

**SUPERARE I PROPRI LIMITI
PER REALIZZARE I PROPRI SOGNI**

**WAYNE W.
DYER**

**PRENDI
LA VITA
NELLE
TUE MANI**



Come crearsi il proprio destino
senza farsi influenzare da nessuno

Wayne W. Dyer

Prendi la vita nelle tue mani

Come crearsi il proprio destino
senza farsi influenzare da nessuno

BUR
rizzoli

Proprietà letteraria riservata
© 1978 by Wayne W. Dyer
© 1979, 1982, 1991 RCS Rizzoli Libri S.p.A., Milano
© 1994 R.C.S. Libri & Grandi Opere S.p.A., Milano
© 1997 RCS Libri S.p.A., Milano

ISBN 978-88-17-06174-2

Titolo originale dell'opera:
Pulling Your Own Strings

Traduzione di Lydia Magliano

Prima edizione Rizzoli 1979
Prima edizione BUR Best febbraio 2013

Per conoscere il mondo BUR visita il sito www.bur.eu

A
Susan Elizabeth Dyer.
In sua presenza mi
sento libero di pensare
ad alta voce

PREFAZIONE

di Susan Dyer

Buona parte dei concetti espressi in queste pagine corrispondono alla cronistoria della mia crescita personale, dell'evoluzione che fece di me un'adulta volitiva e dinamica.

Sono stata e sono tuttora in stretto contatto, data la mia attività d'insegnante e di consulente degli audiolesi, con moltissimi giovani messi in condizione d'inferiorità non tanto dalla menomazione fisica quanto dalla mancanza di fiducia in se stessi, dal sentimento paralizzante di essere diversi che trae origine dalla menomazione. Per questo motivo apro con loro, innanzi tutto, un dialogo incentrato sulla necessità di «assumersi la responsabilità di se stessi» se vogliono essere poi in grado di assumersi la responsabilità delle varie situazioni in cui si troveranno e soltanto dopo questa messa a punto preliminare i miei allievi acquisiscono, a poco a poco, la capacità di affrontare in maniera autonoma — e non è una conquista di poco conto — i rischi cui andranno inevitabilmente incontro, dai problemi d'ordine pratico come quello di ordinare le consumazioni al ristorante senz'attendere l'arrivo dell'amico «normale» fino alla decisione ben più coraggiosa, presa da una delle mie ragazze, di continuare gli studi dopo la scuola d'obbligo per accedere in seguito — prima della famiglia a proporsi il conseguimento di un titolo accademico — all'università. Il cimento sarà duro per lei, ma è animata da una così salda certezza interiore che ne uscirà senz'altro vincitrice.

Però siamo in molti, benché fisicamente e sensorialmente integri, a esserci autobloccati mentalmente e ad avere assun-

to di nostra iniziativa il ruolo della vittima accettando, docili e passivi, di seguire idee che in realtà non collimano con le nostre. Ci accontentiamo di cercare pavidamente una pseudosicurezza senza mai renderci conto che gli altri, quelli che ci manovrano, hanno facile gioco nel confinarci entro limiti ancora più angusti di quelli che ci siamo imposti, sfruttando per l'appunto, come arma da usare contro di noi, i nostri timori e le nostre fobie. Per quanto mi riguarda direttamente, posso citare fra l'altro, a titolo di esempio, la vittoria che riportai sulle mie allergie.

Rimanervi aggrappata da grande, come facevo, significava fissarmi nel cliché infantile della «bambina delicata», un cliché che mi aveva fatta oggetto di attenzioni a non finire in una famiglia di persone dinamiche. E della mia «delicatezza» ne approfittavo tutte le volte che mi volevo sottrarre a situazioni «pericolose» come le attività all'aria aperta per via dell'erba, degli alberi, del polline — bastava che mi mettessi a starnutire — mentre la verità era che gli sport non mi attiravano; oppure, se mi seccava partecipare a una cosiddetta riunione mondana in salotti affollati, accampavo la mia reazione allergica al fumo delle sigarette, sebbene il mio rifiuto non fosse altro, in sostanza, che un accesso di timidezza. Lo specialista che mi aveva in cura non fu mai sfiorato dal sospetto che le mie allergopatie fossero invece un sistema psicologico di difesa. Per lui tutto ciò che mi ci voleva era la visita settimanale cui mi sottoponevo regolarmente in ambulatorio.

Ma non appena incominciai a convincermi che per conseguire l'autonomia personale avrei dovuto rinunciare a essere «delicata» e smetterla di rendermi vittima del timore di non essere accettata, le iniezioni e le visite di controllo diventarono superflue e mi potei dedicare senza remore alle attività sportive e sociali e stringere nuove, interessanti amicizie.

Adesso non c'è giorno in cui non mi scontri, senza più sfuggirli, con problemi e difficoltà: affrontare le autorità preposte alle scuole pubbliche per ottenere l'inserimento ottimale dei ragazzi audiolesi, prendere di petto i fornitori che non mi servono come intendo io, tenere buoni i familiari i quali si aspettano da me cose diverse da quelle che mi propongo e sfi-

dare la persona che sono per realizzare la persona che ho scelto di essere.

Questo libro è dedicato a me. Molti dei casi sintomatici che cita si ispirano alle mie vicende e a me si riferiscono tutti i suoi messaggi. A me... e a voi. Leggetelo, sforzatevi di crescere, gustate la vita.

SUSAN DYER

INTRODUZIONE

UNA NORMA FONDAMENTALE: MAI LASCIARSI METTERE I PIEDI SUL COLLO

Un ragazzino, rincasando da scuola, chiese a bruciapelo a sua madre: «Che cos'è un "portento di bestia?"».

La donna, perplessa, volle sapere il perché di una simile domanda.

«L'ha detto il maestro al direttore — l'ho sentito io — che sono un "portento di bestia" della classe.»

La madre telefonò allora in direzione, esigendo un chiarimento.

«No, no» rise l'interlocutore all'altro capo del filo. «L'insegnante di suo figlio mi ha detto semplicemente, dopo le lezioni, che in classe il ragazzo è un tormento, una molestia per tutti.»

Ho scritto questo libro per tutti i potenziali «tormenti», per chi recalcitra e morde il freno e si vorrebbe scrollare di dosso il peso delle imposizioni assurde, delle prepotenze altrui, mascherate o palesi, e delle proprie incertezze fatte di timori ingiustificati che gli impediscono di agire e comportarsi autonomamente e tuttavia non sa trovare la forza o il coraggio di ribellarvisi e continua ad accettare, soffrendo e arrovellandosi, il programma di vita che altri hanno stabilito per lui.

Ma se volete vivere nel modo che preferite è giocoforza che vi mostriate un tantino insofferenti e indocili, che siate fermamente decisi a ergervi a difensori di voi stessi e che affrontiate quindi la riprovazione di quelli che avrebbero tutto l'interesse a imbrigliarvi nel comportamento e nelle azioni. Però, se vi accingerete veramente a realizzarvi come persone, scoprirete che essere se stessi e non più delegare ad altri, mettendo al bando dubbi e timori, il compito di pensare per conto vostro,