



di Alessandro Bignami

## Cambiare vita: fenomeno “DOWNSHIFTING”



*Abbandonare tutto. Affari, appuntamenti, agende, preoccupazioni, scadenze. Abbandonare tutto e andare a fare ciò che si è sempre sognato. Un lavoro all'aria aperta, un'esperienza di vita a lungo desiderata o qualsiasi altra cosa che consenta di vivere meglio e fuori dagli ingorghi, reali e metaforici, della nostra società. Con una regola fondamentale: lavorare di meno e avere più tempo libero da gestire. Oggi anche chi compie questo radicale cambio di vita ha un nome preciso. Si chiama downshifter. Un termine 'tecnico' (significa scalare marcia, quindi rallentare, prendersela più comoda) diventato ormai il simbolo di un trend crescente, che indica quel lavoratore, spesso un manager in carriera, che decide di rinunciare a una redditizia professione e a un'importante posizione sociale in cambio di una vita meno stressata, più semplice e - va messo ovviamente in conto - più povera. Per molti non si tratta più soltanto di un sogno o di uno sfogo fra amici in un momento di esasperazione, bensì della realizzazione concreta di un progetto di*

*vita. Spesso si tratta, anzi di un cambiamento lungamente meditato e pianificato. E concretizzato solo quando si ottengono le condizioni che lo consentono. A volte ci vogliono anni di preparazione. Come nel caso di un downshifter italiano, recentemente intervistato dal Corriere della Sera, che ha impiegato 10 anni a mettere le basi per abbandonare la sua stressante, seppur ben remunerata, professione di consulente di relazioni pubbliche e trasferirsi tra mare e colline, dove trascorre il tempo (poco) impartendo lezioni di vela e (molto) godendosi la natura. Non si tratta di utopie da rivista patinata, se è vero che in Australia già un milione di persone ha compiuto il 'grande salto' e in Francia ogni anno aumenta il numero di persone che abbandonano impiego e città per dedicarsi a una vita rurale (quasi 300 mila nel 2008). Allo stesso tempo non si può dire, tuttavia, che sia una scelta per tutti. Per dare una svolta definitiva e dire no a busta paga e prospettive di carriera è quasi sempre necessario avere un buon gruzzolo da parte, a cui si possa attingere soprattutto nei primi tempi o in momenti di difficoltà, ed essere liberi dalla responsabilità di una famiglia a carico. Le condizioni più favorevoli sono comunque inutili senza una buona dose di coraggio e la capacità di reggere psicologicamente alla consapevolezza di non avere più uno stipendio. D'altronde, chi vuole ubbidire all'esigenza di cambiamento che cresce dentro di lui e imparare a vivere in modo più autentico e felice, ma senza le comodità e il benessere materiale di prima, deve mettere in conto sacrifici e rischi. Come quelli che sempre accompagnano i grandi progetti.*