Vorrei prima di tutto approfittare per ringraziare tutti i lettori che mi hanno scritto fin ora, purtroppo non sempre riesco a rispondere in tempi brevi e di questo mi scuso. Comunque per me è molto utile leggere questi messaggi,, sia per avere un contatto più diretto e interattivo, sia per scegliere gli argomenti delle mie riflessioni, perciò l'invito è a utilizzare quando e quanto volete l'indirizzo e-mail che si trova infondo al trafiletto.

Soluzioni che funzionano e soluzioni che peggiorano

Parto questo mese da una antica favola che tutti, credo, abbiamo sentito da bambini, perché mi serve per sottolineare un aspetto che ritengo centrale nel mio lavoro; lavoro che consiste essenzialmente nell'aiutare le persone che decidono di cambiare qualcosa di sé stesse a trovare il modo più rapido, indolore e duraturo per farlo.

La favola è quella dell'asino da carico, che doveva compiere ogni giorno un certo tragitto per portare la merce da un villaggio all'altro, e dato che il tragitto lo aveva imparato bene, non c'era bisogno che ci fosse qualcuno a guidarlo,. Lungo la strada c'era un fiume da attraversare, ma con una piccola deviazione l'ostacolo si poteva aggirare perché c'era nei paraggi un comodissimo ponte. L'asino si trovò a fare quel tragitto con un bel carico di sale e, giunto al fiume, decise di fare un tentativo: "Io so nuotare – pensò, - Perché allungare la strada per arrivare al ponte, proverò ad attraversare il fiume a nuoto." Così fece, e il sale si sciolse lungo la traversata, tanto che l'asino giunse all'altra sponda molto più leggero di prima, e felice di aver trovato una soluzione tanto efficace. Lo stesso fece il giorno dopo, certo che la sua soluzione sarebbe stata ancora vincente. Purtroppo, però, quel giorno aveva in groppa un carico di spugne, e all'altra sponda non ci arrivò mai.

La morale della favola è chiarissima, ma io vorrei soffermarmi su un punto che è spesso ignorato.

Scriveva Lichtenberg nel suo Libretto di consolazione: “L'uomo è così perfettibile e corruttibile che può divenire pazzo mediante la ragione”.

La ragione, in questo caso, è proprio quella utilizzata dall'asino, ma è chiaro che la ragione non è di per sé dannosa, lo diventa solo se utilizzata come ha fatto la povera bestiola.

Quando ci troviamo di fronte ad un problema, piccolo o grande che sia, cerchiamo la soluzione migliore, quella, cioè, che ci faccia uscire dal problema al minor prezzo possibile. Il modo apparentemente più logico di cercare soluzioni è proprio quello utilizzato dall'asino, cioè rifarsi alla propria esperienza passata. Si dice infatti che, con l'aumentare degli anni e dell'esperienza, si diventa più saggi e più capaci di affrontare la vita. Ma è proprio questo utilizzo della ragione come strumento di raccolta delle esperienze che abbiamo nella nostra memoria, che qualche volta può fare “Cilecca” e portarci ad affondare nei problemi, proprio come l'asino affondava nel fiume.

La maggior parte delle persone che incontro nelle mie consulenze, mi presentano problemi ben precisi, e tentativi di soluzione che hanno messo in atto senza ottenere risultati, anzi, a volte, peggiorando la situazione. Sono quelle che io definisco “Tentate soluzioni Disfunzionali”. Il bello è che, in altre situazioni simili vissute in precedenza, quella stessa soluzione aveva funzionato alla perfezione; perciò al danno che il problema porta nella loro vita, si aggiunge anche la scoraggiante beffa di strategie che avevano funzionato in passato ed ora falliscono.

Analizzare esclusivamente ciò che si è fatto e vissuto in passato, allora, per il mio modo di lavorare diventa non solo inutile, ma addirittura qualche volta contro-produttore. La soluzione del presente va costruita nel presente, analizzando com'è che il problema funziona e si mantiene, per cercare la strada più adeguata per il momento e per le circostanze attuali. E' preferibile unire all'esperienza del saggio, l'elasticità del creativo, un po' come farebbe un giocatore di scacchi, utilizzando la sua ragione su entrambi i piani.

Se l'asino, oltre a ragionare sull'esperienza del giorno prima, avesse ragionato come se fosse la prima volta che affrontava la traversata del fiume, probabilmente avrebbe fiutato il pericolo e, quindi, cambiato subito la sua idea.

Esistono poi problemi che si presentano per la prima volta, su cui non abbiamo alcuna esperienza passata a cui far riferimento. Anche in quei casi, tuttavia, c'è il rischio di intraprendere comportamenti che, invece di risolvere, non fanno altro che rafforzare la difficoltà che stiamo vivendo. Ancora una volta è opportuno, se non ci riusciamo da soli, che qualcuno ci aiuti ad individuare quali sono le tentate soluzioni che non funzionano, e a cercare quelle che invece possano essere efficaci, partendo sempre dall'analisi precisa di tutto ciò che tiene in piedi il problema.