



17 SUPERARE SE STESSI

Lo so che è terribile quando l'insegnante di educazione fisica o l'allenatore dicono: «Ancora un giro, dà che ce la fai!».

Si è distrutti, completamente indolenziti, e non si vorrebbe fare altro che crollare a terra e riposarsi.

Oppure quando l'insegnante di pianoforte non è ancora soddisfatta e vuole ascoltare da te il brano per l'ennesima volta. Tu ce l'hai messa tutta, ma lei è convinta che tu sia in grado di suonarlo ancora meglio.

Nel momento in cui te lo dicono, per te non è solo una cosa un po' spiacevole. Senza volere ti viene da piangere e devi morderti le labbra per non urlare forte dal dolore e dalla rabbia.

Ma se poi ti sforzi per dimostrare all'allenatore o all'insegnante di pianoforte che puoi farcela, se riesci a fare ciò di cui in realtà non pensavi di essere capace, allora proverai una sensazione di grande gioia. Hai oltrepassato un limite, sei arrivato a un punto che ti sembrava irraggiungibile. E senza questo stimolo, questa richiesta da parte degli altri, non ce l'avresti mai fatta. Perché hai sottovalutato le tue capacità, oppure pretendi troppo poco da te. Perché non immagini quale sia il tuo potenziale.

È una cosa positiva avere qualcuno accanto che ti incoraggi. Qualcuno che si aspetti da te più di quello che tu stesso ti aspetteresti. E che sa esattamente fino a dove puoi arrivare. Ti basta solo una spinta, lo sprone di un altro, la sfida. L'altro può essere un insegnante o un allenatore oppure tuo padre. Un

amico o uno dei tuoi compagni. Qualcuno che ti vuole bene e ti vuole aiutare.

Gli incitamenti e le sfide ci vogliono. E ci vogliono persone del genere. Quindi non arrabbiarti con loro quando ti aiutano a scoprire ciò che puoi raggiungere.