

SCOPRIRE SE STESSI.

Romeo Lucioni

La scoperta di sé può essere riconosciuta come una funzione psichica complessa che si va sviluppando (come tutte le funzioni) in rapporto con qualità personali e familiari che vengono modificate dalle esperienze e dai vissuti.

Si basa su:

- capacità di riconoscere in sé le modalità di resistere alle difficoltà suscitate nel rapporto con la quotidianità e la realtà esterna;
- possibilità di verificare i cambiamenti personali che si vanno organizzando;
- non limitarsi a subire le proprie risposte istintive, ma di valutarle nella loro valenza positiva e/o negativa, in modo da adattare sempre più alla realtà.

Queste osservazioni fanno pensare a meccanismi di resilienza che abbiamo già messi in relazione con l'organizzazione libidica, emotiva, affettiva, intuitiva e razionale. La **resilienza** si va modificando in rapporto con i meccanismi mentali messi in atto in diversi momenti dello sviluppo psichico.

Saper investire in qualità è caratteristica delle persone di successo che sanno anticipare la comprensione del futuro e che posseggono una capacità speciale che li differenzia dalla “massa” degli Altri.

Nello scenario di crisi che dobbiamo affrontare e spesso anche subire, diventa sempre più necessario esplorare e comprendere le nostre potenzialità, le competenze ed i ricorsi psico-mentali interni che permettono di trovare altre opzioni. La “necessità” umana più importante ed emergente sta diventando quella di saper cambiare i paradigmi, la preparazione culturale, l'addestramento per la vita.

Pensare, sentire ed agire in modo “adeguato” ed in sintonia con i nostri principi ed i nostri valori, serve per arrivare a nuovi e più adeguati disimpegni di vita, a organizzare modelli operativi che ora si fondano sulle basi della Timologia e della Resilienza.

Queste funzioni psichiche che agiscono nell'oggi per il domani, aumentano drasticamente le capacità di difesa e di organizzazione psico-affettiva, entrando nei processi di relazione interpersonale.

Si tratta di ridisegnare radicalmente e creativamente la nostra condotta, le percezioni, il sistema rappresentazionale, le attitudini per una forma simpatica, empatica e poetica della vita, incorporando cosciente- ed incoscientemente le molteplici informazioni che ci giungono dall'esterno, con l'obiettivo non solo di raggiungere miglioramenti, ma di produrre un “senso quantico di evenienze, una rottura di barriere che per tanti anni ci hanno inibiti, che hanno contribuito formalmente alla nostra formazione personale e professionale.

Il modello per lo sviluppo personale riguarda tecniche che insegnano il rispetto per come percepiamo la realtà, per come ci relazioniamo e comunichiamo ed anche per come scopriamo i nessi più idonei per superare le difficoltà (resilienza), per raggiungere le nostre mete, per rispettare i nostri valori ed affrontare le nostre stesse sfide per la mente.

LA VOLONTÀ CHE SPOSTA LE MONTAGNE

CONOSCERE PER CONOSCERSI

- Ricorda che dobbiamo essere sempre noi stessi a dare il primo passo se non vogliamo essere schiavi delle decisioni altrui.
- Vivere il mistero dell'amicizia che sa dare di più proprio nei momenti di maggiore difficoltà.
- Non credere che razionalmente possiamo risolvere tutto: la mente comprende le apparenze; solo con l'amore si può arrivare a conoscere il vero significato delle cose.
- Non credere mai di avere fatto troppo perché il risultato non si raggiunge solamente con lo sforzo.
- Credere in se stessi, nelle proprie potenzialità e nelle capacità che si sviluppano con l'applicazione, la volontà ed un indomito coraggio.
- Vivere positivamente la percezione che con l'aiuto dell'Altro si possono raggiungere obiettivi insperati ed anche una maggior pienezza di sé.
- Ricordare sempre che se ci lasciamo guidare dai "bisogni", ci troveremo sempre nell'impossibilità di conoscere la nostra verità più intima.
- Bisogna credere nelle proprie verità se si vuole comprendere le verità altrui.
- Le vere scelte, quelle che portano a raggiungere le vette più alte, nascono dalla volontà che guida il cammino verso gli obiettivi.
- Dobbiamo vivere coscientemente che lavorare in gruppo rende molto di più che sforzarsi da soli.
- La vera schiavitù è lasciarsi dominare da sensi di onnipotenza e da prevenzioni egocentriche.
- Chi cede la prima volta cercherà mille giustificazioni per coprire tutte le disillusioni successive.
- Chi guarda sempre in basso rischia di non vedere mai il cielo ... neppure quando è sereno.
- La grandezza dell'uomo sta nel riuscire a credere nella forza che sprigiona la collaborazione.
- Sentirsi parte di un progetto è il vero mezzo per credere in se stessi ed essere certi del risultato.
- La vera amicizia non è solo un sentimento rivolto verso l'Altro perché è anche un aprirsi alle esperienze più elevate.

- Non credere mai d'aver esaurito il tempo: spesso facciamo in un minuto quello che non abbiamo raggiunto in una vita.
- L'amicizia sa far cambiare gli obiettivi e spesso anche il "destino".
- Credere ed amare sono sempre delle opportunità che riempiono di significato le ore della speranza.
- Più fai e più ti rendi conto che sempre manca qualcosa: la saggezza sta nella mano di chi ti accompagna.
- Il lavoro indefesso dà senso di potere, ma i grandi obiettivi si raggiungono "... insieme"!
- Non aspettare che qualcuno ti dica "... seguimi!"; metti sempre davanti i tuoi desideri!
- Credere in un obiettivo è già essere alla metà del cammino!
- Quello che fa la ragione in un anno, lo fa la volontà in un solo giorno!
- Se riempiamo la vita di "sogno" scopriamo l'immensità delle nostre potenzialità
- Mettere i sogni nelle palme delle mani è creare la grandezza del futuro!
- La migliore strategia non è saper fare mille cose, ma farne poche senza perder tempo per guardare le chimere!
- La creatività non è dispersione, ma saper cogliere un senso sempre più profondo ed un obiettivo sempre più completo.
- Non ingannare mai se stessi per non rischiare di cercare di ingannare gli altri.
 - stare insieme significa ... agire insieme
 - farsi conoscere piuttosto che farsi approvare
 - non è sufficiente sapere per essere felici
 - se vuoi essere te-stesso, considera se vale la pena essere diversi
 - poni sempre davanti a te il motto per la vita: IO POSSO
 - per sapere chi sei ... guardati negli altri
 - ricorda che tu sei molto di più delle tue sconfitte, ma anche ... delle vittorie
 - crea ogni giorno una speranza nuova
 - per "amare" qualcosa devi ... viverne la mancanza come insopportabile
 - "amare" è riempire l'Altro di Valori
 - "amare" è desiderare perché se ne sente la mancanza
 - Ricordare che la "verità" sta sempre nell'occhio dell'Altro.
 - la volontà segue sempre quello che hai già desiderato
 - partecipare è il fondamento per attivare un cambiamento
 - le migliori idee non hanno valore se non le fai conoscere!
 - Aspettare il momento favorevole non è mai tempo sprecato.
 - Credere in noi stessi è la migliore strategia per scoprire un amico.
 - La "povertà di un amico" è il fallimento delle nostre potenzialità.