

## **La chiave per aprire le porte al futuro ed alla soddisfazione personale.**

### *“La Scuola di Slow Mind”*

**Romeo Lucioni**

Ci troviamo ormai di fronte alla necessità di “gestire la complessità” che, in altre parole, significa dover risolvere quotidianamente i problemi che ci impone una società difficile ed una organizzazione culturale decisamente in stato di crisi.

Ovunque volgiamo lo sguardo, troviamo panorami e situazioni che non sono per nulla favorevoli al nostro sviluppo, sia quello economico-professionale, che quello sociale, ma, soprattutto, quello che dovrebbe risultare come autosoddisfazione e senso di aver realizzato positivamente la nostra esistenza.

In ogni pagina di giornale e di rivista, troviamo i consigli “illuminati” dei guru di turno che ci propinano le loro straordinarie ricette, che però si traducono sempre in un invito “... seguimi” e ti assicuro successo, realizzazione personale, felicità.

Di fronte a questo invito “... a fidarsi dell’Altro che sa più di noi”, aumenta però in maniera esponenziale anche un senso di disagio e, soprattutto un certo fastidio per la percezione che dietro tante belle parole e straordinarie promesse alita sempre una bella ... fregatura!

Sembra che la strategia per dare forza, decisione e capacità di “... scegliere il proprio destino” sia quella di offrire una guida, una figura ipervalorizzata che si esibisca, che esprima un forte “potere”: spirituale, economico, sociale, ecc. ecc.

Lo scambio è “potere” per “assogettazione”; Risultato per essere disponibile”; “successo” per “... non fare domande, ma soltanto ... credere !!

C’è indubbiamente una offerta allettante che attira e forse è anche la via più sicura per tracciare un destino, ma ... dall’altra parte è entrare a far parte di un ingranaggio, o essere . un ingranaggio!

Si ci chiedessimo:

- tanti piccoli ingranaggi fanno una macchina che può funzionare ...
- tanti piccoli soggetti che danno il loro OK e rinunciano ad essere se stessi per scegliere una subordinazione ...
- tante persone che danno il meglio di sé, il loro impegno in favore di un progetto ...

sono questi che “fanno grande la proposta”, che non sarebbe nulla se i tanto piccoli ingranaggi non fossero sempre lì, pronti a “girare”, a ... “compiere il loro dovere”.

C’è qualche altra possibilità per non essere una piccola molecola di un grande complesso e raggiungere un obiettivo ugualmente valido?

Dovremmo fare cambiare lo schema ....sicuramente!

Se ci chiedessimo:

- cosa potrebbe succedere se leggessimo il destino come una serie infinita di punti, di momenti, di ... qui e ora;

- cambierebbe totalmente la prospettiva se invece di guardare il grande risultato, il grande successo, ecc. ... si guardasse ogni istante ?  
in ogni attimo della nostra vita può succedere qualcosa che ne determina un profondo cambiamento.

Analizziamo una proposta di cambiamento:

- a) Non siamo nulla e arriva chi ci dice “seguimi che io posso darti il massimo, quello che neppure saresti in grado di sognare!”.
- b) Non siamo nulla, ma ci prepariamo con costanza, con lucidità, con coraggio e con ... convinzione per quando arriverà quel “qui e ora” nel quale ... avremo davanti una luce, la possibilità di una ... occasione.

- a) non sono nulla ... e non saremo mai altro che nulla proprio perché il nostro essere qualcosa dipende solamente da essere un ingranaggio, magari cresciuto, magari più grande, ma sempre e solo un ingranaggio.
- b) Pur non essendo nulla, ci prepariamo costantemente per quando ... potremo fare una scelta... per quando verrà il nostro momento, perché nella vita c'è sempre un NOSTRO MOMENTO e forse l'unico problema è proprio quello di:
  - .essere preparati per non vederlo scappare via non riconoscendolo ...
  - .essere pronti ad afferrarlo saldamente ...
  - avere pronta una strategia sicura, verificata, possibile, adatta alle nostre qualità, ecc.!

I due modelli non sono intercambiabili proprio perché:

**in a)** uno anche se è sempre poco, può diventare un ... centro di potere che è anche quello di sentirsi orgogliosi di essere parte di qualcosa più grande di noi, che ci ha scelti nel momento che noi l'abbiamo scelto in un determinato momento;

**in b)** uno da poco deve avere una coscienza di sé che lo porterà ad essere qualcosa e, soprattutto, qualcuno, con le proprie idee, con la propria organizzazione psico-affettiva e psico-cognitiva.

**in a)** ... crediamo inesorabilmente in un sogno ... e questo si avvererà mettendoci però fuori dalla nostra realtà perché saremo qualcuno solo se ne facciamo parte e crediamo in “Lui”.

**in b)** ... crediamo inesorabilmente in noi stessi, ma abbiamo imparato che per essere qualcuno, per riuscire a cogliere il “nostro qui e ora”, la nostra opportunità, dobbiamo sapere che:

- noi siamo in grado di “potere”;
- noi siamo in grado di avere una terribile costanza;
- noi possiamo imparare la nostra strategia vincente.

Siamo di fronte a due progetti:

A) ci chiedono di fare parte del progetto di “LUI” e sappiamo che “Lui” ci porterà a raggiungere l'obiettivo proprio perché è stato studiato, predisposto, validato, configurato in ogni più piccolo dettaglio. Per avere successo bisogna solamente credere che la strategia è la migliore: non lasciarsi prendere da velleità innovative.

B) Dobbiamo chiedere a noi stessi di “prepararci”, di essere sempre pronti, di essere sempre in un atteggiamento di crescita e di sviluppo, perché possiamo sempre migliorarci, ma, soprattutto, dobbiamo crearci un **strategia vincente**.

- Non bisogna mai arrendersi, neppure quando si è persa qualche battaglia.
- Bisogna porsi sempre la domanda:
  - quando mi sono arreso?
  - da quanto continuo con la nave alla deriva?
  - cosa aspetto a prendere una decisione drastica?
- Anche se la vita sembra scorrere rapidamente, offre però sempre molte opportunità che non bisogna lasciar passare: bisogna essere preparati.
- Essere preparati è molto di più di “essere disponibili”, proprio perché richiede di essere sempre con l’attenzione vigile e, soprattutto, non pensare mai di avere raggiunto un grado di adeguatezza sufficiente per tutte le occasioni, le opportunità, le difficoltà che si devono affrontare.

Per questo:

- Sei sicuro d’aver lottato quando ti sentivi preparato?
- Hai lottato quando non eri preparato ad affrontare dei problemi troppo complessi, difficili o non ancora capiti?
- Hai lottato quando la società intorno a te non era ancora preparata al tuo linguaggio, ad accettare la tua innovazione?

A questo punto:

- Non bisogna avere paura di sbagliare ancora !
- Bisogna studiare bene le circostanze e se queste sono cambiate oppure no, rispetto alle esperienze anteriori.
- Considera che anche un insuccesso determina in te dei profondi cambiamenti ed ha accentuato la tua esperienza ed anche la tua sala di valutazione.

Per essere sicuro di te, **ogni sera verifica**:

- se hai violato i tuoi codici morali e se queste esperienze hanno portato a creare sentimenti di colpa, di vergogna o vendicativi;
- se hai agito sempre nel modo più consono e corretto;
- se sei stato *concentrato sui processi e sui risultati* e non sugli sforzi fatti;
- se sei stato coerente con quello che pensi, che senti e che sai;
- se hai potuto sempre dimostrare generosità, comprensione ed altruismo.

*Il maggior problema che interferisce con le nostre prestazioni e, quindi, con i risultati è l’eccessivo grado di “interferenza emotiva” (tensione, ansia, angoscia) sia quando si presenta in forma acuta che, soprattutto, quando è cronica (costante).*

Cerca di

- Vivere nel presente del qui e ora;
- seguire i saggi e allontanati dai nesci;
- esercita il potere del controllo su di te e sulle cose che dipendono da te;
- renditi responsabile del tuo pensiero, dei tuoi sentimenti e delle tue condotte;
- divertiti con quello che fai;
- persegui la felicità e le soddisfazioni possibili, non quelle impossibili;
- affronta le difficoltà con tranquillità e serenità;
- cerca di essere convinto che la felicità non si trova al di là dell’orizzonte, ma proprio dove tu stai operando, stai meditando, stai disegnando il tuo “luminoso avvenire”.