Il Giunto, Istituto Tecnico Industriale Statale "G. Cardano" - Pavia

Data articolo

31-01-2023

Autori

Livia Ghiglia 5^CLS

La ricerca dell’equilibrio

I miei genitori sono persone minimaliste, e così mi hanno cresciuta. Camminare per negozi, guardando vetrine piene di oggetti di cui non ho bisogno, non è mai stato il mio forte. Quando mi trovo incastrata con i parenti a fare acquisti, mi scoccio subito. Nei mesi scorsi, addirittura, non sapevo cosa chiedere per Natale, per cui con mia grande gioia sono arrivate solo sorprese.

E’ chiaro che mi viene naturale trovarmi d’accordo con Epicuro. La nostra società è intrisa di materialismo: oggetti, oggetti, oggetti dovunque. Comprare, comprare, comprare. E’ un consumismo malato che finirà per consumare anche noi, e pochi se ne stanno accorgendo. Non sentire il bisogno di avere certi oggetti è una forma di libertà spesso sottovalutata. A casa mia non abbiamo mai avuto un tagliere. Ci arrangiamo senza e funziona così da vent’anni. Tantomeno borse di marca, occhiali Ray-ban, TV al plasma, argenteria o un set di calici. il vino buono è buono anche in un bicchiere normale. Pensare in questi termini permette, oltre a risparmiare moltissimo, di non diventare schiavo della necessità di avere sempre ciò che ti viene offerto. O più che offerto, al giorno d’oggi quasi imposto.

Sapere di cosa abbiamo bisogno per essere noi stessi ed essere felici, è la chiave della libertà. Anche una chitarra può significare felicità, un libro, un vestito particolare. Ma dobbiamo sempre essere in grado di scegliere consapevolmente, e non di subire queste scelte perché ce le ritroviamo davanti agli occhi. I due concetti, felicità e libertà, sono intrinsecamente legati. Trovare il proprio modo di raggiungerli è un percorso che richiede una vita di introspezione, di conoscenza di se stessi e del mondo che abbiamo intorno.

Nella mia giovane vita ho imparato che per me la chiave della felicità sta nella ricerca dell'equilibrio. Sarà perchè sono stata una circense equilibrista per molti anni, sarà perchè non mi piacciono troppo i cambiamenti improvvisi, ma la ricerca di un equilibrio dinamico mi mette sicurezza e mi fa sentire me stessa. Sapere qual è il mio centro non per rimanerci, ma per poterci ritornare quando mi allontano.

Anche la natura funziona così: attraverso i meccanismi di feedback positivo e negativo la Terra trova sempre il modo di ricentrarsi. Dopo essersi sbilanciata con ere glaciali, ritorna per qualche migliaio di anni a una temperatura mite. Le specie animali si controllano a vicenda per evitare che una prenda il sopravvento.

E così pure le piante. E' questo che intendo per equilibrio dinamico: piccoli aggiustamenti continui, oscillando tra il centro e il mondo che ci circonda.

Per concludere penso che la felicità sia estremamente soggettiva e così pure il modo di raggiungerla. Non esiste un metodo universale. Forse gli unici strumenti che abbiamo sono due: saper ascoltare se stessi e osservare attentamente il mondo intorno a noi.

Livia Ghiglia 5^CLS