

RECENSIONE

“Il segreto della felicità” (Diarkos editore, 2023) di Pasquale Romeo e Giuseppe .Romeo è un’interessante guida motivazionale che ha l’obiettivo di insegnare ad affrontare la vita puntando su “autostima” e “resilienza”. Il punto di partenza è “liberarsi dai pensieri negativi”, ossia alleggerirsi da tutti quei pesi (rimorsi, rimpianti, sensi di colpa, paure) che come “labirinti” ci imprigionano in gabbie che spesso siamo proprio noi stessi a creare. E’ importante quindi “prendere coscienza delle nostre responsabilità”; capire che dipende da noi la direzione che possiamo dare al nostro cammino, scegliendo di essere attori o spettatori. Occorre “valutare nuove prospettive, interpretare ruoli diversi, superare le false credenze”. Bisogna “evolvere, crescere, porsi delle domande, considerare molteplici punti di vista”. Solo così scopriremo le infinite potenzialità che abitano in noi e che talvolta soffochiamo, preferendo sottostare alle convenzioni. “Lasciarsi andare al flusso degli eventi” ci permetterà di abbracciare le novità; di accogliere l’ignoto. “Cammina avanti, ma guarda anche al passato per migliorare il presente e costruire il futuro”. “La mente è simile a una spugna, assorbe ogni stimolo ed è un organo plastico, plasmabile, mutevole. Essa ha una potenza enorme!” “Ognuno di noi può arrivare al successo in qualsiasi ambito” ed è necessario prendere consapevolezza del proprio Io; scendere in profondità; andare oltre la materialità; coltivare la spiritualità. Viviamo in una società rumorosa che non accetta il fallimento e la riflessione. Dobbiamo invece recuperare il silenzio e accogliere le nostre fragilità e l’imprevedibilità del destino. “Ognuno è se stesso, con pregi e difetti che ci rendono unici”. Usiamo al meglio le nostre risorse e proviamo a trovare la “strada migliore”, quella fatta di amore ed empatia!