte di quanto “malessere di vita” sia presente.

Eppure è quella odierna una società che ha fatto indubbiamente dei grandi passi in avanti in ogni direzione rispetto al passato.

Ma allora da dove viene questo diffuso “malessere di vita”?

A questo punto la risposta non è per niente facile. Del resto, di fronte alla complessità delle situazioni non c'è mai una risposta semplice.

Certo è, però, che l'interrogativo è importante e nello stesso tempo affascinante.

E il pellegrino è da sempre profondamente coinvolto nel darsi una risposta perché si sente parte di questa società, ne è carne della carne. Come si fa a sentirsi distaccati da un organismo che è parte di noi?

Come si fa, ad esempio, a rimanere indifferenti di fronte ad una percentuale di suicidi giovanili che è in crescendo, soprattutto nei paesi dove le condizioni di vita, almeno quelle economiche, sono migliori?

I giovani dovrebbero rappresentare l'incarnazione della passione della vita, della speranza e dell'entusiasmo per il futuro, della gioia di vivere.

Alcuni studiosi di problemi giovanili incontrati di recente dal pellegrino hanno manifestato forti preoccupazioni sul fenomeno del suicidio dei giovani, specie negli USA.

E cosa dire del continuo incremento delle patologie depressive e dei cosiddetti “disturbi bipolari”, nei quali agli stati di depressione si accompagnano fasi maniacali?

Per una parziale comprensione di questo “malessere di vita” ci viene incontro Maslow nel mettere in rilievo la sostanziale differenza tra i bisogni primari e quelli secondari della persona (Abraham Maslow, *Motivazione e personalità*, Armando).

L'individuo del XXI secolo, quello delle cosiddette società “avanzate”, non ha da soddisfare i soli bisogni primari, cioè il mangiare, bere, dormire e garantirsi una certa sicurezza. Questi sono bisogni che una volta appagati danno una piena soddisfazione facilmente riscontrabile.

Non è un caso che nei paesi sottosviluppati dove, appunto, il problema principale è quello di soddisfare questi bisogni primari, il suicidio è praticamente assente.

Diventa tutto più difficile quando, una volta soddisfatti i bisogni primari, incominciano a emergere i secondari, come il senso di stima e di autoaffermazione.

Sono più difficili da soddisfare e da mantenere soddisfatti nel tempo. Allora tutto diventa precario, se non evanescente: oggi ci si sente realizzati, domani con un insuccesso si presenta il vuoto.

E il vuoto pesa, mortifica, deprime.

Se non si è impostata la propria vita in termini di crescita psicologica, quindi interiore e non legata ai riconoscimenti degli altri, quando questi vengono a mancare la propria personalità rischia di sfaldarsi, come i muri di un edificio sottoposto alle continue scosse di terremoto.

Ecco che si aprono le porte alla depressione e ai tanti disturbi psicosomatici che trovano facili strade di accesso attraverso l'indebolimento delle difese immunitarie.

Quando il soggettivo equilibrio di vita è maledettamente limitato tanto da comprendere solo spinte all'affermazione lavorativa e sociale, l'equilibrio stesso è davvero molto precario e, alla fine, pericoloso.

Se i pensieri e le energie psico-fisiche della vita vengono concentrati su un solo ruolo: lavorativo, familiare o sociale, è evidente che venendo a sfaldarsi o, addirittura, a mancare questo ruolo può crollare la propria immagine.

Nell'incontrare le persone il pellegrino viene spesso assalito da una curiosità: chi c'è dietro quella immagine? Come vive quella persona? Qual'è il suo equilibrio di vita? È felice?

Si rende conto che se c'è una cosa difficile da determinare è proprio il livello di soddisfazione di vita di una persona, proprio perché è del tutto soggettivo e strettamente legato alla personale storia e qualità della vita, come, pure, all'insieme delle soddisfazioni relative alle motivazioni più fortemente investite di aspettative, da una parte, e alle frustrazioni che ci arrivano, dall'altra.

A tutto questo va aggiunto, e non è poco, la soggettiva capacità di gestire le proprie insicurezze e il far fronte alla paura e all'ansia dei cambiamenti.

C'è un modo, però, relativamente semplice di avere una percezione realistica dello stato di benessere di una persona.

Il pellegrino lo adotta fino ad apparire semplicistico. In cosa consiste?

Utilizza, metaforicamente, la bilancia che si usava nel passato: quella a due piatti.

Su un piatto mette i propri momenti di serenità e di felicità.

Sull'altro mette i momenti di tristezza, di depressione, gli stati d'ansia, i pianti.

A questo punto si tratta di andare a verificare quale dei due piatti pesa di più.

Se lo scarto tra l'uno e l'altro è minimo, allora si pone il problema di aggiustare e di migliorare il proprio equilibrio di vita.

Se, invece, il piatto delle cose negative pesa molto di più dell'altro, allora c'è bisogno di rivedere a fondo il proprio equilibrio vitale, la propria **“qualità della vita”**.

In realtà, spesso non è necessario ricorrere alla bilancia.

Se onestamente ci osserviamo allo specchio, il linguaggio del nostro corpo, che essendo istintivo non mente ed è, quindi, un giudice severo dei nostri stati d'animo, ci dice subito quale è la situazione vera.

Del resto noi stessi siamo testimoni di questa verità rispetto agli altri.

Siamo tutti dei bravi psicologi nel notare dal viso degli altri, specie delle persone più care, quanto esse siano felici o preoccupate, tristi e depresse.

Parte del “malessere di vita” presente in questa società è legato al fatto che molte persone “si sono perse per strada”.

Molte si sono incamminate senza sapere dove andare e non hanno avuto la possibilità di fare quelle necessarie esperienze che ci aiutano a orientarci meglio verso il futuro.

Il pellegrino ha provato a percorrere diverse strade, alcune difficili, per capire quale era la sua.

Con il passar del tempo si è reso conto che le **motivazioni**, che sono la parte più profonda di una persona, non sono riconoscibili attraverso la sola introspezione razionale. Sfuggono alla comprensione diretta e si possono afferrare solo indirettamente, attraverso le esperienze fatte, opportunamente elaborate, specie quando sono andate male e ci hanno procurato sofferenze.

Allora ha colto una grande verità: “sentirsi sempre in cammino” nella vita.

Pronti ad apprendere dall'esperienza, imparando a cogliere i segnali lungo il cammino percorso.