

Un'esperienza nuova, diversa, utile per conoscere una piccola parte della mente umana e ricordare che esiste molto di più dietro a ciò che di esse pensiamo di conoscere e capire. Dipende dal carattere e dalla mentalità della persona ~~da~~ decidere se usare o meno la famosa bicicletta.

Mi sembra abbastanza interessante e spero di continuarmi a fare anche negli anni a venire perché potrebbe servirmi in futuro.

SONO FELICE DI AVER PROVATO UNA NUOVA ESPERIENZA. CREDO CHE SIA UNA COSA CHE POSSA ESSERMICI UTILE. SONO MOLTO INTERESSATA A QUESTO TIPO DI COSE. SECONDO ME SE SI FACESSE UN LAVORO DEL GENERE CON UNA SQUADRA INTERA, E TUTTE COMUNITÉ DICIO' CHE FAMO, SI POTREBBERO OTTENERE OTTIMI RISULTATI.

STATA UN'ESPERIENZA VERAMENTE INTERESSANTE E UTILE E SPERO RIUSCIRE A PERFEZIONARLA PER USARLA PER MIGLIORARMI E NEI MOMENTI DIFFICILI.

PREMETTO CHE SONO DI NATURA ABBASTANZA SCETTICA, ANCHE SE HO TROVATO QUESTA ESPERIENZA, NONOSTANTE BREVE, MOLTO INTERESSANTE, INOLTRE UN TENTATIVO PER QUANTO RIGUARDA IL CONTROLLO E IL RILASSAMENTO MENTALE NONCHÉ EMOTIVO NON POTREBBE CHE AIUTARMI SIA IN AMBITO SPORTIVO, NONCHÉ NELLA VITA DI TUTTI I GIORNI.

E' STATA DAUVERO UNA BELLA ESPERIENZA, L'HO TROVATA MOLTO INTERE
SANTE - CREDO LAIGA DAUVERO LA PENA DI PROVARE E VEDERE CHE
RISULTATI SI POSSONO OTTENERE. PROVERO' A LEGGERE IL LIBRO E A
FARE TESORO DEI CONSIGLI CHE MI SONO STATI DATI IN QUESTI DUE
~~GIORNI~~ GIORNI. MI RIVEDO IN MOLTE SITUAZIONI "NEGATIVE" CHE
CARLO HA PORTATO COME ESEMPIO PERCIO' RITENGO UTILE AUMENO
PROVARE AD OTTENERE DA ME STESSA QUALCOSA DI DIVERSO.

MOLTO UTILE.
CREDO E SPERO
SIA LA SOLUZIONE
AL MIO PROBLEMA

PERARO 24/10/06

QUANDO SI VIVONO NUOVE ESPERIENZE LE REAZIONI POSSONO ESSERE DI DUE TIPI: UNA
PIACEVOLE SORPRESA O UNA PROFONDA DEUSIONE. PENSO DI AVERNE VISSUTA SICURAMENTE
UNA DEL PRIMO TIPO E SPERO DI RINSORRE A PROSEQUIRE DA SOLA QUESTO BREVE PERCORSO
INTRAPRESO.

PENSO CHE L'ATTEGGIAMENTO MENTALE SIA FONDAMENTALE IN TUTTO QUELLO CHE
SI FA, QUINDI CI CREDO MOLTO.

IL CORSO DI DINAMICA MENTALE E' STATO UTILE, AVERE GIA' DEI
RISULTATI SARA' DIFFICILE PERO' CONTINUANDO A ESERCITARSI SI
POTRANNO AVERE MAGGIORI RISULTATI. GRAZIE

QUESTA ESPERIENZA E' STATA MOLTO INTERESSANTE E COSTRUTTIVA.
SPERO CHE MI POSSA SERVIRE IN FUTURO E SICURAMENTE
CERCHERO' DI UTILIZZARE CERTE TECNICHE CHE CI AVETE
CONSIGLIATO PERCHE' PENSO CHE LO SPORT NON SIA SOLO
FISICO, ANZI...

HO TROVATO QUEST' ESPERIENZA INTERESSANTE E UTILE.

~~MA~~ ANCHE SE LE TECNICHE DI RILASSAMENTO FUNZIONAVANO
SOLO IN PARTE,

Esperienze decisamente interessanti, benefici dopo un po' stop
però un po' di interesse, (credendo essere il merito in essi e
stare forte l'esperienza) - Ne non è una cosa per me -
Sono sicuro che entri in molte persone, ma purtroppo me
di queste ~~sono~~ non sono io.

Nonostante lo scetticismo iniziale credo che, fatto nella
giusta maniera, questo tipo di lavoro possa rivelarsi
prezioso. Sicuramente la mente, le emozioni hanno un'influenza
sulle prestazioni sportive dunque separate controllate e importanti.
Spero mi sarà utile

Pesaro martedì, 24 ottobre 2006

COMMENTO

Le due sedute di chiarifica mentale che abbiamo fatto, mi sono interessate molto, anche perché a me sono sempre piaciute tutte queste cose contorte...

Credo che possa essere utile continuare questa esperienza, però sarebbe più semplice seguendo un corso o avendo una registrazione che richi almeno per il primo periodo a collegare tutti i punti di questa esperienza. Comunque tenterò con me, al massimo la prossima volta dovrai scrivere una lettera per suggerire tutte le possibilità che mi ha lasciato. Ma non credo ci sarà il bisogno...

Riceviamo e pubblichiamo

Tutto iniziò verso Gennaio, quando mi venne data la possibilità di leggere "TEOREMA".

Inizialmente ero un po' titubante, ma incuriosita da quelle pagine, e dopo aver letto le prime righe non potei fare a meno che finire il libro tutto d'un fiato.

Mi immedesimavo completamente nelle parole di Carlo, leggendo le sue esperienze, le sue "difficoltà", provando a capire il METODO che usava per superare queste difficoltà mi sono chiesta: "Perché non provare?".

Così per un periodo ho provato a fare esattamente quello che faceva Carlo tra le pagine (rilassamento, visualizzazione del quadrato nero e del quadrato bianco ecc.), e sono rimasta impressionata dagli effetti; solo leggendo un libro riuscivo ad avere la mente più libera, ed avendo la mente più libera, anche fisicamente, mi sentivo molto meglio!!

Fino al giorno in cui mi dissero: "Al prossimo raduno ci sarà una sorpresa!"

Arrivai a Rimini, per partecipare al raduno con la nazionale under 20 di basket e ... mi ritrovai faccia a faccia con Carlo! Incredibile! Avrei partecipato ad un corso di Dinamica della Mente con Carlo e sua moglie che, avendo letto TEOREMA, mi sembrava di conoscere già da tempo. Com'è facile immaginare fui completamente coinvolta dal corso. Anche grazie al gruppo che eravamo, fu uno dei raduni più belli e divertenti che, in cinque anni di nazionale, mi fosse mai capitato. Tornando a casa mi resi conto che ero entrata in quell'albergo a Rimini senza nulla in mano, e ci ero uscita con... .. UNA BICICLETTA!!!

Stava solo a me decidere se usarla o no!!

*Alessandra Visconti - nazionale under 20
di pallacanestro femminile*

* * *