

La delusione

Tutti quanti noi abbiamo delle aspettative, cose che desideriamo vadano in un certo modo o persone che crediamo faranno certe cose piuttosto che altre.

Quando queste aspettative vengono tradite spesso si genera quel sentimento chiamato delusione. Possiamo avere delusioni in qualunque ambito della nostra vita e possono essere passeggero o anche condizionare lunghi periodi della nostra vita.

- Se ti va racconta pure una tua delusione che hai provato nel passato....



- In quella situazione che cosa ti faceva soffrire e ti rendeva difficile reagire?
- Che cosa ti ha permesso ad un certo punto di reagire ed uscire dalla delusione?
- Ripensando a quella situazione, come la vedi e che insegnamento ti ha dato?

Consiglio dello Chef

“Se persegui un fine ti incateni. Se tutto ciò che fai lo fai come un fine in se stesso ti liberi.”

TRATTO DA “LO SGUARDO INTERNO” DI SILO
ED. MULTIMAGE WWW.MULTIMAGE.ORG