

# FIORITURA PERSONALE

**Workshop per gli studenti**, a partire dalla terza superiore, in vista dell'orientamento alla scelta di un percorso di vita futuro – ~~martedì 17 ottobre dalle 15:00 alle 17:00~~, Sala Maggiore di Palazzo della Signoria **mercoledì 25 ottobre**

*A cura di Alessandro Moscatelli e Nicoletta Carnevali*

- Registra un vocale di WhatsApp che racconta chi sei , il tuo passato, i tuoi fallimenti, senza riascoltarlo inviolo ad una persona che conosci senza dargli ulteriori spiegazioni
- Immaginati come se fossi una casa, chiudi gli occhi e descrivi con la massima attenzione l'arredamento di ogni stanza, inserisci una stanza per i tuoi desideri, una stanza per le tue passioni e cerca di inserire all'interno della tua casa quanti più dettagli possibili. Sei libero di inserire persone o animali all'interno della tua casa.
- Cerca sui social una tua foto che abbia almeno 5 anni e replica oggi, poi guardale mettendoti a confronto

Questi tre esempi sono liberamente tratti dal gioco "70 minuti", proposto dalla casa editrice TLON a seguito dell'uscita del libro "Lezioni di Meraviglia, manuale di fioritura personale".

Quando si parla di **crescita personale** spesso si usa il modo di pensare dello spirito di questo tempo: devi correre, devi migliorarti, devi produrre, devi fare, devi dimostrare di essere cambiato. E questo provoca tantissime ansie, e porta spesso a fare dei bilanci del proprio anno, della propria storia come si fa con il fatturato aziendale, quindi con l'idea che si debba costantemente accumulare e accrescere il proprio fatturato interiore.

Solo che, se questa cosa può andare bene per una azienda, non va bene per una persona. Per questa ragione abbiamo recuperato l'idea di "fioritura personale", che è una **cura di sé**. Molto diversa rispetto all'approccio del *lavoro* su di sé, che implica fatica ed ansia costante, che la "società della performance" ci spinge costantemente ad avere.

Un processo di **fioritura personale** è un processo in cui una persona si sente in movimento, sente che sta fiorendo, che si sta muovendo, che sta agendo, ma in un modo tutto suo. Secondo i propri tempi, la propria vocazione, e quindi non è tanto qualcosa che si manifesta all'esterno in un modo tangibile e misurabile, ma la sensazione di essere sempre più in linea e in armonia con se stessi e con i propri desideri.

Maura Gancitano [Tratto dal video *che cos'è la fioritura personale?*]

Durante il workshop saranno proposte alcune suggestioni tratte dalla poesia, dalla letteratura e dalla filosofia, per poi attivare direttamente i presenti chiedendo loro di compiere esercizi di scrittura ma anche giochi e sfide (come alcuni degli esempi proposti all'inizio del progetto).

Il senso profondo dell'iniziativa è quello di favorire l'analisi introspettiva da parte degli alunni, scevra da condizionamenti sociali, ambientali e familiari. Crediamo fermamente che per migliorare il livello di felicità delle persone sia necessario ritornare a prendersi cura di sé , ascoltando i propri bisogni, i propri tempi e le proprie necessità, proprio come fiori unici, senza bisogno di mettersi a paragone con altri, splendidi nei loro diversi colori, profumi e tempi di fioritura.