

Da "16 attitudini per una vita felice": Umiltà

"L'umiltà è l'attitudine di vivere facendo esperienza di tutto quello che c'è nel mondo, con ammirazione e stupore. E' il vedere noi stessi come una piccola parte in un cosmo più vasto, abitato da persone e creature dalle quali possiamo imparare.

L'umiltà è una forza calma. In alcune culture è considerato del tutto normale esprimere ciò che si pensa e che si desidera in maniera forte e decisa. Tuttavia, c'è una particolare dignità nelle persone sinceramente umili. Anche se sono persone di successo e importanti hanno la saggezza e l'esperienza necessaria per comprendere i loro limiti.

Una persona dotata di umiltà riesce a vedere al di là del proprio punto di vista o interesse. Riconosce che siamo tutti dipendenti gli uni dagli altri e che ognuno ha un ruolo unico, e a volte inaspettato, da svolgere nella vita degli altri. L'umiltà sposta la prospettiva da "me" a "gli altri", e lo fa con gioia."

C'è una figura particolarmente significativa per mostrare il ruolo di questa qualità nelle nostre vite: Helen Keller.

"Helen Keller ha ottenuto riconoscimenti in tutto il mondo con le sue conferenze e campagne di sensibilizzazione, ma non ha mai perso di vista il fatto di essere dipendente dagli altri, vulnerabile e in una posizione di isolamento. Cresciuta in Alabama, USA, perse l'udito e la vista all'età di 18 mesi. Nonostante le sfide che ha dovuto affrontare a causa delle proprie difficoltà personali, ha lavorato incessantemente non solo per promuovere i diritti dei disabili, ma anche per sostenere la lotta al razzismo, alla povertà, per il controllo delle nascite e i diritti delle donne.

"Nessuno conosce meglio di me le amare rinunce della vita. Ma ho trasformato le mie limitazioni in strumenti di apprendimento e di gioia vera", affermò Helen Keller all'età di 80 anni."

Quello che voglio è svolgere compiti nobili e grandi, ma so che il mio primo dovere è svolgere compiti umili come se fossero nobili e grandi.

Helen Keller

Da: Alison Murdoch, Deyki-Lee Oldershaw, "16 Attitudini per una vita felice"

Le 16 attitudini, si riferiscono a concetti che ricorrono costantemente nelle diverse tradizioni spirituali, filosofiche e religiose del mondo. A promuovere il volume è Essential Education, la cui vision è di "dare un contributo al mondo perché diventi un luogo di pace, aiutando le persone a sviluppare la loro naturale compassione e saggezza e a creare felicità e significato nella loro vita."

Link:

www.16guidelines.org