



ROBIN SHARMA

SCOPRI
IL TUO DESTINO
CON IL MONACO
CHE VENDETTA
LA SUA FERRARI

I SETTE STADI
DEL RISVEGLIO DI SÉ

Dar Sanderson è un uomo di successo. Possiede tutto ciò che di più bello e lussuoso la società offre, eppure dentro il suo cuore non prova mai una gioia autentica. L'incontro con Julian Mantle, «il monaco che ha scoperto i segreti del successo duraturo», lo porta finalmente a intraprendere un viaggio alla ricerca del proprio vero sé e a prendere coscienza dei propri bisogni più profondi. Con il passare del tempo, ascoltando la voce appassionata e sincera di Julian, Dar imparerà le sette lezioni essenziali per vivere pienamente, i «sette stadi del risveglio di sé» che ognuno di noi può applicare alla propria vita.

Toccante e profonda, ricca di consigli e suggerimenti, di spunti di riflessione e stimoli edificanti, questa storia esprime al meglio la filosofia di vita che da molti anni Robin Sharma illustra con successo a milioni di lettori in tutto il mondo, a chiunque sia, per usare le sue stesse parole, «come me alla ricerca, alle anime coraggiose che osano abbandonare la massa e trovare la strada di casa, che porta a un luogo chiamato autenticità».

Robin Sharma è uno dei massimi esperti al mondo di leadership e successo personale, e ha aiutato milioni di persone a vivere e lavorare al meglio. È autore di nove grandi bestseller internazionali, fra i quali ricordiamo *Il monaco che vendette la sua Ferrari* (pubblicato in 70 Paesi) e, editi dalla nostra casa editrice, *La tua grande occasione* (2007), *Una vita inimitabile* (2008), *La tua grande occasione. Libro secondo* (2010), *Lezioni di leadership* (2012), *Le lettere segrete del monaco che vendette la sua Ferrari* (2013). È il fondatore della Sharma Leadership International Inc., società di formazione che aiuta le grandi organizzazioni a formare i propri leader. Fra i suoi clienti ci sono Starbucks, FedEx, GE, IBM, Microsoft, Nike, The Coca-Cola Company, The Royal Bank of Scotland, Panasonic e la Yale University. Il suo sito è www.robinsharma.com.



www.edizionianteprima.it



€ 19,00

Iva assolta dall'Editore

ISBN 978-88-6849-024-9



9 788868 490249

Titolo originale: *Discover Your Destiny with The Monk Who Sold His Ferrari*

Traduzione dall'inglese di Luisa Anzolin

Immagine di copertina: © AnsonLu/iStock

© 2004 by Robin S. Sharma. All rights reserved

Published by arrangement with HarperCollinsPublishers Ltd, Toronto, Canada

La presente traduzione è sotto tutela della Universal Copyright Convention di Ginevra

© 2014 Anteprima

Anteprima è un marchio de Il Quadrante s.r.l.

Il Quadrante s.r.l.

corso Re Umberto 37 - 10128 Torino

Prima edizione: ottobre 2014

ISBN 978-88-6849-024-9

Robin Sharma

SCOPRI IL TUO DESTINO
CON IL MONACO
CHE VENDETTA
LA SUA FERRARI

I sette stadi del risveglio di sé



Questo libro è dedicato a chi come me è alla ricerca, alle anime coraggiose che osano abbandonare la massa e trovare la strada di casa che porta a un luogo chiamato autenticità.

Che il tuo proposito di risvegliarti e di impiegare il tuo vero potere sia irremovibile. Possano le lezioni che devi imparare venirti incontro con delicatezza, e le notti buie dell'anima essere per te poche e sporadiche. E possa tu risplendere così vivamente che, alla fine dei tuoi giorni, tutti si fermano a dire: «Ecco un uomo che ha vissuto una vita piena e completa».

Ringraziamenti

Ho la grande fortuna di essere circondato da persone straordinarie. Senza di loro non mi sarebbe possibile fare quello che faccio e portare avanti la missione di aiutare gli altri a vivere nel modo migliore possibile. Sono profondamente grato a tutti coloro che hanno contribuito a definire meglio le mie idee e mi hanno incoraggiato a sognare in grande e aiutato a diffondere il mio messaggio.

Un ringraziamento speciale va ai miei collaboratori di Sharma Leadership International Inc. In particolare, a Marie Witten, la mia bravissima assistente di direzione, ad Al Moscardelli, su cui posso contare da molti punti di vista, e a Marnie Ballane, il cui entusiasmo è sempre fonte di ispirazione.

Desidero esprimere la mia gratitudine a tutto il personale della casa editrice HarperCollins, che ha sostenuto pienamente il mio lavoro. Grazie a Iris Tupholme, David Kent, Akka Janssen, Kevin Hanson, Noelle Zitzer, Lisa Zaritzky, Martha Watson, Lloyd Kelly, David Millar, Kristin Cochrane, Michaela Cornell, Neil Erickson, Alan Jones e Ian Murray, e agli agenti che hanno contribuito a portare ai miei amati lettori ciascuno dei libri della serie del «monaco che vendette la sua Ferrari».

Sono grato alla mia editor Nicole Langlois, che mi ha affiancato fin dall'inizio, per il suo eccellente contributo. Lavorare con lei è sempre un grande piacere.

Ringrazio le aziende clienti di Sharma Leadership International Inc., che mi consentono di spiegare ai loro dipendenti, in qualità di consulente, istruttore e speaker, le mie idee su leadership, padronanza di sé e performance eccezionali.

Devo anche dire che mi sento molto fortunato ad avere il sostegno dei miei lettori. Tutto ciò che faccio, lo faccio per chi legge i miei libri, e desidero ringraziare di cuore ognuno di voi per la fiducia che riponete in me. Grazie di darmi l'opportunità di vivere il mio destino.

La mia famiglia mi ha incoraggiato fin dall'inizio. Quando non avevo nient'altro che un libro pubblicato a mie spese e ricevevo molti rifiuti, ho avuto dai miei famigliari stimoli preziosi e un sostegno indimenticabile. Sono fortunatissimo ad avere come genitori due persone sagge e buone che mi hanno dato una formazione inesprimibile a parole. Ringrazio anche mio fratello Sanjay e a sua moglie Susan, due persone straordinarie e piene di talento. Non posso fare a meno di menzionare la gioia che mi danno i loro due magnifici figli, Neel ed Evan.

Un grazie speciale va alla mia amata Nina per l'amore e le cose belle che mi ha donato. Infine voglio ringraziare i miei splendidi figli, Colby e Bianca, per avermi insegnato che cosa significano davvero amore incondizionato, creatività illimitata e gioia autentica. Voi rendete meravigliosa la mia vita, e vi amo più di quanto non si possa dire a parole. (r.s.)

*La sorgente sotterranea della vostra anima dovrà venire alla luce
[e scorrere mormorando verso il mare;
E il tesoro della vostra infinita profondità sarà rivelato ai vostri occhi.
Ma non usate bilance per pesare quell'ignoto tesoro;
e non sondate le profondità della vostra conoscenza
[con lo scandaglio o la pertica.
Perché l'io è un mare sconfinato e immisurabile.
Khalil Gibran, Il profeta*

*Becchino, quando scavi la mia fossa, puoi farla poco profonda
così che io senta la pioggia?
Dave Matthews, Gravedigger*

Introduzione

Sei molto più grande di quanto abbia mai sognato di essere. Qualsiasi cosa tu stia passando in questo momento, confida che tutto è positivo e che succede per il tuo bene. Magari ti sembra che le cose vadano male, ma in realtà ti stanno fornendo proprio la lezione necessaria a trasformarti nella persona che sei destinato a diventare. Tutto ciò che ti accade è stato predisposto alla perfezione per stimolare la tua massima evoluzione possibile come essere umano e condurti al tuo vero potere. Impara dalla vita e lascia che ti porti dove sei destinato ad andare: agisce nel tuo interesse.

In queste pagine scoprirai le risposte a molte delle più importanti domande esistenziali. Prego affinché trovi tante verità e tu scopra molto sulle regole del mondo e su come puoi avere successo. In definitiva, però, le risposte che cerchi si trovano già nel profondo del tuo cuore: non c'è un altro posto in cui cercare. Le mie parole possono darti degli spunti e aiutarti a ricordare ciò che in fondo sai già, ma stai certo che dentro di te è assopito un tesoro di amore, forza e saggezza, che aspetta di essere risvegliato dalla tua parte più coraggiosa. Non trovi che questa consapevolezza sia di grande ispirazione? Sei già tutto ciò che hai sempre voluto diventare. Devi soltanto com-

piere il lavoro interiore necessario a eliminare gli ostacoli che nascondono e negano la tua natura originaria.

Credo che lo scopo della vita sia percorrere il cammino di questo grande risveglio e tornare a casa, a ciò che eri una volta e al luogo che un tempo conoscevi. È mia profonda convinzione che i neonati rappresentino la perfezione e lo stato a cui ciascuno di noi ha il dovere di ritornare. Al momento della nascita eri amore puro, senza paura, innocente e infinitamente saggio, avevi potenzialità infinite e ti trovavi in sintonia con la mano invisibile che ha creato l'universo. Da piccolissimo eri pieno di meraviglia e pienamente consapevole della vita. A quel tempo eri quasi illuminato (termine che significa essere solo luce: chi è solo luce non ha ombre, non ha lati oscuri, paure, rabbia, rancori né limiti).

Oggi la maggior parte di noi esseri umani ha perso il contatto con il proprio io autentico, la condizione originaria in cui non avevamo paura di aprirci alle possibilità e tendere alle stelle. Non sappiamo chi siamo. Ci siamo trasformati in individui che agiscono in modo egoista, pavido e dannoso. Tale comportamento non riflette la nostra essenza, ma le ferite che abbiamo subito lasciando l'innocenza in cui siamo nati e percorrendo il nostro viaggio nella vita. Solo chi prova dolore può causare dolore. Solo una persona ferita può ferire gli altri. Solo chi ha il cuore chiuso può agire in modo non amorevole.

Sono convinto che esistiamo solo per diventare il nostro io migliore e ricordare la verità su chi siamo davvero. La vita ci sosterrà pienamente in questa ricerca. Ci saranno mandati persone, prove e avvenimenti che ci inviteranno a svelare di più il nostro talento e a scoprire meglio le nostre possibilità. Spesso non saranno lezioni facili: il dolore è sempre stato un mezzo di grande crescita spirituale. Di solito sono le persone

che hanno sofferto molto quelle che diventano esseri straordinari. Coloro che sono stati feriti dalla vita nel profondo sono quelli che riescono a percepire all'istante il dolore altrui. Chi ha sopportato le avversità e le umiliazioni della vita diventa perciò più aperto, compassionevole e autentico. Magari la sofferenza non ci piace quando si presenta, ma ci rende un grande servizio: rompe il guscio che ricopre il nostro cuore e ci svuota delle bugie a cui ci aggrappiamo riguardo a chi siamo, perché siamo qui e come funziona davvero questo nostro meraviglioso mondo. Una volta svuotati, possiamo riempirci di tutto ciò che è buono, nobile e puro. I problemi possono trasformarci, se scegliamo di permetterlo. Come ha scritto Joseph Campbell, «dove inciampi, lì è nascosto il tuo tesoro».

Questo è un libro sulla rivendicazione della propria esistenza più elevata. In queste pagine ho cercato di aprire il cuore e condividere tutto quello che so sulla leadership personale, la scoperta di sé e la vita autentica. Sappiate che sono molto umano. Tutti i giorni combatto con i miei limiti, le mie paure e quelli che chiamo «i miei schemi antichi», cioè i vecchi modi di comportarmi che ho imparato strada facendo. Mi vedo come un *work in progress* e sfido me stesso a usare ogni giornata come un trampolino di lancio per raggiungere i traguardi più elevati della mia vita interiore. È diffusa la convinzione che chi scrive questo genere di libri sia un essere illuminato, che trascorre i suoi giorni nella beatitudine e nella trascendenza dispensando perle di saggezza dalla cima di una montagna. In realtà ho imparato che ognuno di noi ha della strada da fare, a prescindere da quanto abbia lavorato su se stesso e da quanto sia interiormente evoluto. Ciascuno di noi ha un lato luminoso e un lato oscuro, ha difetti da correggere e ferite interiori che supplicano di essere curate. Tutti abbiamo l'anima lacerata, poiché cerchiamo di conciliare la spiritualità con l'umanità.

È proprio questo stato di imperfezione a renderci umani. Più scavo in profondità dentro di me, più mi rendo conto di quanto poco so. Come ho scritto in *Il santo, il surfista e l'amministratore delegato*, «la vetta di una montagna è la base di un'altra». Quando, al termine di una scalata, raggiungiamo la cima del monte, che cosa vediamo? Altre montagne da scalare. Ecco il succo della vita in questo «Istituto Terra»: crescita continua e insegnamenti, con il mero (e meraviglioso) scopo di aiutarci a ricordare e riguadagnare la grandezza e la completezza che, purtroppo, abbiamo perduto.

Nonostante i miei limiti umani, ammetto che in poco tempo ho compiuto grandi progressi nella rimozione degli ostacoli che mi facevano rimanere piccolo (e così puoi fare anche tu, seguendo lo straordinario processo spiegato in questo libro). Solo pochi anni fa ero un avvocato lanciato a tutta velocità verso il successo internazionale, che correva dietro al denaro, alla fama e al materialismo. Vivevo la vita dall'esterno, invece che dall'interno verso l'esterno (il che, guarda caso, non funzionava). Ho attraversato un divorzio molto difficile e ora cresco da solo i miei due splendidi figli. Nel mio percorso ho subito gravi perdite e, a volte, prove che sembravano non finire mai. Ma è grazie alle sfide più dure che cresciamo di più. Ho capito che quelle esperienze mi sono state mandate per aiutarmi a mettermi in riga e a superare le mie debolezze. Le ferite più profonde della vita sono in realtà magnifiche opportunità di crescita personale, trasformazione positiva e recupero del vero potere perduto quando abbiamo lasciato la perfezione dell'infanzia e ci siamo incamminati nel mondo. Accettale come dei doni, perché lo sono.

Fra tutti gli alti e i bassi di questo incredibile (e breve) gioco della vita, non sono mai venuto meno all'impegno di accettare la mia parte di responsabilità in tutto ciò che accadeva

e di tendere al mio io più grande. Ritengo che molto di quello che ci capita sia prestabilito, ma credo anche che, come esseri umani, abbiamo un'enorme possibilità di scelta per creare la splendida vita dei nostri sogni. Il destino e le nostre decisioni lavorano in sintonia nel modellare la nostra esistenza e, in definitiva, è nelle nostre scelte consapevoli che si realizza il nostro destino. Dimenticarlo significa fare le vittime; negare questa verità equivale a rinunciare al potere che ci è stato dato di creare tutto ciò che desideriamo.

Il percorso descritto in queste pagine – i sette stadi del risveglio di sé – rispecchia il viaggio archetipico e senza tempo dell'eroe, o del leader. Sulla scia dei precedenti libri della serie del «monaco che vendette la sua Ferrari», anche qui il messaggio è presentato attraverso le avventure di Julian Mantle. Gli avvenimenti sono inventati, ma è importante ricordare che i contenuti sono molto reali e straordinariamente efficaci. Il processo rappresentato dai sette stadi si ritrova, in diverse forme, in molta dell'antica letteratura filosofica dell'Oriente e dell'Occidente. Sei tu l'eroe o l'eroina della tua esistenza. Se scegli di dare il massimo come essere umano (e so che lo farai), questo è il percorso che devi compiere anche tu. Seguirlo *garantisce* il vero successo personale.

Il modo migliore di imparare è insegnare. Se vuoi davvero fare tua questa lezione e integrarla nella tua vita, è fondamentale che la insegni a qualcun altro entro 24 ore dalla lettura di questo libro. Così otterrai due scopi: primo, assimilare la conoscenza; secondo, aiutare chi ti è vicino a ricordare la propria vera identità. Mentre leggi queste pagine, avvia con i tuoi cari una discussione su ciò che stai imparando. Condividi quello che hai capito, dai voce ai cambiamenti che ti impegni a fare nel percorso verso la tua vita più elevata. Così rafforzerai le tue convinzioni e otterrai risultati *duraturi*.

Grazie per aver scelto questo libro; spero che vi troverai tutto quello che cerchi (e molto di più). Ti sono grato per le ore della tua vita che dedicherai a leggerlo e a rifletterci su. Ti ammiro sinceramente per aver fatto un enorme passo verso la scoperta del tuo destino. Leggendo questo e gli altri libri della serie del «monaco che vendette la sua Ferrari», ti unirai ad altri uomini e donne di tutto il mondo che sono diventati una comunità. Nel nostro punto di ritrovo (www.robinsharma.com) potrai partecipare a conversazioni straordinarie e trovare molto materiale e sostegno per il percorso sul sentiero del tuo destino.

Siamo tutti collegati a un livello invisibile. Curando te stesso, contribuisce a curare il mondo intero. Facendo risplendere tutta la tua luminosità, inviti implicitamente chi ti sta vicino a fare altrettanto. Impegnandoti affinché la tua esistenza assuma il suo significato più alto e migliore, diventi un modello per gli altri. E, come dice sempre uno dei miei allievi, «questa è una bella cosa».

Ti auguro tutti i migliori doni del Cielo in questo viaggio chiamato vita.

Con affetto,
Robin Sharma

SCOPRI IL TUO DESTINO
CON IL MONACO
CHE VENDETTA
LA SUA FERRARI

Capitolo 1

Emergenza spirituale

La vita non segue la tua logica e procede, indisturbata, per la sua strada. Tu devi ascoltare la vita; non sarà mai la vita ad ascoltare la tua logica, non la degna della benché minima attenzione.

Osho, *Il coraggio*

Sentivo il freddo del metallo sulla pelle. Come potevo essere arrivato a tanto? Ero nella camera di uno squallido motel con una pistola puntata alla tempia, pronto a premere il grilletto. Il sudore mi colava sulla fronte, il cuore mi batteva all'impazzata e le mani mi tremavano in modo incontrollabile. Nessuno sapeva dove mi trovavo, e sembrava che non importasse più a nessuno. Non avevo nulla per cui vivere, perciò mi preparavo a morire.

Immaginavo con chiarezza il mio necrologio: «Dar Sandersen, 44 anni, imprenditore internazionale in campo alberghiero, padre di tre figli e divorziato, morto suicida».

Ma mentre chiudevo gli occhi e dicevo ad alta voce un'ultima preghiera, accadde qualcosa di inaspettato, anzi, di miracoloso. Cominciai a girarmi la testa, e crollai a terra lasciando cadere la pistola. Mentre giacevo immobile, una luce di un

bianco accecante mi inondò il corpo. Prima che rifiutate di credere a questo racconto, vi prego di notare che sono sempre stato un uomo molto ragionevole e con i piedi per terra. Non mi era mai capitato niente del genere. Avevo sempre ridacchiato delle storie mistiche, ritenendole bislacche e infondate. Non parlavo – e non parlo – con gli angeli, né agisco in base alla posizione giornaliera degli astri. Eppure non posso negare o ignorare ciò che mi è accaduto in quella stanza d'albergo soltanto 12 mesi fa. Si è trattato di un'esperienza divina? O di un risveglio spirituale? O semplicemente di una reazione fisica all'estrema tensione? A dire la verità non lo so. So solo che quell'esperienza ha dato inizio a una serie di avvenimenti che hanno trasformato ogni aspetto della mia vita.

La luce diventava sempre più forte. Ben presto cominciai a tremare in tutto il corpo, come in preda a un colpo apoplettico. Il sudore scorreva a fiumi e gli arti e il torso mi tremavano sul pavimento freddo e lurido. Il tutto durò per un tempo imprecisato che mi parve un'eternità. Poi, apparentemente dal nulla, vennero queste parole, che fecero breccia nel mio intimo: «La tua vita è un tesoro e tu sei molto più di quello che credi».

Fu tutto. Quando questa frase mi balenò nella mente, smisi di tremare e rimasi coricato, in un lago di sudore, a fissare il soffitto. Non avevo mai provato una tale pace interiore. Ero del tutto consapevole del mio corpo e del mio cuore. «La tua vita è un tesoro e tu sei molto più di quello che credi».

Dopo un po' mi alzai con calma e feci la valigia. Qualcosa dentro di me, nel profondo, era cambiato, anche se non riesco a spiegarlo: lo sentivo e basta. Non volevo più suicidarmi. Forse quella voce aveva ragione: forse davvero avevo in me molto più di quanto pensassi.

In genere, quando attraversiamo un periodo difficile, cre-

diamo che la nostra visione del mondo rispecchi la realtà. Non è così. Semplicemente vediamo il mondo da una prospettiva di disperazione, guardiamo le cose attraverso occhi tristi e senza speranza. La verità è che quando cominciamo a sentirci meglio, tutto ci sembra migliore. E quando saremo di nuovo felici nell'intimo, il mondo esterno ci rimanderà quella sensazione. Ho imparato che il mondo è uno specchio: riceviamo non ciò che vogliamo, ma ciò che siamo. Ho capito anche che nella vita ci sono delle stagioni e che i periodi infelici non durano mai a lungo. Abbi fiducia che l'inverno del dolore lascerà spazio all'estate della gioia, proprio come i raggi luminosi del mattino seguono sempre la notte più buia.

Non ero più un caso disperato, non mi compativo più. Non mi sentivo più senza via d'uscita. Quel giorno mi era stata restituita una qualche forza. Anche se, a dire la verità, la mia vita era ancora scombinata, cominciavo a capire di avere il potere di migliorarla. Per qualche motivo confidavo che stavano arrivando i soccorsi e che sarebbero venuti giorni più felici. Non sapevo ancora quanto il soccorso sarebbe stato straordinario e quanto bella sarebbe diventata la mia vita. Ma prima di sentire i dettagli, forse ti chiederai come ero arrivato a una disperazione così profonda da portarmi sull'orlo del suicidio.

Soltanto pochi anni fa credevo che una vita come la mia fosse il sogno di tutti. Avevo una moglie bella e intelligente che mi amava molto, e tre figli sani e felici che eccellevano in tutto. Come proprietario di una catena di alberghi di lusso e alla moda, dislocati nei luoghi più belli del pianeta, guadagnavo più di quanto avessi mai immaginato. Fra i miei clienti c'erano stelle del cinema, miliardari e personaggi molto in vista. Visitavo luoghi esotici, possedevo molti oggetti di valore ed ero diventato piuttosto noto, almeno nel mio ambiente.

Poi, un giorno, tutto il mio mondo crollò. Tornai a casa tardi da una cena di lavoro con una persona da cui volevo acquistare una proprietà immobiliare. Di solito Rachel lasciava qualche luce accesa per me, ma quella sera la casa era immersa nell'oscurità. Era molto strano: erano solo le dieci. Dov'era Rachel? E i bambini?

Entrai e accesi la luce in ingresso e in cucina. Mi accolse soltanto il silenzio. Sul tavolo da pranzo c'era però un biglietto scritto nella ben nota grafia di Rachel: «Dar, ho portato i bambini da mia madre. Mi dispiace, ma non ti amo più. Domattina ti chiamerò il mio avvocato».

Niente di niente può prepararti a un biglietto del genere. Anche se facevo finta che il matrimonio andasse a gonfie vele, sapevo che io e Rachel ci eravamo allontanati. Tutto il tempo che trascorrevi fuori di casa, viaggiando e dedicandomi agli affari, era tempo sottratto a mia moglie e alla famiglia, e l'amore che ci legava un tempo era scomparso. Facevo anche finta di essere un buon padre, e magari dall'esterno lo sembravo. Le anime sagge dei miei figli, però, sapevano la verità. Anche quando ero loro accanto, in realtà non ero presente. Col pensiero non lasciavo mai il lavoro ed ero assente dal punto di vista emotivo. La verità dev'essere che allora ero estremamente egoista: credevo che il mondo ruotasse intorno a me. I miei bisogni e sentimenti erano molto più importanti di quelli di chiunque altro. Volevo essere ricco e apprezzato, volevo vincere. E così facendo avevo perso le cose che contavano di più.

Il biglietto e il divorzio che seguirono mi straziarono il cuore. Dovetti lasciare casa, e andai ad abitare in uno dei miei alberghi. Ero autorizzato a vedere i miei figli solo una volta alla settimana e un week-end ogni tanto. Cominciai a bere molto e diventai grassissimo, benché fossi sempre stato

in ottima forma e di una bellezza un po' rude. Mi svegliavo sempre con un'intensa emicrania da cui trovavo sollievo solo nell'alcol. Per fortuna non persi il lavoro: ero stato abbastanza intelligente da mettere insieme un'ottima squadra di dirigenti che, mentre mi leccavo le ferite, continuò a portare avanti la baracca per fedeltà nei miei confronti. Certo, ogni tanto andavo a una riunione e concludevo sporadicamente qualche affare. Ma per lo più me ne stavo da solo a casa, in una stanza buia, ad ascoltare Billie Holiday e a chiacchierare a lungo con Jack Daniels. Fu quell'infelicità a portarmi alla squallida stanza d'albergo di cui vi ho parlato. Sappi però che è stata quella stessa infelicità a condurmi alla salvezza.

Ho scoperto che la sofferenza e le avversità sono efficacissimi stimoli alla crescita personale. Niente ti aiuta a imparare, a crescere e a svilupparti più in fretta. Niente ti offre una possibilità altrettanto valida di riappropriarti del tuo vero potere come persona. Il nostro sguardo umano vede il dolore come un'esperienza negativa, ma si tratta di un puro e semplice giudizio: dietro a questa convinzione errata si cela soltanto la paura. Infatti la sofferenza si verifica quando capita qualcosa che non desideravamo e la vita ci presenta l'inaspettato, una nuova condizione. Questa, che si tratti di una malattia o della morte di uno dei nostri cari o di una perdita finanziaria, significa che dobbiamo cambiare e lasciare le vecchie abitudini, la riva a cui ci aggrappavamo. Ci si richiede di lasciar andare ciò che ci aspettavamo, e, siccome siamo umani, questo può spaventarci. Abbiamo paura di abbandonare il porto sicuro del conosciuto e del familiare. Facciamo resistenza a un viaggio nei luoghi sconosciuti verso cui la vita a volte ci conduce: il solo pensiero ci spaventa. Dietro ogni resistenza alla novità c'è la paura.

In realtà non c'è nulla da temere. Questo nostro univer-

so è un luogo molto più accogliente di quanto ci rendiamo conto. Un'imbarcazione che non lascia mai il porto non verrà mai danneggiata, ma le barche non sono costruite per questo. Allo stesso modo, un essere umano che non osa avventurarsi nei luoghi sconosciuti della vita non verrà mai ferito, ma gli uomini non sono fatti per questo. Siamo fatti per vivere la crescita che deriva dal visitare luoghi estranei nel viaggio dell'esistenza. La parte più saggia di noi conosce questa verità e vede il cambiamento e la sofferenza per quello che sono realmente: medici premurosi che si fanno avanti per curare la nostra parte malata. Il dolore serve a renderci più profondi, arriva per aiutarci e farci capire chi siamo davvero; ci apre e ci costringe a lasciar andare tutto ciò che conosciamo e a cui ci aggrappiamo, come bambini che, al loro primo giorno di scuola, hanno paura di lasciare la mano della mamma e di entrare da soli in classe, dove però incontreranno nuovi amici e impareranno molte cose belle e nuove. L'ignoto è dove risiede la novità, e la novità è l'unico luogo al mondo in cui trovare la *possibilità*. Ogni essere umano è programmato per andare incontro alle possibilità e alle potenzialità della vita. Tutti siamo stati progettati per essere grandi. Quindi, come si può dire che la sofferenza è negativa, se è proprio ciò che ci rende migliori? Certo, il nostro lato umano sente il dolore quando vi siamo sottoposti: è naturale. Ma alla fine il dolore si placherà, e ne emergerai più ricco, più forte e più saggio.

«Non temere l'ignoto, perché è dove risiede la tua grandezza», ha detto un mio straordinario insegnante, di cui anche tu stai per sentir parlare. La maggior parte della gente passa i propri anni migliori in luoghi conosciuti, perché le manca il coraggio di avventurarsi in terra straniera e di staccarsi dalla massa. I più vogliono conformarsi e hanno paura di distinguersi. Vestono, pensano e si comportano come tutti

gli altri, anche se in fondo non sembra loro giusto. Sono restii ad ascoltare il richiamo del proprio cuore e a provare cose nuove, perciò si rifiutano di lasciare la sicurezza del porto. Fanno dunque ciò che fanno gli altri, e in questo modo la loro anima, già risplendente, comincia a incupirsi e ad atrofizzarsi. «La morte è solo uno dei molti modi di perdere la vita», ha detto l'avventuriero Alvah Simon.

Aggrapparsi alla sicurezza della riva significa scegliere di rimanere prigionieri delle proprie paure. Continuando a vivere nella gabbia che la propria vita è diventata si può provare un'illusione di libertà, ma ti garantisco che si tratta solo di un'illusione, una bugia che ti racconti. Se lasci la gabbia per dirigerti verso nuovi orizzonti e smetti di seguire la massa, ovviamente avrai paura: sei umano. Avere coraggio, tuttavia, significa provare la paura e andare avanti lo stesso. Il coraggio non è l'assenza di paura, ma la scelta di superare le tue paure per perseguire un obiettivo che per te è importante. Quando vivi in un porto sicuro e resti attaccato a ciò che conosci, sei uno dei morti viventi. Quando ti avventuri nell'ignoto ed esplori le terre straniere della tua esistenza, il tuo cuore torna a battere, e ritorni alla vita. Ritornano l'avventura e l'eccitazione di vivere. Ricordati che oltre la paura scoprirai la tua fortuna.

Ti propongo una forte metafora. Se hai trascorso tutta la vita in prigione, nel giorno della scarcerazione emergeranno molte paure. In galera, anche se eri privo di libertà, vivevi nel campo del conosciuto perché una rigida routine era stata stabilita per te: sapevi quando svegliarti, quando potevi fare attività fisica e quando e che cosa dovevi mangiare. Ora, benché libero, hai paura. Non sai che cosa fare né dove andare; non c'è più una struttura, ma solo incertezza. La tua tendenza è tornare al conosciuto piuttosto che affrontare l'apparente insicurezza e disagio dell'ignoto. Preferiresti la prigionia al re-

cupero della libertà. Non ha senso, ma è il modo in cui agisce la maggior parte di noi.

Ho imparato questa filosofia dall'insegnante a cui ho accennato prima. È stato la persona che ha esercitato un influsso maggiore su di me. La saggezza e il processo in sette stadi che ha cominciato a trasmettermi poco più di un anno fa mi hanno rivoluzionato l'esistenza. Non sono mai stato così felice, non mi sono mai sentito così vivo e pieno di autostima. Ho trovato l'amore della mia vita, la mia salute è perfetta e gli affari vanno alla grande. Non avevo mai immaginato che la vita potesse essere così positiva. Lo stesso può succedere a te. Anche tu puoi ricevere i doni che ho ricevuto io. Certo, dovrai prendere delle decisioni nuove e accettare qualche rischio, dovrai impiegare tempo ed energia per ricollegarti alle magnifiche parti di te stesso che hai perso di vista. Dovrai forse affrontare delle paure che ti hanno fatto rimanere piccolo, che te ne renda conto o no. Ma in questo modo risveglierai il tuo io più grande ed elevato. Che cosa può esserci di più importante al mondo?

L'insegnante di cui parlavo è la persona più saggia, nobile e forte che conosca. È originale, anzi eccentrico, e utilizza metodi poco ortodossi, per usare un eufemismo. A volte è addirittura scatenato. Sicuramente non hai mai incontrato uno come lui e non lo incontrerai mai. Ma quell'uomo è bravissimo a trasmettere una saggezza che ti cambia la vita: i suoi modi ti toccano nel profondo dell'anima e ti spingono a cambiamenti che ti schiuderanno un'esistenza meravigliosa. I suoi insegnamenti ti saranno di grande aiuto nella scoperta del tuo destino e nella conquista della vita stupenda che ti spetta per diritto di nascita.

Credo che il caso non esista. Ho conosciuto il mio insegnante il giorno dopo l'«epifania» avuta nel motel. Andai al lavoro per un incontro con i miei dipendenti; il responsabile

delle risorse umane, Evan Janssen, entrò nel mio ufficio con due biglietti per un seminario motivazionale che si teneva la sera stessa. Lui adorava questo genere di eventi ed era un fanatico della crescita personale, io invece ero scettico. A essere sincero, non mi piacciono per niente gli speaker motivazionali. Li trovo un po' come lo zucchero filato: per un attimo senti la dolcezza, ma ben presto ti accorgi che niente dura a lungo.

Il figlio di Evan, che studiava pianoforte, quella sera aveva il suo primo concerto; perciò Evan non poteva andare al seminario e voleva che ci andassi io. Riteneva che mi avrebbe risollevato il morale e magari mi avrebbe spinto ai cambiamenti che lui sapeva necessari a rimettere in quadro la mia vita, non solo dal punto di vista professionale ma anche da quello personale. Gli dissi che non volevo andarci e che non digerivo gli aforismi ritriti e le prediche banali che si sentono sempre in quei contesti. Aggiunsi che avevo ancora molti problemi e che quella sera preferivo restare solo. Allora accadde una cosa strana. Il mio collega, che ha molto intuito, mi guardò nel profondo degli occhi e disse: «Dar, fidati di me. Sento che c'è un motivo perché tu vada a questo seminario. Ho questa profonda sensazione. Ti prego di andarci».

Ero sempre stato un tipo razionale: mi lasciavo guidare dalla ragione piuttosto che dal sentimento. Se mi pareva che qualcosa non avesse un senso logico, non la prendevo nemmeno in considerazione. Mi ero comportato così per tutta la vita, eppure le cose non stavano andando bene. Mi piace molto la definizione che Einstein dà della follia: «Fare sempre la stessa cosa e aspettarsi risultati diversi». Se volevo nuovi risultati, sapevo di dovermi comportare in modo nuovo. Altrimenti la mia esistenza sarebbe stata sempre la stessa fino alla fine.

Qualcosa nel mio intimo mi diceva che forse c'era un altro *modus operandi* nella vita. Avevo letto da poco il mio primo libro di filosofia, prima non mi ero mai avvicinato all'argomento. Non so che cosa mi avesse spinto a farlo. Forse, poiché sofferivo così tanto, ero pronto a cercare la salvezza ovunque. In verità è nei momenti più bui che siamo disposti a scavare più in profondità. Quando va tutto bene, viviamo in modo superficiale e non siamo molto inclini alla riflessione, ma quando arriva la burrasca usciamo da noi stessi e riflettiamo sui motivi per cui le cose sono andate in un certo modo. Le avversità ci rendono più filosofici. Quando veniamo messi alla prova cominciamo a porci le grandi domande esistenziali: perché esiste la sofferenza? Perché i nostri progetti più definiti non si realizzano come previsto? La vita è dominata dalla mano silenziosa del caso o dal pugno di ferro del libero arbitrio?

Nel libro che avevo letto c'era scritto che la mente è limitata, mentre il cuore è senza limiti. La mente può essere crudele e farti passare i tuoi anni migliori vivendo nel passato o sprestando il presente nella preoccupazione di cose che non accadranno mai. La mente cerca il potere esteriore, basato su cose mondane e non spirituali: il denaro, la condizione sociale, i beni materiali. Il problema del potere esteriore è che passa: se perdi denaro, condizione sociale e beni materiali, perdi il potere. Se la tua identità è legata a queste cose, assieme a loro smarrirai anche te stesso. L'unico potere che vale è quello autentico, quello che viene dall'interno.

Il cuore invece, secondo quel libro, non tende a obiettivi poco importanti: esso vive nel momento presente, perché sa che la vera vita è lì. Il cuore vuole guarire nella completezza, nell'amore, nella compassione e nel servizio degli altri. Sa che siamo tutti collegati a un livello invisibile, che siamo tutti fratelli e sorelle e che la felicità si raggiunge donando e aiutando

gli altri a sviluppare il proprio io più elevato. «Non essere una goccia, diventa l'oceano», ha scritto Rumi, grande poeta sufi. Il cuore conosce questa verità. Certo, la mente, con le sue capacità razionali, è uno strumento straordinario che il cuore deve usare nel suo lavoro, uno strumento utile a fare progetti, imparare e pensare. Ma queste azioni devono essere compiute in accordo col cuore e sotto la sua guida. Secondo il libro, perché possiamo vivere bene la mente e il cuore devono costituire una società che duri tutta la vita, devono lavorare in sintonia. Se vivi solo con la ragione non sentirai il soffio e il ritmo della vita; se invece vivi solo col cuore finirai per comportarti come uno sciocco innamorato, senza giudizio né disciplina. Si tratta di un equilibrio delicato che richiede tempo, energia e comprensione per essere raggiunto.

Di fronte a Evan che attendeva con pazienza ebbi l'impulso di provare qualcosa di nuovo. Soffermandomi a pensare a ciò che stava accadendo sotto la superficie, decisi di mettere da parte per un po' i limiti della ragione e di fidarmi dei miei sentimenti più profondi. Accettai di andare al seminario e presi i biglietti.

Evan mi abbracciò: «Ti vogliamo bene, lo sai».

Questa dimostrazione di bontà da parte di un vecchio collega mi riempì di emozione, e rimasi in silenzio. Mi misi a piangere, in parte per la tristezza causata dalla piega che aveva preso la mia esistenza, in parte per l'amore incondizionato che provavo verso un altro essere umano.

«Grazie, Evan. Sei una brava persona. Ti sono riconoscente».

«Fidati, Dar, questo seminario sarà molto importante per te. E chissà chi potresti incontrarci?».

Non sapevo che stavo per conoscere l'uomo che mi avrebbe condotto alla mia vita più piena.