

La storia di “Chi ha spostato il mio formaggio?”

Spenser Johnson



Molto tempo fa in un minuscolo paesino vivevano 4 minuscole creature che vagavano in un labirinto alla ricerca del formaggio necessario per nutrirsi ed essere felici.

Due erano topolini dal nome *Nasofino* e *Trottolino* e due erano gnomi, esseri piccoli come topi ma dall'aspetto simile all'uomo di oggi, si chiamavano *Tentenna* e *Ridolino*. Ogni giorno i topi e gli gnomi si davano da fare nel labirinto per cercare il loro tipo di formaggio preferito. *Nasofino* e *Trottolino*, con la modesta intelligenza dei roditori, unito però a un istinto ben sviluppato, puntavano al formaggio da roscchiare, quello ben stagionato, abitualmente prediletto dalla maggior parte dei topi.



I due gnomi, abituati a far uso della loro sofisticata materia grigia, andavano alla ricerca di un formaggio molto diverso, quello con la “F” maiuscola, convinti che solo quel formaggio avrebbe dato la felicità e il successo.

Nonostante la loro diversità, sia i topi, sia gli gnomi si comportavano alla stessa maniera: ogni mattina indossavano la tuta e le loro scarpe da ginnastica, lasciavano le loro casette e si addentravano nel labirinto alla ricerca del formaggio preferito.

Il labirinto era costituito da un intrico di corridoi e stanze, in alcune delle quali era conservato dell'ottimo formaggio. C'erano però anche delle zone buie e vicolo ciechi che non portavano da nessuna parte.

E lì era facile perdersi. Ma per coloro che erano capaci di trovare la via giusta, il labirinto racchiudeva segreti che riservavano una vita migliore ai fortunati scopritori.

Per trovare il formaggio i due topolini utilizzavano il semplice metodo di avanzare per tentativi: correvano all'impazzata lungo un corridoio, e se lo trovavano sfornito di formaggio lo abbandonavano per precipitarsi subito da un'altra parte. Avevano memorizzato i corridoi sforniti di formaggio, e si spostavano rapidamente nelle zone ancora inesplorate. *Nasofino* fidandosi del suo olfatto straordinario, fiutava la strada per il formaggio, e *Trottolino* si fiondava a tutta velocità nella direzione individuata dall'amico. Come è facile indovinare, spesso si perdevano e qualche volta andavano a sbattere contro un muro. Ma dopo un po' trovavano sempre la direzione giusta. Anche i due gnomi usavano un metodo simile, ma spesso si facevano trascinare dalla loro parte umana e a causa di ragionamenti difficili ed elaborati, si complicavano la vita. Ciò nonostante, ciascuno seguendo il proprio metodo, riuscirono tutti a trovare ciò che cercavano. Un bel giorno trovarono il formaggio ideale infondo al corridoio F del deposito di formaggio. Da quel giorno, tutte le mattine, gli gnomi e i topi, indossavano i loro indumenti da corsa e si trasferivano senza indugi verso il corridoio F. Ben presto, così ciascuno cominciò a seguire uno schema ben definito. All'inizio tutti erano pronti a correre velocemente alla ricerca, ma dopo un poco, i due gnomi cominciarono a prendersela sempre con più calma, in fondo sapevano la strada e credevano che il formaggio non sarebbe mai finito. Ben presto i due gnomi, cominciarono a considerare il formaggio del deposito F come il loro formaggio, tanto da decidere di trasferirsi anche la notte e lasciare le loro vecchie case.

Per sentirsi maggiormente a casa cominciarono a scrivere sul muro varie frasi sul formaggio. Una era:



Ogni tanto i due gnomi invitavano i loro amici e gli indicavano con orgoglio la montagna di formaggio. Ma pian piano la sicurezza di *Tentenna* e *Ridolino* si trasformò nell'arroganza che talvolta nasce dal successo, i due gnomi si sentivano talmente sicuri che non facevano attenzione a quello che stava succedendo sotto i loro occhi.



I due topini invece non modificarono le loro abitudini, ogni mattina, arrivavano di corsa al deposito F e fiutando cercavano il loro formaggio.

Un bel mattino i due topolini di buon ora andarono al deposito F e...sorpresa! Scoprirono che il formaggio era scomparso. La scoperta non gli sconvolse, poiché avevano già notato che il formaggio calava ogni giorno, erano quindi preparati, e seguendo il loro istinto, sapevano già cosa fare. Si scambiarono uno sguardo d'intesa, afferrarono le loro scarpe da ginnastica, e senza perdersi in analisi troppo approfondite. Per loro sia il problema, sia la soluzione era molto semplice: nel deposito F la situazione era cambiata, quindi anch'essi dovevano cambiare. Uscirono, si guardarono intorno, poi *Nasofino* drizzò il naso, fiutò la via, fece un cenno a *Trottolino* che partì di corsa, dentro al labirinto, seguito dal suo amico.

Senza perdere tempo si misero a cercare un Nuovo Formaggio.

Quello stesso giorno anche i due gnomi, ma solo un po' più tardi, arrivarono al deposito F. e siccome non avevano notato i piccoli cambiamenti che giorno dopo giorno erano avvenuti, erano dal tutto impreparati all'amara sorpresa che li attendeva.

"Cosa? Non c'è più formaggio?" strillò. *Tentenna*, sopraffatto dallo sgomento non faceva altro che urlare "Non c'è più formaggio!" come se bastasse per farlo tornare. "Dov'è finito il mio formaggio?", continuava a urlare. *Ridolino*, si limitò a scrollare il capo, restò a lungo in piedi paralizzato dalla sorpresa: era giunto impreparato al momento cruciale. *Tentenna* continuava a sbraitare, ma *Ridolino* si rifiutava di ascoltarlo: si rifiutava di affrontare la dura realtà, così cercò di estraniarsi completamente. Non reagiva più. Il comportamento degli gnomi non era lodevole, ma comprensibile: trovare il formaggio non era una cosa semplice e inoltre per loro significava molto di più che soddisfare il bisogno quotidiano di cibo.

Trovare il formaggio era la via scelta dagli gnomi per disporre di tutto il necessario per una vita felice. Per alcuni trovare il formaggio equivaleva a possedere cose materiali, per altri godere di buona salute, per altri ancora sviluppare un senso di benessere spirituale.

Per *Ridolino*, il formaggio significava sentirsi al sicuro, costruirsi un giorno una bella famiglia ed andare a vivere in via del Gruviera.

Per *Tentenna*, il formaggio rappresentava invece lo strumento per una luminosa carriera, avere schiere di sottoposti e possedere una casa sconfinata sulla cima della collina del Camembert. Data l'importanza che attribuivano al formaggio, i due gnomi discussero a lungo sul da farsi, ma alla fine l'unica strategia che riuscirono ad elaborare fu di continuare a perlustrare i dintorni del deposito F per verificare se il formaggio fosse davvero scomparso.

Non facevano altro che recriminare aspramente contro l'ingiustizia che pensavano di aver subito. Che cosa sarebbe successo se l'indomani il formaggio non fosse ricomparso? Che se sarebbe stato dei suoi piani per il futuro, tutto basato sul formaggio di cui non c'era più traccia.

Quella sera i due gnomi rientrarono a casa affamati e demoralizzati. Prima di lasciare il deposito, però *Ridolino* scrisse sul muro:



Il giorno seguente i due gnomi lasciarono le loro case e ritornarono al deposito, dove si illudevano di ritrovare in qualche modo il loro formaggio.

La storia si ripropose per alcuni giorni, fino a quando *Ridolino* azzardò una proposta: “Non pensi che sarebbe meglio smettere di rigirare la questione e provare ad andare a cercare un qualche nuovo formaggio?”.

“Oh no”, sostenne *Tentenna*. “Prima voglio scoprire che cosa ci sta dietro”.

Nel frattempo, i due topini avevano fatto molti progressi ed un giorno capitarono nel deposito N. squittirono di gioia, perché avevano finalmente trovato ciò che andavano cercando: un’enorme riserva di nuovo formaggio. Quasi non credevano ai loro occhi. Si trattava della più grande massa di formaggio che avessero mai visto.

La condizione degli gnomi, attanagliati dalla fame e allo stress, stava diventando critica. *Ridolino* comincia a stufarsi di stare ad aspettare che la situazione migliorasse da sola, perché capiva che, se avessero aspettato ancora sarebbero scivolati in una china pericolosa.

Infine, un giorno *Ridolino* cominciò a ridere di sé stesso: ah ah, Guardateci! Continuiamo a fare e rifare le stesse cose e poi ci chiediamo come mai la nostra condizione non migliora. Ci sarebbe davvero da ridere, se non ci fosse da piangere! Ma poi si domando: dove è più probabile trovare il formaggio? qui dentro o fuori nel labirinto?

“Talvolta, disse *Ridolino*, le cose cambiano e non tornano più le stesse. Adesso sembra proprio uno di quei momenti, ed è capitato a noi. *Tentenna*, è la vita! La vita va avanti e noi dobbiamo fare lo stesso”.

Non appena arrivò il momento della partenza, *Ridolino* si sentì rinascere, e ridendo annunciò: è giunta l’ora del labirinto! *Tentenna* non reagì in alcun modo.

Ridolino raccattò un sassolino e scrisse sul muro un pensiero in modo che *Tentenna* potesse rifletterci su:



Poi *Ridolino* aprì la porta, l’ansia crebbe nel suo cuore, che si domandò se veramente volesse intraprendere ancora il viaggio poi scrisse una frase sul muro e stette a lungo a guardarla:



Prese a riflettere su quanto aveva scritto. Gettò uno sguardo furtivo a destra, nella direzione verso cui non si era mai spinto. Allora respirò profondamente, girò la testa e cominciò a procedere lentamente verso l'ignoto; giurando a se stesso che se mai gli fosse capitato di nuovo, sarebbe uscito dal guscio molto prima.

Nei giorni seguenti *Ridolino* trovò qua e là un po' di formaggio, ma mai in quantità sufficiente a sfamarsi. A volte credeva di fare progressi, poi improvvisamente si rendeva conto di essersi perso, aveva l'impressione di fare un passo avanti e due indietro.

Si sentì stanco; dovette fermarsi un momento per riposare e ne approfittò per tracciare sul muro del labirinto un'altra scritta:



Egli si chiese, se *Tentenna* si fosse deciso a muoversi, o se fosse ancora paralizzato dalle sue paure.

Tracciò un'altra frase sul muro, consapevole che rappresentava sia una riflessione per se stesso, sia una indicazione che sperava fosse seguita dal suo compare *Tentenna*:



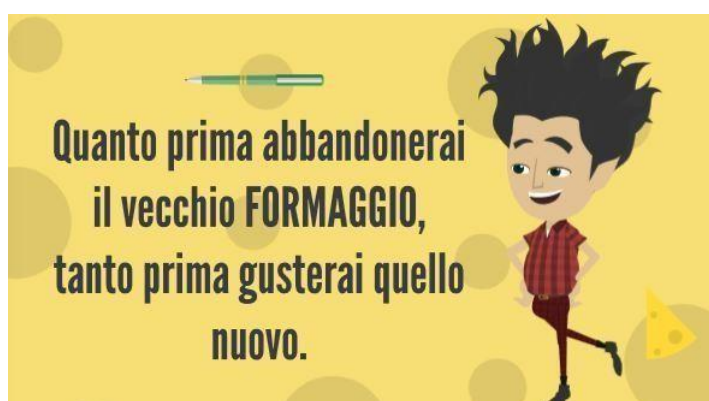
Ridolino osservò il corridoio buio di fronte a se e si rese conto di avere paura. Nel suo cervello si materializzarono tutte le orrende sorprese che forse lo stavano attendendo. Si stava terrorizzando a morte da solo. Ma poi sorrise perché aveva capito che le sue paure non facevano altro che rendere più arduo il suo cammino. Ne era sorpreso, ma si sentiva sempre più felice. Non tardò a capire quale fosse la ragione del suo benessere, così si fermò, per scrivere di nuovo sul muro:



Da lungo tempo non si sentiva così libero, aveva dimenticato quanto la ricerca potesse essere piacevole. Le cose cominciarono a migliorare ancora quando cominciò a fantasticare; si immaginò a rosicchiare montagne di formaggio di tutte le qualità. Questo punto scrisse un'altra massima sul muro:



Ora si sentiva rinfrancato e pieno di energia. Tutto eccitato varco la soglia del deposito e comprese che, se si fosse mosso prima, molto probabilmente aveva già trovato il nuovo formaggio. Si fermò ancora una volta a scrivere sul muro la nuova massima.



Ora era certo che fosse solo una questione di tempo, che si sarebbe imbattuto in tutto ciò che gli era necessario. Anzi provava la sensazione di aver trovato quello che cercava. Sorrise, quando nel suo cervello risuonò un'altra massima:



Come già gli era successo, *Ridolino* si rese di nuovo conto che l'oggetto delle nostre paure non è mai tanto spaventoso, quanto noi lo immaginiamo. La paura che noi stessi alimentiamo con la nostra immaginazione è peggiore della realtà. Ci si sofferma molto più sulle eventuali conseguenze negative che non sulle opportunità positive.

Adesso, invece, capiva che il cambiamento continuo è una condizione del tutto naturale, sia che noi ce lo aspettiamo, sia che ci colga di sorpresa.

Quando si rese conto che le sue convinzioni erano cambiate, si fermò e scrisse sul muro:



Ora aveva capito che le sue nuove convinzioni, stimolavano nuovi comportamenti, e che in effetti si stava già comportando in modo molto diverso, rispetto a quando ritornava ogni giorno a visitare il medesimo deposito vuoto.

Si può credere che un cambiamento sia dannoso e quindi opporvi resistenza, oppure si può credere che trovare il formaggio nuovo, possa aiutare a accettare con gioia il cambiamento. Tutto dipende da ciò che

si è deciso di credere.

Scrisse sul muro:



Riandando con la mente alle tappe del suo percorso, *Ridolino* fu contento di aver lasciato dietro di sé delle scritte sui muri dei numerosi corridoi, perché confidava che sarebbero servite da segnavia a *Tentenna* per orientarsi nei meandri del labirinto, qualora anche lui avesse deciso di lasciare il deposito del formaggio F.

Poteva solo sperare di andare nella direzione giusta.

Allora decise di scrivere sul muro un pensiero che occupava la sua mente già da qualche tempo:



Ciò fatto, *Ridolino* non si occupò più del passato e si concentrò sul presente. Continuò quindi a percorrere il labirinto con sempre maggior vigore e velocità. E, in men che non si dica, il miracolo accadde.

Quando ormai sembrava che il suo peregrinare, fosse destinato ad aver mai fine, il suo viaggio, o almeno questa parte del suo viaggio, giunse a termine presto e felicemente.

Ridolino avanzò lungo un corridoio non ancora inesplorato e, dopo una svolta, finalmente trovò il nuovo formaggio nel deposito di formaggio N!

Quando entrò nel deposito, restò pietrificato dalla sorpresa. Dappertutto c'erano enormi mucchi di formaggio, alti fino al soffitto: era la più colossale provvista che avesse mai visto. Lo gnomo non era neppure in grado di riconoscere tutto il ben di Dio che si presentava davanti ai suoi occhi, perché alcune delle qualità di formaggio che vi erano ammassate in quel luogo gli erano sconosciute. Si stropicciò gli occhi, chiedendosi, se quella visione non fosse altro che il frutto della sua immaginazione, finché in un angolo scorse i suoi vecchi amici *Nasofino* e *Trottolino*.

Ridolino salutò gli amici in tutta fretta, perché voleva cominciar subito ad assaggiare uno dopo l'altro tutti i suoi formaggi preferiti. Si tolse le scarpe e dopo averle legate assieme, se le appese al collo, in modo di averle a portata di mano in caso di necessità. A quella scena *Nasofino* e *Trottolino* scoppiarono in una sonora risata, ma poi gli fecero un cenno di ammirata approvazione.

Ridolino capì che la via più rapida per cambiare è guardare con ironia ai propri comportamenti assurdi, perché allora diventa più semplice abbandonarlo e rimboccarsi le maniche per passare all'azione.

Mentre meditava su quanto aveva imparato, *Ridolino* si ricordò del suo compagno *Tentenna* e si domandò se egli avesse avuto occasione di leggere qualcuna delle frasi che aveva tracciato sul muro del deposito di formaggio F e un po' dappertutto nel labirinto. *Ridolino* sapeva di aver segnato il cammino per *Tentenna* ed era pienamente consapevole che il suo amico avrebbe potuto trovare la via se solo si fosse deciso a leggere le scritte sul muro.

Così raccolse le idee e tracciò sulla parete più grande del deposito N un compendio di tutto ciò che aveva imparato. Poi, intorno a tutte le verità di cui era diventato conscio, disegnò una grande fetta di formaggio e sorrise compiaciuto, contemplando ciò che aveva appreso.



Ridolino si rese conto di quanta strada avesse fatto da quando era stato con *Tentenna* nel deposito del formaggio F, senza nascondersi però il pericolo di precipitare di nuovo in una situazione simile era ancora

incombente, se solo si fosse sentito troppo al sicuro. Così ogni giorno prese ad ispezionare il deposito di formaggio N, per controllare lo stato del suo formaggio, determinato a fare tutto il necessario per evitare di essere di nuovo colto alla sprovvista da un cambiamento inaspettato.

Pur disponendo ancora di un'enorme scorta di formaggio, spesso si avventura ugualmente nel labirinto per esplorare zone sconosciute e mantenersi al corrente di ciò che succede attorno a lui.

Un bel giorno *Ridolino* ebbe l'impressione di udire dei rumori insoliti provenienti dal labirinto. Quando il tramestio si fece più distinto, capì che stava arrivando qualcuno.

Che fosse *Tentenna*? forse tra poco lo avrebbe visto svoltare l'angolo! Recitò una breve preghiera e sperò, come già aveva fatto molte volte, che il suo amico fosse riuscito finalmente a capire un messaggio fondamentale:

