



Piero Ferrucci. **La nuova volontà**. Roma: Astrolabio, 2014.

Per affrontare le nostre fragilità può aiutare cercar di capire la forza che già abbiamo dentro di noi, e quella che possiamo sviluppare. Non si tratta di inflazionarsi o di flettere i muscoli. È un lavoro più sottile e intelligente: impariamo a leggere la realtà in un altro modo, a usare strategie nuove, a forgiare il nostro carattere, ad allenare capacità dimenticate, a cambiare il rapporto con gli altri, e a riconnetterci con l'afflusso di energia e fiducia che viene dal profondo.

Ancora più importante, ognuno di noi è chiamato a rispondere al dilemma: gli eventi della mia vita sono il risultato di forze su cui non ho diritto di parola, oppure in qualche modo posso plasmare la mia esistenza e sono responsabile di ciò che io sono? Se riesco a capire che il mio destino non è governato da fattori a me estranei, ma è almeno in parte deciso all'interno del mio mondo interiore, scopro una forza che prima non sospettavo neppure di avere. E mi rendo conto che questa forza ha origine da una funzione tanto importante quanto troppo spesso dimenticata. Una funzione sovente confusa con il pensiero o l'impulso o l'emozione, ma che ha invece un essere suo proprio. Questa funzione è la volontà.

Vediamo subito come. La volontà sceglie fra il giusto e l'ingiusto: da questo nasce la responsabilità. La volontà ci permette di rischiare e di rinnovarci; di sostenere un pensiero attraverso il tempo, e quindi di realizzare un progetto. La volontà ci rende capaci di affrontare difficoltà e asperità senza darci subito per vinti. Ci aiuta a darci una disciplina. Rende i nostri rapporti con gli altri più onesti e più forti. E ci guida nel diventare liberi.



Caratteristica centrale della volontà è l'intenzione. L'intenzione non è né un desiderio ("Ho la tentazione di un gelato"), né un impulso ("Ho visto una torta e l'ho comprata"). L'intenzione è la volontà allo stato nascente: "Voglio esprimere il mio punto di vista", "Voglio dare vita a questa relazione". Il desiderio e l'impulso li subiamo, e non ne siamo responsabili, anche se poi spetta a noi decidere se seguirli o no. L'intenzione invece mostra volontarietà. Ci definisce per ciò che siamo in quel momento; e anche per come percepiamo gli altri: "che intenzioni hai?". Naturalmente intenzione, desiderio e impulso si mischiano spesso in varie proporzioni, e questo complica la situazione. Ma il concetto di volontà è un universale: è presente in ogni cultura conosciuta."



Se pensiamo che la volontà sia un'idea illusoria, tutto obbedisce a un copione già scritto: come ci comportiamo in ogni frangente, come ognuno di noi vive la propria vita. Il delinquente che ha appena fatto uno scippo ha il cervello bacato; lo studente che ha un rendimento disastroso non ha futuro; quando e

come ci ammaleremo non lo decidiamo noi; i pensieri che ci passano per la testa sono processi elettrochimici di cui non siamo responsabili. Insomma, siamo fatti così, e quel che capita, capita.

Se crediamo all'esistenza di una volontà, invece, ci sono, sì, mille limitazioni, ma alla fin fine la nostra vita è nelle nostre mani; il ladro può decidere di non rubare più; lo studente può imparare a usare gli strumenti che ha; la nostra salute è in buona parte il prodotto delle nostre scelte; i pensieri che abbiamo in testa li possiamo regolare noi; le nostre dipendenze e abitudini nocive forse non sono inevitabili come sembra. E se siamo 'fatti così', possiamo decidere di cambiare.

Dunque, non riconoscere la volontà porta a un impoverimento dell'esperienza e all'indebolimento di tutti. Scoprire e coltivare la volontà può dare immensi vantaggi e produrre grandi cambiamenti personali e sociali. Con una precisazione: la volontà non è una facoltà già acquisita. Perlopiù noi non siamo ancora liberi. Innumerevoli fattori ci condizionano: la nostra dotazione genetica, le circostanze della vita, la nostra storia, altre forze che non conosciamo neppure, il nostro stesso cervello. Invece, la volontà è una conquista.

E qui arriviamo a un punto essenziale. In certi momenti magari ci pare che la vita non ci sia stata amica. Agli altri più fortunati ha regalato di più: bellezza e ricchezza. Talento, salute, privilegi. Appoggi in alto loco. A chi non è capitato di sentirsi sfortunato? Spesso c'è poco da fare. Quello che c'è c'è, e quello che non c'è non c'è. Però un elemento dipende di sicuro da noi, ed è la volontà. Quella, anche se non

l'abbiamo, ce la possiamo dare. La possiamo imparare a usare a vantaggio nostro e degli altri. Possiamo renderla utile e creativa. Quello che gli altri hanno avuto gratis noi lo possiamo guadagnare a poco a poco, ma poi lo sentiremo veramente nostro: non è la fortuna che ce lo regala, ce lo siamo conquistato noi. La volontà è una risorsa di tutti.



Esercizio

Dopo alcuni respiri profondi, a occhi chiusi, immaginate di trovarvi in un luogo di montagna. L'aria è pulita e stimolante, il cielo azzurro, la natura fiorente intorno a voi. Vicino alla cima di una montagna vedete un edificio armonioso: il tempio del silenzio. Vi incamminate e quasi subito vi rendete conto di dovervi arrampicare sulla roccia, aiutandovi anche con le mani. Fate fatica, e l'ascesa richiede tutto il vostro impegno, ma la salita è alla vostra portata. Sentite la sensazione tattile della roccia, e quella fisica del vostro corpo che sale.

A un certo punto la salita si fa più facile. Vedete il tempio del silenzio molto più vicino e il panorama attorno a voi più ampio. Ora però se volete continuare dovete attraversare un torrente. Vi immergete nell'acqua, che è fresca e stimolante. C'è un vortice a cui vi lasciate andare. Il vortice vi porta giù, poi, se non opponete resistenza, vi riporta a galla. Infine arrivate alla riva opposta.

Mentre camminate, il tepore del sole asciuga i vostri vestiti. Quando siete quasi arrivati, scoprite che il sentiero si restringe. A entrambi i vostri lati percepite grandi spazi. Il cammino procede fra paesaggi vasti e spettacolari –

nubi e nebbie nelle valli, e in distanza laghi, fiumi, campagne, foreste. C'è il vuoto da una parte e dall'altra, e voi fate molta attenzione a ogni passo.

Vi trovate davanti al tempio del silenzio. È una splendida costruzione, fatta di un materiale antico, che emana una solidità secolare. Prima di entrare, immaginate di lasciare dietro di voi ogni problema, vi spogliate di ogni opinione. Poi entrate, e vi immergete in un silenzio profondo e rigenerante. Vedete che c'è una zona di luce – i raggi del sole che vengono da fuori.

Entrate in quella zona di luce. Lì per un po' di tempo ascoltate il silenzio.

Infine uscite, e prima di riaprire gli occhi guardate ancora il paesaggio circostante.

