
Occhi che cercano il positivo, andando oltre

Autore: Emanuela Megli

Fonte: Città Nuova

Per vedere le cose in modo diverso si può partire da un linguaggio nuovo, fatto di parole di fiducia e di speranza, e da un atteggiamento di condivisione. Lo hanno sperimentato a Specchiolla, vicino Brindisi

Nei vocabolari delle lingue dell'uomo esistono più parole negative che positive. Questo perché lo schema mentale dell'uomo è focalizzato sulle strategie per evitare il dolore più che per cercare il piacere.

Tutti noi abbiamo ancora il ricordo degli ammonimenti dei nostri genitori e parenti, che volendo aiutarci a crescere, ci hanno subito istruito sui pericoli e sulle difficoltà che avremmo potuto incontrare nella vita. Basti immaginare le storie che caratterizzano alcune culture rispetto ad altre, in cui si mettono in rilievo talvolta i pericoli (la favola di Cappuccetto Rosso), altre volte le potenzialità dell'uomo mediante l'immaginazione e i sogni che possono avverare i desideri (la favola di Peter Pan). E se il nostro linguaggio è fatto più di parole negative che positive, considerando che il linguaggio esprime la realtà che viviamo, possiamo concludere che viviamo più nel negativo che nel positivo.

Questo significa che nell'interpretazione della nostra realtà ci focalizziamo più facilmente sui problemi, invece che sulle soluzioni. Sugli stati d'animo depotenzianti, piuttosto che su quelli produttivi. Anche perché il linguaggio che usiamo con noi stessi e con gli altri influenza le nostre emozioni e i nostri stati d'animo, passando anche attraverso i segnali del linguaggio del corpo.

In questo momento di crisi morale, economica e culturale, abbiamo un'influenza maggiore nella focalizzazione sul negativo, con i messaggi dei media e new media ed anche per le situazioni tragiche che viviamo intorno a noi.

Tuttavia, riuscire ad avere occhi nuovi può aiutare a cogliere quegli aspetti positivi della realtà che pur nascosti o meno evidenti esistono e ci possono restituire la speranza e la voglia di vivere costruendo un mondo migliore. Iniziando magari dalla forza di un sorriso, fatto prima a noi stessi e poi agli altri, in grado di contagiare chiunque e riflettendo sulla forza dei rapporti che possono diventare un vero e proprio volano per il cambiamento delle situazioni che viviamo. Il segreto è sapere che «la vita è fatta di centimetri che separano la vita dalla morte e che i centimetri sono tutti intorno a noi», come diceva Al Pacino nel film *Ogni maledetta domenica*. E che la vittoria non può essere una conquista fatta d'un colpo e una volta per tutte, perché sarebbe impossibile e ci

sembrerebbe irrealizzabile. «La vittoria è quella che si conquista centimetro dopo centimetro, attimo dopo attimo, sapendo che o risorgiamo adesso come collettivo o saremo annientati individualmente». Ancora oggi ci viene posta davanti la sfida di vedere le cose in modo diverso, senza ignorare o negare il negativo, ma volendo vedere anche il positivo, focalizzandoci sulle possibili vie d'uscita, con un linguaggio fatto di parole di fiducia e di speranza e con un atteggiamento mentale in definitiva più produttivo ad uno spirito d'iniziativa vincente.

È la storia che è emersa nei tre giorni a Specchiolla dal 19 al 21 aprile, vicino Brindisi, nel raduno annuale dei Focolarini, la Mariapoli, di tante persone che hanno fatto dei propri problemi lo stimolo alla creazione di iniziative sociali positive – I Giovani per un Mondo Unito a Scampia, Il caffè dell'Alzheimer a San Severo, la mensa per i senza fissa dimora a Bari, ad esempio –, andando oltre il dolore e trasformandolo in un'occasione di crescita e di cambiamento personale e collettivo. Sarà un caso che, secondo uno studio recente apparso sul *New York Times*, le notizie positive sono le più cliccate e condivise sui *social network*?