

La direzione giusta

I contenuti e i pareri espressi nel presente libro sono da considerarsi opinioni personali dell'autore che non possono impegnare pertanto l'editore, mai e in alcun modo.

Avanzino Capponi

LA DIREZIONE GIUSTA

Saggio

BOOK
SPRINT
E D I Z I O N I

www.booksprintedizioni.it

Copyright © 2018
Avanzino Capponi
Tutti i diritti riservati

Il cervello disse: «Sono l'organo più brillante del corpo.»
Il cuore disse: «Chi te l'ha detto?»

Indice

La direzione giusta

Premessa.....	9
La road map interiore	17
Racconta e raccontati la tua storia	29
Realizza il tuo progetto ambizioso	35
I sogni: dominio di tutti o di pochi?	38
L'organismo umano è un generatore di aspettative	50
Il ruolo della motivazione nella riscoperta della road map interiore e nella realizzazione del sogno	61
Perché facciamo quel che facciamo?.....	71
La road map sociale: il risultato delle road map individuali	75
Approccio mentocentrico: la mente umana erogatore esclusivo di pensieri ed azioni dell'esistenza individuale..	82
Ricerca della road map interiore: un caso concreto	88
Il diritto degli esseri umani di realizzare il proprio progetto di vita: le nozze di figaro	96
La funzione genitoriale ed il sistema socioculturale.....	107
La forza dell'entusiasmo e delle strategie mentali nella giusta direzione	119
Conclusioni.....	125

Premessa

Mentre curavo questo libro, dividendo i diversi capitoli, riflettevo su quanti concetti e suggerimenti integrati potessero essere condivisi o meno e anche se la vostra valutazione fosse più o meno allineata alla mia; è sulla profondità degli stessi però che vorrei invitarvi a riflettere, cercando, laddove fosse possibile, di applicarli concretamente e di confrontarli con la vostra esperienza, perché questo esercizio sicuramente vi stimolerà e motiverà a ritrovare o a confermare la vostra *road map interiore*. È un invito ambizioso ma è coerente con la natura dell'esistenza individuale e dell'incipit di questo contributo.

Appare interessante notare come ognuno di noi posseda una *road map interiore*, che ad un diverso livello di soggettività si annida nell'alveo delle esperienze umane, e come la stessa possa essere tradotta in un reale percorso di vita tendente al successo o al raggiungimento di un qualche obiettivo prefissato.

Tutto questo passa attraverso le emozioni, l'entusiasmo, le decisioni, le motivazioni, cioè mediante tutti quegli strumenti di cui fisiologicamente disponiamo ma che spesso non attiviamo e lasciamo depositati nella cassetta degli attrezzi.

Lo sforzo maggiore risiede proprio nella ricerca degli strumenti più idonei al raggiungimento degli scopi prefissati; aggiungerei che spesso ne ignoriamo l'esistenza, o ci perdiamo in una ossessiva ricerca esterna perché ne escludiamo la presenza prima di tutto *dentro noi stessi*.

In coerenza con la teoria innatista, c'è da rilevare come ognuno di noi abbia in dotazione, fin dalla nascita, un kit

di strumenti predefinito, che spesso però pensa di prendere a prestito dagli altri, di copiare deliberatamente le azioni dell'altro convinto che si possano anche ottenere gli stessi esiti, tenta cioè di focalizzare l'attenzione troppo sull'ambiente esterno al fine di cercare delle risposte interne, ma anche queste, con una buona dose di ingenuità ma anche di razionalità, le possiamo trovare prima dentro noi stessi.

Un processo profondo ed intimo di riscoperta dell'essere, di riscatto, di conquista della libertà individuale, di riappropriazione della vita, inizia prima di tutto dentro noi, per tale ragione non si concentra sulla forza degli altri o sulla debolezza dell'io, ma sulla forza delle motivazioni interiori che hanno il potere straordinario di muovere e di guidare la vita di ogni essere umano.

Siamo diversi perché “agiamo” con motivazioni diverse, perché “pensiamo” in modo diverso, perché abbiamo “obiettivi” diversi; ebbene è una bella realtà essere e sentirsi diversi, per questo dobbiamo ricercare le nostre risposte tenendo conto della oggettiva diversità tra gli individui, ma dobbiamo sempre rintracciarle dentro il nostro mondo interiore, nell'intimità della nostra anima, nel nostro modo di essere e quindi, di comportarci e di agire.

Soltanto noi siamo gli *interlocutori privilegiati e funzionali della nostra vita*, soltanto noi possiamo attribuire un determinato significato ad un certo comportamento, ad una relazione, ad un sentimento, ad un progetto lavorativo; soltanto noi con personalità e con coerente spirito identitario, possiamo porre al centro del piano esistenziale le nostre capacità, la nostra intelligenza, il nostro attivismo, il nostro entusiasmo, soltanto noi possiamo guidare la macchina della nostra vita verso traguardi brillanti e verso i sogni ambiti.

Il sogno non è destinato a rimanere tale, un obiettivo di tutti e quasi sempre irrealizzabile perché intrinsecamente utopistico, un sogno deve essere percepito come realtà nel momento in cui lo concepisci, è nella sua archeologia primitiva che puoi trovare i resti di una riattivazione e la spin-

ta a alla sua realizzazione, ed è infine, nel suo embrione che già puoi udirne il suo battito.

Non ci sono aspirine sociali che possano aiutarci a riscoprire la nostra identità, non ci sono soluzioni immediate da cui possiamo attingere, perché ogni soluzione è relativa ad un problema diverso, per questo non possiamo pensare di trovare soluzioni uguali a problemi diversi; non dobbiamo perder tempo a rimpiangere, a pensare, ad interrogarci sui se e sui ma, non dobbiamo commettere l'errore di non seguire in termini concreti la nostra *road map interiore*.

Con il presente contributo intendo divulgare il mio pensiero genuino, i miei concetti di vita, le mie idee, i miei costrutti teorici, e lo voglio fare in maniera diretta, pratica, interlocutoria, con lo scopo di risvegliare il vostro senso di identità, attraverso un delicato processo di ricerca intimo ed interiore che si fonda sul presupposto dove ognuno di noi, se vuole può far leva sulle *motivazioni intrinseche*, sulle proprie scelte, sulle decisioni che deve assumere in momenti anche di grande difficoltà senza ricorrere al giudizio o all'approvazione degli altri, ma semplicemente "ascoltando" la propria voce, "interiorizzando" i propri pensieri e "visualizzando" i propri obiettivi.

Ascolta, interiorizza, elabora e visualizza la tua road map interiore.

Credo di possedere una buona dose di umiltà e allo stesso tempo nutro la consapevole speranza, che tale contributo, possa aprire un dibattito social-popolare, scientifico, culturale, sui suggerimenti, sui ragionamenti e sugli schemi concettuali illustrati in termini estremamente personali, attingendo alcune nozioni (solo in minima parte) da qualche manuale di psicologia evolutiva e cognitiva che del resto, sul piano pratico e professionale, ho condiviso in maniera concreta, innestando questi aspetti sull'impianto del "modus vivendi" che ho ritenuto mentalmente strategico seguire, cosicché possano contribuire ad indirizzare la vostra vita nella giusta direzione, e soprattutto perché credo fermamente che soltanto tramite il confronto tra le singole

esperienze personali, raccontate e raccontabili, una società possa evolversi, completarsi e perfezionarsi, ed in particolar modo, possa ridefinire una prospettiva socio/culturale stimolante ed incoraggiante.

Sono perfettamente consapevole della delicatezza di questi argomenti, ma anche della importanza e della loro necessaria verifica sociale, per tale ragione non sarà importante essere in accordo o in disaccordo con quanto divulgato, ma sarà straordinario ed eccezionale poter contribuire a stimolare la vostra curiosità, sintonizzando le vostre menti sul confronto tra le diverse esperienze di vita, in modo tale da poter iniziare, per chi non l'avesse già fatto, quel percorso di estrapolazione, revisione e di rivisitazione interiore che consentirà di verificare nei modi e nei termini che riteniate più opportuni, la giustezza, la bontà e l'efficacia della vostra vita professionale e relazionale.

Ritengo che questa divulgazione esperienziale teorica e pratica, sia la testimonianza viva e genuina della concretezza dei fatti che possono esplicarsi nella realtà di ognuno di noi e dei meccanismi sottostanti che governano le nostre azioni e i nostri pensieri, per tale ragione, come potrete agevolmente notare durante la lettura del testo, ho preferito utilizzare un linguaggio molto diretto, conversativo, interlocutorio ed estremamente pratico, e proprio in ragione di questa modalità e di questo spirito "confidenziale", potrete efficacemente memorizzare ed interiorizzare, ovviamente secondo i vostri rispettivi meccanismi di rielaborazione, i relativi messaggi e i relativi contenuti, e potrete altresì opportunamente ridiscuterli e raccontarli in modo tale da suscitare un dibattito intellettualmente stimolante ed interessante per il prosieguo della vostra vita.

Al cuore si parla in modo semplice, alla mente in modo comprensibile e all'anima in modo nobile ed intelligente.

Solo in tal modo potremmo augurarci di rendere semplice, comprensibile, nobile, intelligente ed interiorizzabile il nostro messaggio nei confronti di chi ascolta o di chi vuole ascoltare.