IL SOGNO

I nostri sogni non servono a rendere soltanto più belle le nostre notti, ma devono anche ispirare le nostre giornate: se la notte indica la direzione, il giorno scandisce il passo. Alcune persone non riescono ad individuare i propri sogni senza un aiuto. I nostri sogni vengono passati molto presto al vaglio del temibile “principio di realtà”. L’iperadattamento può portarci a vivere i sogni degli altri e non i nostri, mentre conoscere, riconoscere ed inseguire i propri sogni è quanto di più vivificante possa esistere: riconoscere i propri sogni vuol dire avere il coraggio di essere deliziosamente diversi! Le persone che ammiriamo sono una fonte di ispirazione e chi ci fa sognare attraverso le proprie gesta può anche indicarci una via concreta di realizzazione personale.

Ciò che ostacola la consapevolezza dei propri sogni e i tentativi di realizzarli sono le paure. Rendendo i propri sogni consapevoli, collegandoli ai propri valori profondi e, dunque, dando loro un senso, faremo pendere la bilancia dalla parte dei desideri. Le paure inconsce, infatti, boicottano in maniera subdola qualsiasi progetto motivante, senza farci capire bene quale sia la causa delle resistenze al cambiamento desiderato. Per realizzare i propri sogni, occorre necessariamente esplorare le paure che per tanto tempo hanno impedito di concretizzarli. La paura inibisce lo spirito critico: è necessario imparare ad utilizzarlo affinché le paure possano perdere consistenza. Seneca sostiene che “ solo l’albero che ha subito gli assalti del vento è veramente vigoroso, poiché è durante questa lotta che le sue radici, messe alla prova, si fortificano”.

Un sogno richiede una preparazione che deve rientrare in una logica progettuale, un buon progetto si basa su un obiettivo chiaro, motivante e realistico. Per ottimizzare le proprie possibilità di successo, occorre adottare la politica dei piccoli passi, a tale scopo, infatti, si deve prima mettere sulla bilancia ciascun sogno…[[1]](#footnote-1)

1. Magnin Hervé, (2013), *Quaderno di esercizi per realizzare i propri sogni,* Vallardi Editore, Milano [↑](#footnote-ref-1)