

L'AUTOAFFERMAZIONE

COSA E'

Dal dizionario. Affermazione: Consolidamento della propria posizione, acquisto di notorietà, successo.

Auto: Di sé stesso.

È proprio questo che

VOGLIAMO?

Un'eccessiva spinta verso l'autoaffermazione può costituire la strada verso la frustrazione della volontà di significato.

per affermarci (Consolidamento della propria posizione, acquisto di notorietà, successo) possiamo impegnarci tanto, da perdere di vista il bisogno di individuare il senso della nostra vita.

Paradossalmente noi possiamo costruire

UN'IMMAGINE POSITIVA

di noi che prescinde da quello che siamo e di cosa disponiamo per realizzare noi stessi. La costruiamo su quello che riteniamo più utile per affermarci, ossia su quello che gli altri apprezzano.

Come una maschera fosforescente perché sia ben visibile a tutti, indossiamo quest'immagine positiva di noi quando ci mettiamo in relazione col mondo: nel lavoro, con gli sconosciuti, con gli amici; perfino in famiglia, perfino all'interno della coppia.

Presto finiamo per indossarla anche con noi stessi, lasciando andare quello che siamo e diventando così la nostra immagine, anche ai nostri stessi occhi.

COSA CI SPINGE A PAGARE **prezzi** così alti?

COSA TEMIAMO?

LA CRITICA, LA DISAPPROVAZIONE O, PEGGIO, IL RIFIUTO DEGLI ALTRI.

La **paura di non esserci.**

L'IMMAGINE POSITIVA DI Sé, LA MASCHERA FOSFORESCENTE, è la nostra difesa da questi pericoli. Ma per questo motivo è anche il nostro grande vincolo, che ci tiene attaccati e dipendenti dal giudizio degli altri che, a loro volta, fanno altrettanto.

Ne consegue la corsa di ciascuno per apparire migliore in un circuito di **menzogna** che provoca incontri falsi e relazioni d'antagonismo anche all'interno della famiglia.

E così, per la paura di non essere, NON SIAMO!

Fintanto che pensiamo ad autoaffermarci, noi non siamo che la nostra maschera. Bisogna spostare l'attenzione dall'individuo a quello che egli fa, a qual è il "servizio" che egli rende, quale parte decide di avere nella vita del pianeta. Frankl direbbe: l'individuo deve porre l'attenzione a qual è il suo compito, poiché ognuno ha un compito.

Autoaffermazione non è dunque un obiettivo da perseguire, è

CONSEGUENZA,

effetto del compimento di un significato.

Ci realizziamo attraverso quello che realizziamo!

L'autoaffermazione va considerata una conseguenza delle nostre azioni e delle nostre scelte, è un errore considerarla un obiettivo.

Come obiettivo alimenta un circuito di relazioni false, come conseguenza alimenta la piena realizzazione di noi stessi.

Un medico, un artigiano, uno psicologo, una colf.... Nessuno ne è esente: se lavora per esibire le proprie capacità è sterile e alla fine non è nemmeno apprezzato anche se è molto capace, mentre se lavora per fare del suo meglio perché quello è il suo compito, oltretutto, avrà anche più successo.

Lo stesso è nelle relazioni private, lo stesso nella famiglia e nella coppia.

Perché abbiamo tanto desiderio di avere successo, da essere disposti a rinunciare a noi stessi pur di raggiungerlo?

Il vero bisogno sottostante è il

lasciare una traccia.

Non c'è esperienza più angosciante che sentirsi invisibile o inutile dentro le nostre relazioni. Così, per essere visibili, indossiamo la maschera fosforescente. Ma perché vogliamo che la relazione con noi lasci una traccia sull'altro, non perché quello che vogliamo è il successo.

Pur di lasciare una traccia sull'altro, siamo disposti a qualunque cosa, anche ad essere impopolari o aggressivi, bulli o delinquenti, violenti dentro e fuori delle mura domestiche.

In conclusione, poiché quello che cerchiamo è la relazione vera ed efficace con l'altro sia nella vita privata che lavorativa che sociale,

- non dobbiamo pensare a proporci all'altro presentando l'immagine di noi che pensiamo che l'altro apprezzi, bensì
- metterci in relazione con l'altri in maniera autentica, passando da un **IO** che occupa tutti i pensieri di chi cerca il successo ad un **TU** che dobbiamo tener presente nella sua interezza ad un **NOI**, che è quella relazione che è il nostro **VERO** obiettivo, perché è un nostro **VERO BISOGNO**.

Il Ricino Rifiorito, 29 aprile 2010

Laura Spagnolo