**Palestra socializzante, 20 giugno 2022 di Michele e Lorenzo**

Compito 1:

Sii il meglio

Se non puoi essere un pino in cima alla collina,
sii una macchia nella valle, ma sii
la migliore, piccola macchia accanto al ruscello;
sii un cespuglio, se non puoi essere un albero.

Se non puoi essere un cespuglio, sii un filo d’erba,
e rendi più lieta la strada;
se non puoi essere un luccio, allora sii solo un pesce persico-
ma il persico più vivace del lago!

Non possiamo essere tutti capitani, dobbiamo essere anche un equipaggio,
c’è qualcosa per tutti noi qui,
ci sono grandi compiti da svolgere e ce ne sono anche di più piccoli,
e quello che devi svolgere tu è li, vicino a te.

Se non puoi essere un’autostrada, sii solo un sentiero,
se non puoi essere il sole, sii una stella;
Non è grazie alle dimensioni che vincerai o perderai:
sii il meglio di qualunque cosa tu possa essere.

Compito 2:

E’ importante quando si ha un’impegno da svolgere poter essere grintosi, cioè invogliarsi nel fare qualcosa. Per portare a termine qualcosa occorre impegnarsi in modo costante pensando al miglioramento personale e non solo a raggiungere un risultato. Quando ad esempio si svolgono degli impegni in gruppo può essere che sorgano delle competizioni che possono essere cattive, perché si pensa solo al risultato, a mettere in mostra a tutti i costi la maggior bravura di una persona.

Occorre invece non solo farsi ispirare da una competizione positiva e quindi tirare fuori il meglio si sé stessi, comprendere i propri limiti per crescere come persone. Occorre rifarsi al concetto di Kaizen: KAI ( cambiamento, miglioramento) ZEN (buono, migliore), quindi il poter sempre e ogni giorno migliorare su qualunque cosa. Basiamoci anche sull’aforisma di Stefano Rossi che dice “ DAI SEMPRE IL MASSIMO, NON COME UN TIMIDO SOFFIO DI VENTO MA COME UN URAGANO DI PASSIONE E DETERMINAZIONE”. Con questo aforisma Rossi vuole spiegarci che è importante metterci passione e determinazione nel voler migliorare, senza la paura di sbagliare ma con la voglia di fare.

Per questo motivo, ad esempio, io Lorenzo ho deciso di fare un giro in bici ogni mattina e io, Michele ho deciso di impegnarmi nella mia passione che e recitare e mi sono promesso di leggere il copione ogni giorno

compito 3

Le parole chiave: passione e determinazione?

compito 4

il significato di kaizen è stato preso da enterprise.

teamsyistem