



traguardo finale verso cui siamo incamminati, intravisto e raccontato così dalla scrittrice **Susanna Tamaro**:

«Stavo lì (sotto una quercia), sentivo l'umidità sotto il mio sedere, il vento fresco tra i capelli e sul viso. Respiravo e sapevo che c'era un ordine superiore delle cose e che in quell'ordine io ero compresa assieme a tutto ciò che vedevo».



### INSIEME AGLI ALTRI...

La felicità non è una coppetta di gelato da gustarsi da soli, ma una torta da mangiare in compagnia. E

non è neppure un capitale da chiudere nelle cassette di sicurezza di una banca e da cui prelevarlo soltanto per i propri interessi.

È come un passerotto che plana nelle nostre mani: può essere tenuto stretto stretto fino a farlo morire, oppure **lasciato libero di ripartire verso altre mani da arricchire con il suo canto libero**.

È, in fondo, **come l'amicizia**: si moltiplica solo dividendola con più persone possibili. Non ci vuole molto a rovinare la vita ad amici, genitori, parenti e insegnanti. **Basta anche poco**, però, **a farli sorridere**: una barzelletta, una tavola apparecchiata, una telefonata di auguri, un'interrogazione ben preparata...

**La propria gioia passa, dopo tutto, attraverso quella degli altri**. Lo diceva anche lo scrittore americano **Mark Twain**: «Per godere pienamente la felicità, bisogna avere qualcuno con cui dividerla».

E prima di lui, **Gesù di Nazaret** che dichiarava: «**C'è più gioia nel dare che nel ricevere**». **educare**

da: *MondoErre*, rivista mensile Elledici  
articoli di **VALERIO BOCCI**

 Don Bosco Ti Parla...

SCARICA ALTRE SCHEDE DA  
[www.ilgrandeducatore.com](http://www.ilgrandeducatore.com)

Coordinamento redazionale di *Angelo Santi*, ex-allievo salesiano

SCHEDA

66

VERDE

serie  
**GIOVANI, CAMPIONI DI VITA**

Supplemento della rivista "Educatori di vita"  
[ilgrandeducatore@gmail.com](mailto:ilgrandeducatore@gmail.com)



ADOLESCENTI

ALLA ricerca  
DELLA  
felicità

Bisogna sempre trovare lo slancio positivo nella corsa della vita, anche quando si incontrano degli ostacoli. Nel superarli, i ragazzi possono contare sull'aiuto di quanti – genitori, insegnanti, educatori – vogliono loro bene.

LE SCHEDE  
SULL'ARGOMENTO

**62 - LA FELICITÀ? È UNA PICCOLA COSA!**

**63 - INFELICI PERCHÉ?**

**64 - OLTRE LE FACILI ILLUSIONI**

**65 - A CHE SERVE LA FELICITÀ?**

**66 - COME IMPARARE AD ESSERE FELICI / 1**

**67 - COME IMPARARE AD ESSERE FELICI / 2**

Fotografie e immagini non firmate sono dell'Archivio SDB.  
Le foto sono di repertorio e non si riferiscono alle persone di cui si parla.

**PESSIMISTI O OTTIMISTI?**

Fortunati o meno in fase di avvio, diventa subito decisivo l'atteggiamento che ognuno ha verso la vita.



**Gli ottimisti sono generalmente più contenti dei pessimisti.** Anche quando navigano in acque pericolose, riescono a non perdere la bussola. Se è vero questo, allora, che senso ha affermare il contrario come fanno tanti ragazzi alle prime difficoltà e insuccessi. Battute come: «*La vita è uno schifo*», «*Non vale la pena impegnarsi tanto, tutto va alla malora*», «*La mia ragazza mi ha abbandonato, nessuno mi vuole bene...*»

andrebbero cancellate dal proprio vocabolario. E sostituite con altre di segno opposto:

«*La vita è bella*» (chissà perché Benigni l'ha scelta come titolo del film sui campi di concentramento?), «*Oggi sono contento*», «*Prima o poi passerà un altro treno sul mio binario con la principessa dei miei sogni*», «*Nessuno ha il diritto di rubare la mia felicità!*».

Può sembrare un trucco sempliciotto: e invece funziona! **Questa visione positiva della vita si traduce in una serie di atteggiamenti concreti:**

**ACCETTARE SE STESSI...**

**È il "minimo" sul quale si può costruire "il... massimo" della propria felicità.** Vuol dire **avere una giusta stima di se stessi** e piazzarsi ancora davanti allo specchio, questa volta non per lamentarsi ma per cantare: «*Come me, non c'è nessunoooo!*».

**Ogni persona è, infatti, un prototipo originale** che può viaggiare felicemente sulle strade della vita, o rimanere parcheggiato in garage come un pezzo da museo.

**A volte ce la mettiamo tutta per non essere felici.** Troppi ragazzi passano le giornate **a piangersi addosso** perché non possiedono la classe di Del Piero, la bellezza di Bratt Pitt, i soldi di Bill Gates, la voce di Avril Lavigne. **Ogni individuo, invece, è "titolare" di un... bancomat**

**Accettare se stessi è la base di partenza per viaggiare felicemente sulle strade della vita.**

# Come imparare ad essere felici?

## PRIMA PARTE

**speciale** che permette di attingere a qualità e doni **da far invidia ai tanti personaggi decantati da riviste e televisioni.**

Alla salute dei brufoli (che passeranno) e perfino della scarsa salute, come scrive Valentina Tugnolo, una ragazza affetta da una malattia rarissima: «*Io sono felice quando vedo la pace, l'amore tra i popoli, il volersi bene. È questa la vera felicità*».

**SENTIRSI VIVI...**

**È molto di più del normale respirare, correre, mangiare, dormire.** Questo lo fanno anche gli insetti e gli animali e tanti "umanoidi" che passano sulla faccia della Terra come "turisti" disorientati e distratti.

- ✓ **Chi vive davvero** non si lascia semplicemente trascinare dalla corrente e neppure si rinchiede in una noce di cocco.
- ✓ **Si accorge del mondo che lo circonda, si sente bene nella propria "scocca", si stupisce delle meraviglie della creazione, "contempla" i cieli stellati "veri" meglio di quelli "finti" dei videogiochi, assapora i profumi e i suoni della natura.**

- ✓ **Sa cogliere l'"attimo fuggente" apprezzando ciò che ha e interpreta al meglio quello che sta facendo.** Incontra la felicità nel senso indicato dalla parola usata dai francesi: "bonheur", cioè "buona ora", adesso, in questo momento. Quella futura deve ancora venire e deve conquistarsela.

Il tempo a disposizione è solo quello ritmato dal cronometro. Il minuto appena trascorso è scivolato per sempre nel passato e quello che verrà rientra in un futuro che ancora non ci appartiene.

**Tanto vale, allora, non lasciarsi sfuggire il presente per "sentirsi vivi" e inseriti nel torrente della vita.**

Un domani quest'attimo si trasformerà in eternità, il

