

# La Matrix Divina

Il Portale Italiano sulla Legge di Attrazione

## Parla positivo se vuoi aumentare l'ottimismo

Pubblicato da Fausto · 11 August, 2009

Un caro saluto :) Dopo aver ospitato **Roland Del Vecchio** e **Giancarlo Fornei**, oggi La Matrix Divina ospita **Giovanni Raimondi**, autore di un ebook solare, positivo e ricco di energia vitale "Il Potere dell'Ottimismo", che già dalla copertina fa venire voglia di leggerlo :)

E ora buona lettura con l'articolo di **Giovanni Raimondi**

\*\*\*\*\*

Tra le varie componenti che concorrono ad esprimere un **nuovo e positivo atteggiamento verso la vita**, vi è sicuramente il linguaggio.

Linguaggio inteso come le parole e le frasi che tutti noi usiamo quando conversiamo con gli altri.

In queste considerazioni, non mi soffermerò a ripetere quanto sia importante il modo di esprimersi, nella comunicazione: Sappiamo tutti quanto sia importante il linguaggio del corpo rispetto al linguaggio verbale; non lo scopriamo oggi e lo possiamo constatare tutti i giorni nella nostra quotidianità.

Il punto sul quale desidero soffermarmi ed affrontare è il linguaggio verbale, o, meglio, lo stretto rapporto che esiste tra il linguaggio verbale e i nostri stati d'animo, e l'inclinazione ad **Ottimismo** /pessimismo. Spesso, infatti, un linguaggio corretto, ma intriso di contenuti, frasi, o affermazioni negative, porta spesso a sviluppare uno stato d'animo e un modo di vivere le situazioni quotidiane più incline alla negatività e al pessimismo.

Ora, con il termine negativo - negatività non intendo soltanto un evento negativo, come può essere un incidente, un dolore, un qualsiasi evento che potrebbe determinare conseguenze non positive, anche se solo temporanee, ma anche e soprattutto intendo riferirmi alle frasi, ai predicati, ai modi di dire, ai luoghi comuni, alle singole parole che ancora una volta hanno il potere, come ho detto poc'anzi di influenzare il nostro modo di pensare, le nostre credenze e conseguentemente ne determinerà poi il nostro modo di agire (o non agire).

Naturalmente se è vera l'equazione frasi negative = atteggiamento negativo, che proiettato nel futuro potrebbe significare orientamento al pessimismo, è a maggior ragione valida l'equazione frasi positive = atteggiamento positivo, orientamento ad una visione della vita più ottimistico e costruttivo.

Quante volte abbiamo ascoltato affermazioni del tipo :

” Cosa vuoi farci, va tutto male in questa società”

“ Solo a sentire certe cose mi scappa la voglia di vivere”

” Il mondo va a rotoli e nessuno se ne preoccupa”

“Tanto non cambia niente”

Se ci fate caso, quando incontriamo una persona, e ci fermiamo con essa solo per un saluto o per uno scambio di opinioni, ed esordiamo con la fatidica frase : “Come stai?” cosa ci sentiamo normalmente rispondere ?

“Mah,... così così.....”

“Va come deve andare“... ”

“Potrebbe andare meglio....”

” Si tira a campare...”

” E’ un periodo in cui tutto mi va storto” .....

Qualche volta, più raramente arriva un ” bene”..... magari in evidente contraddizione con il linguaggio del corpo, il modo con cui lo si pronuncia.

A volte mi chiedo se siamo sempre così scontenti nella vita, o se siamo invece facilmente preda di pensieri limitanti e debilitanti

Quanto sarebbe bello ed emozionante sentirci rispondere : ” Ottimamente!!” , “Splendidamente bene!!”, “Alla grande!!”, “Magnificamente!!”

I motivi che stanno alla base di tale risposte sono numerosi, e spesso si tende a rispondere un po’ negativamente perché magari si ha il timore che una risposta decisamente positiva, ci possa poi far accadere qualcosa di negativo. (scaramanzia). Oppure perché per via dei messaggi ricevuti nella nostra infanzia e nella crescita abbiamo sviluppato uno stile esplicativo pessimistico (che però sappiamo si può rovesciare trasformandolo in ottimistico) .

Credenze, ma sempre credenze negative e debilitanti.

**L’Ottimismo** ci insegna che tutto nasce nei nostri pensieri, dalle credenze (più positive), da come

rispondiamo a noi stessi di fronte ad un evento, e che tutto questo determinerà conseguentemente il nostro modo di agire (o non agire).

Eventi della vita: spesso sentiamo di fatti e di eventi decisamente non positivi, che purtroppo, va detto, sono parte dei nostri vissuti all'interno della società, come incidenti, malattie, catastrofi naturali, cattiverie, reati, ecc..

Non abbiamo la facoltà di evitare il male, che come il bene rappresentano la doppia natura dell'esistenza

Ma possiamo, se lo vogliamo, cambiare l'orientamento dei nostri pensieri, il nostro linguaggio, la natura delle nostre affermazioni (negative/positive)

Es : (N) "Va tutto male" - (P) "non tutto funziona come dovrebbe"

(N) "Mezzo vuoto" - (P) "mezzo pieno"

(N) "Una spia" - (P) "Un informatore"

(N) "Male" - (P) "non bene"

(N) "Ignorante" - (P) "non informato"

(N) "Tutto negativo" - (P) "non tutto positivo"

Torniamo ora a focalizzarci sugli eventi della vita:

Proviamo per un attimo a pensare che nello stesso momento in cui è avvenuto un furto nel negozio a noi vicino, in un altro angolo del pianeta, una coppia è riuscita ad avere un figlio dopo vent'anni di terapie contro la sterilità, dopo innumerevoli vani tentativi, che da un'altro angolo del mondo Maria e Paolo, fratello e sorella, che si sono persi di vista all'epoca della seconda guerra mondiale, si sono ritrovati, dopo quarant'anni, e sono intenti a festeggiare l'avvenimento!!

Che la nonnina di centonove anni sta per essere festeggiata da figli, parenti, nipoti, pronipoti, amici, conoscenti, mentre si appresta a spegnere le centonove candeline!!

Per concludere queste mie osservazioni sul linguaggio, desidero ricordare un'affermazione del poeta Inglese John Milton che potrebbe aiutarci a riflettere su quanto affrontato in queste considerazioni :



“La mente è sede a se stessa ed ha in sé il potere di fare del cielo un inferno, e dell’inferno un cielo”

E io mi associo a Giovanni, augurandoti una vita all’insegna della **Felicità** e del **Benessere**, magari aiutandoti anche con una buona lettura come appunto è il manuale di Giovanni Raimondi **Il Potere dell’Ottimismo**.

Scarica subito il 1° capitolo gratis  
**Il Potere dell’Ottimismo**

Un abbraccio affettuoso,

Fausto

Questo Articolo è stato pubblicato il 11 August, 2009 alle 10:31 am nella Categoria Evoluzione&Consapevolezza