

LA VITA SEMBRA SOLO UNA RAPIDA SUCCESSIONE DI PICCOLE COSE IMPEGNATIVE. La vita sembra solo una rapida successione di piccole cose impegnative e fin da quando nasciamo, senza rendercene conto, iniziamo ad affrontare sfide, conquiste e speriamo di fare progressi quotidianamente.

La nostra crescita prevede una continua evoluzione: superando piccole sfide si acquisiscono capacità e un livello di maturità legato all'età. Questi progressi favoriscono anche l'adattamento di ogni persona al mondo circostante.

Diventiamo consapevoli di ciò che facciamo quando iniziamo ad agire non perché ci viene detto o perché siamo abituati a fare così ma, quando impariamo ad analizzare le nostre azioni, i nostri pensieri e le emozioni che proviamo.

La giornata di ogni persona viene scandita da una routine alla quale non ci si può sottrarre e dal tempo libero in cui si incastrano impegni, hobby, passioni e momenti di relax.

Nello specifico da quando i miei genitori mi hanno iscritta alla scuola materna, fino ad ora che sto frequentando la scuola secondaria di primo grado, ogni anno è condizionato dal calendario scolastico che impone un ritmo di vita diverso da quello delle vacanze.

Dal lunedì al venerdì l'orario della sveglia è imposto e, anche se avessi la necessità di dormire, non potrei. A scuola si susseguono materie diverse, per ognuna viene richiesto impegno, attenzione e, nonostante il carico di lavoro e la stanchezza che si accumula giorno dopo giorno, in un attimo le settimane scorrono. Il tempo passa. Sembra di essere risucchiati in un vortice in cui obblighi, orari fissi, appuntamenti limitano la propria libertà e si arriva a fine giornata stremati e, spesso, non è così immediato ricordare tutto ciò che si è svolto. Mi capita spesso che il mio cervello dimentichi gli eventi routinari ma, al contrario mi ricordo in modo dettagliato tutto ciò che accade risultando nuovo.

Senza rendersene quasi conto trascorrono le ore, i giorni, i mesi e gli anni; ciò succede quando la routine diventa monotona, e il giorno che si sta vivendo sembra il copia incolla del giorno precedente e di quelli successivi.

Mi alzo alle 6.45, alle 7.40 il nonno mi passa a prendere e mi porta a scuola, materie che si alternano fino alle 13.42, il nonno mi riporta a casa, pranzo, compiti, studio, doccia, cena e alle 21 vado a dormire. Giornata tipo senza impegni, progetti, corsi e sport che incastro con estrema difficoltà da settembre a giugno.

In questa frenetica successione di orari imposti e successione di cose da fare programmate cerco di dedicare del tempo ai miei familiari e agli amici.

Scritto così potrei definirmi un robot programmata a rispettare orari e a svolgere attività senza dare ascolto ai miei pensieri e alle mie emozioni.

Per evitare di vivere in modo passivo le mie giornate mi fermo a riflettere, cerco di diventare la padrona della mia vita e mi sono imposta di ritagliare del tempo per analizzare le mie emozioni, i miei pensieri e le mie passioni; in poche parole ciò che mi rende felice e mi fa star bene. Ovviamente gli obblighi non si possono cancellare ed è anche giusto che ci siano dei doveri ma, mi sono imposta di trovare in ogni cosa che faccio o per mia scelta o per imposizione, gli aspetti positivi.

Ho sostituito il "devo fare" con il "voglio fare" e tutto ha assunto un valore e un significato diverso; sicuramente gli obblighi non risultano più così pesanti e il tempo che scorre assume un gran valore perché ci si rende conto che ogni minuto non tornerà più e quindi vale la pena sfruttarlo al massimo per imparare, per divertirsi, per trarre il bello da ogni esperienza che si vive. A dir la verità oltre agli aspetti positivi che mi danno un senso di soddisfazione e di gioia, analizzo anche ciò o chi nell'arco della giornata mi ha reso triste o mi ha deluso per evitare di ricadere negli stessi errori. Ci sono persone che purtroppo, nel susseguirsi di obblighi imposti, le devi per forza frequentare ma, capisci senza neanche la necessità di riflettere troppo, che sono causa di sofferenza o umiliazione alle quali non bisogna dar valore o il permettere di rovinare la giornata. Capendo che la vita non può essere solo la successione di piccole cose cambia il modo di pensare e di vivere.

Quando devo studiare non lo faccio per il voto ma, trovo ciò che mi interessa per comprendere il mondo, il perché di ciò che avviene attorno a me. Mi sono resa conto che tutte queste cose impegnative, acquistano un altro valore. Bisogna sempre impegnarsi ma, studiare per interesse riduce

il tempo da dedicare ai compiti assegnati, non si dimentica ciò che si è imparato e si trovano dei collegamenti utili nella vita. Non mi adatto più ma mi interessa.

Per poter però dare il massimo di sé in ogni attività imposta o scelta è necessario concedersi delle pause per ricaricarsi. Non è una perdita di tempo ma permette al corpo e alla memoria di ricaricarsi e poter ancora svolgere attività di studio o sportive.

Tutto ciò che svolgo e che richiede il mio impegno, mi permette di scoprire la mia forza e fa venir voglia di dare il massimo di me perché provo soddisfazione.

La vita è sicuramente una rapida successione di piccole cose impegnative ma sta a noi apprezzare i lati positivi di ogni cosa che svolgiamo senza partire prevenuti perché, ogni giorno, non è un sommarsi di attività ma acquista valore nel momento in cui percepiamo gioia da ciò che facciamo.