

Il fattore umano

Torniamo in Africa. Sicari è stato nello sperduto villaggio dei lebbrosi di M'Balling per più di due anni. I malati lì vivevano in comunità, avevano molti momenti di ritrovo e di condivisione: la relazione umana non solo rendeva sopportabile la loro vita ma la rendeva degna di essere vissuta.

La solitudine è il peggior nemico della felicità.

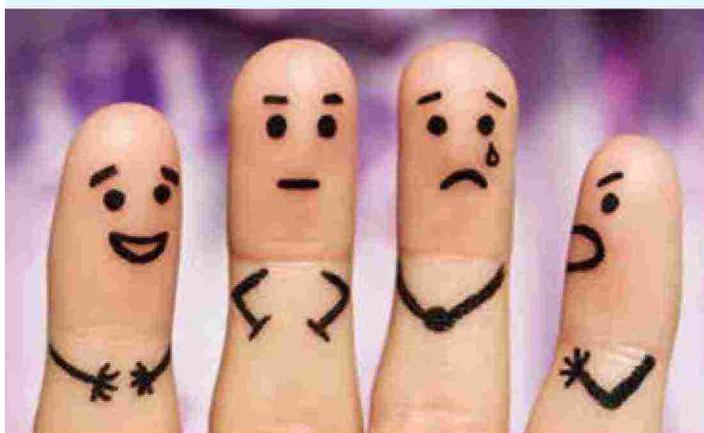
E poi in una comunità come quella le persone forzatamente si occupavano le une delle altre: questo le faceva sopravvivere, anche se non possedevano proprio nulla e si trovavano in pessime condizioni di salute.

La nostra felicità dipende da quella degli altri.

Infine, come ce la raccontiamo? Come vediamo la nostra vita, le nostre esperienze, i problemi che affronta-

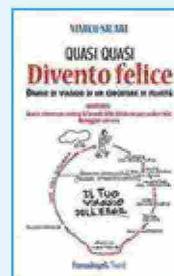
mo? Siamo davvero preda di un destino tiranno, di persone che ci ostacolano, invidiano, odiano? Proviamo a vedere con altri occhi la nostra vita, a fare una narrazione alternativa, valutando quante belle esperienze abbiamo vissuto, quante persone meravigliose e amabili abbiamo incontrato: il futuro si presenterà meno ansiogeno e, soprattutto, vivremo felici nel nostro presente.

Lo storytelling giusto.



Un ultimo consiglio, cerchiamo di ricordarci i nostri sogni di bambini, chi avremmo voluto diventare da adulti: i più felici sono coloro che li hanno realizzati prima che genitori, scuola e società ci insegnassero inutili ambizioni.

I sogni (realizzati) aiutano a vivere felici.



Marco Sicari
Quasi quasi
divento felice

Franco Angeli/trend
(19 euro)