



50 – EQUILIBRIO – L'equilibrio non consiste nel lasciare le cose come sono. Stantie e soffocanti. Ma nell'accettare le sfide e continuare a produrre energia positiva. E' innato in noi o lo impariamo crescendo?

Consiste nel piegarsi senza spezzarsi o nello spezzarsi e continuare più forti di prima, fino al traguardo che si siamo imposti? Ci è dato scegliere: non partecipare alla vita o accettare la sfida fino in fondo; qualunque siano gli ostacoli che dovremo affrontare. Con elasticità, fisica e mentale; senza rigidità caratteriale o comportamentale. Sposare il cambiamento, senza remore né pregiudizi. Impariamo a frazionare la tabella di marcia del nostro percorso. Piccole tappe, soste per riflettere e ricaricarsi e proseguire per il lungo itinerario e ci apparirà tutto più fattibile. Il raggiungimento dell'equilibrio, sarà frutto dell'esperienza, del cammino percorso; degli ostacoli sui quali siamo caduti e di quelli che abbiamo superato. Come per i grandi atleti, crescendo, l'asticella delle difficoltà si alza. Ma, se siamo preparati e ci crediamo veramente, supereremo anche quella. E niente potrà darci più soddisfazione della percezione di avercela fatta. E allora? In cosa consiste l'equilibrio? Se avete letto attentamente e avete dato un'occhiata alle fotografie dei più importanti momenti della vostra vita, lo avrete già scoperto da voi. E' il giusto dosaggio di tutti gli ingredienti che costituiscono la succulenta e fantasmagorica ricetta che amiamo chiamare Vita.

{comments on}