
Alessandra Casonato

Viaggio dentro di sé con gli Archetipi

Il Viaggio dell'Eroe.
Come i 12 Archetipi sono da
supporto per la Conoscenza di sé
ed il miglioramento delle
Performance Umane.



INDICE

Introduzione	03
Il Viaggio dell'Eroe	05
Innocente	09
Orfano	12
Guerriero	15
Angelo Custode	18
Cercatore	21
Amante	24
Distruttore	27
Creatore	30
Sovrano	33
Mago	36
Saggio	39
Folle	42
Conclusioni	45

INTRODUZIONE

Le figure Archetipiche derivano da numerosi studi e complesse tematiche del grande psichiatra, psicoanalista, antropologo e filosofo **Carl Gustav Jung** che, nel 1912 iniziò a chiamare **“immagini primordiali”**.

Successivamente nel 1917, con l'evolversi dei suoi studi, utilizzò il termine “dominanti dell'inconscio collettivo” e solo nel 1919 chiamò **“archetipi”**.

Parlare di Archetipi a tutto tondo significherebbe trattare argomenti molto vasti, dalla psiche, inconscio, simbolismi, linguaggio ed altro.

Questo ebook ha lo scopo, come sempre persegue Il Passo Successivo, di **utilizzare i 12 archetipi personali, per una maggiore Conoscenza di sé** e del proprio viaggio. Il Viaggio dell'Eroe.

Perché questo viaggio?

Gli archetipi sono un prezioso strumento evolutivo che ci permette di scoprire e sviluppare le nostre potenzialità, da mettere così a reddito nel privato e nel business.

Il viaggio attraverso le diverse figure archetipiche è un percorso attraverso le nostre qualità e caratteristiche, ed è anche un'occasione unica per poter passare in rassegna e riequilibrare anche quegli aspetti che, per un motivo o per l'altro, non siamo riusciti ad esprimere al meglio.

Capiremo anche quali sono gli aspetti che hanno bisogno della nostra attenzione, così come, invece, quelli che sono già un nostro **punto di forza**.

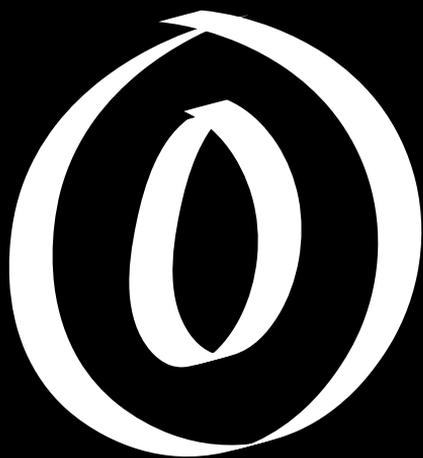
Potremo inoltre riconoscere l'archetipo che meglio incarniamo nel momento presente e scegliere verso quale muoverci, lavorando per sviluppare gli aspetti che più ci interessano e ci rispecchiano e, nel mentre, potremo **prenderci cura dell'archetipo più sofferente**, riconoscere cioè quello che ci crea più problemi ed evolverlo, passo dopo passo.

Ognuno di noi recita una parte, anche se non ne è consapevole. Si immedesima e poi dimentica di essersi immedesimato, non ricordando di essere in un ruolo. Alcuni di noi recitano la parte dell' Orfano, la vittima che gli altri maltrattano ed escludono, altri recitano l'Innocente, e con un sorriso forzato sul volto, sempre fiduciosi e ottimisti, altri ancora il Guerriero, sempre pronti a vedere le ingiustizie negli altri e nel mondo ecc.

Dovremo disidentificarci per conoscerci davvero.

Finché resteremo ancorati a quelle caratteristiche che pensiamo siano parte di noi ed uniche e non vediamo altro, non potremo esplorare le molteplici potenzialità che sono in noi.

Che il Viaggio nelle Performance Umane abbia inizio.



Il Viaggio dell'Eroe

"Il solo vero Viaggio [...] non è quello di andare verso nuovi paesaggi, ma di avere occhi diversi, di vedere l'universo con gli occhi di un altro, di cento altri, di vedere i cento universi che ciascuno di essi vede, che ciascuno di essi è." Marcel Proust.

E se la vita fosse davvero un viaggio iniziatico?
Un viaggio di risveglio interiore? Stiamo cogliendo i messaggi che la vita ci invia?

L'insoddisfazione che alcuni di noi prova è un segnale che stiamo mancando il senso vero della nostra vita, la stiamo **sperimentando a un livello superficiale** o inadatto alle nostre potenzialità più profonde.

Conoscere noi stessi è il viaggio più affascinante che possiamo compiere.

Ed è anche il più importante.

Imparare dalle esperienze, sia quelle piacevoli sia quelle dolorose, è un potente stimolo al cambiamento e alla piena consapevolezza.

Il viaggio attraverso le diverse figure archetipiche è un viaggio a diverse profondità.

Possiamo immergerci in una figura alla volta e, prima di passare alla successiva, metabolizzare i contenuti che abbiamo incontrato, senza fretta.

Alla fine di ogni archetipo, possiamo fermarci e riflettere, aiutandoci con i report e con gli esercizi proposti.

Il "viaggio" viene tipicamente diviso in tre fasi:

- i preparativi per il viaggio;
- il viaggio stesso;
- il ritorno dal viaggio.

Potremmo simbolicamente accostare queste tre fasi alle tre età della vita: **la giovinezza, l'età adulta e la maturità.**

La giovinezza è la fase in cui apprendiamo le basi del viaggio e acquisiamo gli strumenti e le qualità per poter affrontare il nostro cammino. È l'epoca in cui siamo dotati di grande energia ma che ancora non sappiamo dosare.

L'età adulta è quella in cui si svolge il viaggio vero e proprio, siamo in prima linea e dobbiamo metterci in gioco.

Dobbiamo imparare a fare un passo dopo l'altro e trovare l'andatura giusta. Non c'è tempo per riposare, ma solo quello per tirare il fiato e riprendere il cammino per confrontarci con la prova successiva.

La maturità è invece l'epoca del 'ritorno', nel viaggio abbiamo avuto modo di fare moltissime esperienze. È giunta l'ora di mettere a frutto le nostre conoscenze e di condividere gli insegnamenti della vita.

Se è vero che possiamo indicativamente suddividere queste tre fasi nelle tre età della vita, non è altrettanto vero che tutti riusciamo a vivere pienamente gli archetipi della maturità, associati alla saggezza e alla libertà personale.

Spesso, non arriviamo a esplorare queste ultime figure dense di conoscenza, poiché per poterle raggiungere è necessario che il viaggio sia stato compiuto dentro di noi. Un percorso interiore di crescita.

I Preparativi



Innocente



Orfano



Guerrigero



Angelo Custode

Il Viaggio



Cercatore



Amante



Distruttore



Creatore

Il Ritorno



Sovrano



Mago



Saggio

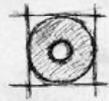


Folle



L'Innocente:

***"Siamo liberi di
essere noi stessi"***



L'innocente

Desiderio: sperimentare il paradiso

Obiettivo: essere felice

Paura: fare qualcosa di sbagliato ed essere punito

Strategia: fare la cosa giusta

Zona d'ombra: vittimismo, egocentrismo, dipendenza, pessimismo, fuga dalla realtà, illusione, ingenuità.

Dono: fede, ottimismo, apertura, lealtà, speranza.

Nota anche come: il bambino, il sognatore, l'idealista.

L'Innocente è l'archetipo della fiducia, è la parte di noi che crede nella vita e negli altri. È l'entusiasmo con cui cominciamo una relazione, un viaggio, un lavoro.

Sa lasciarsi andare. **Si fida e si affida.**

È bisognoso, dipendente in tutto e per tutto dagli altri. Non ha ancora sviluppato il discernimento e capacità critica.

Si può dire che **viva nel qui e ora**, non ha ancora il concetto del tempo, non sa cosa sia il futuro, né il passato. Ogni sua necessità deve essere soddisfatta all'istante.

L'Innocente **tende a negare i problemi e a rifuggere dai conflitti**, spesso isolandosi in un mondo di fantasia.

Inizialmente crede in se stesso e nelle sue capacità, nel tempo, gli viene detto che cosa non va in lui, è il momento in cui si forma credenze limitanti e bisogno di compiacere.

La grande lezione che deve imparare l'Innocente è che non bisogna abbandonare i propri **ideali e sogni**, ma è necessario talvolta compiere il sacrificio della propria innocenza per poterla riacquistare ad un livello più elevato.



Innocente. Autovalutazione della presenza dell'archetipo.

Spunta le affermazioni in cui ti riconosci

<input type="checkbox"/>	Credi in te stesso/a e nelle tue capacità
<input type="checkbox"/>	Riponi facilmente fiducia negli altri
<input type="checkbox"/>	Tendi ad essere dipendente dagli altri
<input type="checkbox"/>	Ti sorprendi spesso a fantasticare
<input type="checkbox"/>	Sei ottimista anche senza apparente motivo
<input type="checkbox"/>	Ami stare al centro dell'attenzione
<input type="checkbox"/>	Sei una persona leale e fedele
<input type="checkbox"/>	Sai essere giocoso e spensierato
<input type="checkbox"/>	Non serbi rancore e dimentichi velocemente
<input type="checkbox"/>	Tendi a negare i problemi

<input type="checkbox"/>	10
--------------------------	----

Quanto è presente in te questo archetipo?
In quali aree dell tua vita?



L'Orfano:

**"tutte le persone
sono state create
uguali"**



L'orfano

Desiderio: lasciar andare il dolore la delusione.

Obiettivo: ritrovare la sicurezza

Paura: essere sfruttato e calpestato

Strategia: essere aperto a ricevere l'aiuto dagli altri

Zona d'ombra: cinismo, vittimismo, sfiducia, ribellione, invidia, rinuncia, depressione.

Dono: autonomia, realismo, senso pratico, organizzazione.

L'Orfano si attiva ogni volta che siamo **traditi o abbandonati dalle figure o situazioni su cui facciamo riferimento.**

É l'archetipo dell'adolescenza, la **vittima** che non concepisce i problemi come opportunità di crescita, ma solo come ingiusto accanimento.

Identificarsi troppo rischia di chiuderci alle opportunità della vita.

Un Orfano però evoluto trova la forza di provvedere a sé stesso e **sviluppa una grande autonomia, senso pratico, indipendenza e capacità di cooperare.**

L'Orfano è un passaggio necessario per superare la dipendenza dell'Innocente.

Se viviamo poco questo archetipo rischiamo di non riuscire mai a diventare noi stessi.

L'Orfano è un passaggio verso **l'autenticità**, rifiuta le figure autoritarie, le regole, le sovrastrutture, non crede a nulla e così facendo crea le basi per capire cosa è davvero importante per lui.



Orfano. Autovalutazione della presenza dell'archetipo.

Spunta le affermazioni in cui ti riconosci

<input type="checkbox"/>	Sei autonomo e indipendente
<input type="checkbox"/>	Ti senti spesso abbandonato, tradito, deluso
<input type="checkbox"/>	Hai senso pratico
<input type="checkbox"/>	Credi che gli altri si approfittino di te
<input type="checkbox"/>	Eccedi in un atteggiamento vittimistico
<input type="checkbox"/>	Non hai fiducia negli altri e nel futuro
<input type="checkbox"/>	Tendi a lasciare progetti a metà e rinunciare
<input type="checkbox"/>	Credi di poter contare solo su te stesso
<input type="checkbox"/>	Ti senti spesso ignorato o rifiutato
<input type="checkbox"/>	Credi che il mondo sia molto egoista

<input type="checkbox"/>	10
--------------------------	----

Quanto è presente in te questo archetipo?
In quali aree dell tua vita?



Il Guerriero:

*"Dove c'è volontà
c'è un modo"*



Il Guerriero

Desiderio: dimostrare il proprio valore

Obiettivo: combattere per ciò che è importante senza usare la violenza

Paura: debolezza, vulnerabilità, codardia

Strategia: diventare forte, competente e potente al massimo delle proprie capacità

Zona d'ombra: giudizio, violenza, prevaricazione

Doni: competenza, coraggio, forza di volontà.

Il Guerriero rappresenta l'inizio dell'età adulta.

Ci insegna ad affrontare la vita con forza e coraggio, a non farci fermare dalle difficoltà ma a fronteggiarle senza paura, con **tenacia e determinazione**.

Difende le proprie idee e valori e per affermare se stesso non si fa intimorire da nessuno.

Il Guerriero evoluto sa per cosa combattere ed usa la forza solo se necessario. **Non è facile da gestire però, perché alla base della sua energia c'è l'aggressività** che viene associata alla rabbia.

Questa veniva mutilata spesso da bambini e una volta adulti, cercando di soffocare questa emozione, può sfociare in ira incontrollata.

Così, il guerriero involuto scoppia per motivi irrisori o al contrario non reagisce affatto e viene calpestato.

Il primo nemico è se stesso, il nostro dialogo interiore.

In che direzione sta combattendo il nostro Guerriero?

Se sa canalizzare la sua voce interiore diventa il miglior alleato di se stesso.

Ha un forte senso di giustizia e del bene comune.

È la capacità di dire "No", di dire "Fuori dalla mia vita", di escludere chi non usa rispetto.



Guerriero. Autovalutazione della presenza dell'archetipo.

Spunta le affermazioni in cui ti riconosci

<input type="checkbox"/>	Ti senti forte e coraggioso
<input type="checkbox"/>	Affronti le difficoltà senza procrastinare
<input type="checkbox"/>	Sai fissare obiettivi e raggiungerli
<input type="checkbox"/>	Difendi i più deboli e ti batti per loro
<input type="checkbox"/>	Sai difendere i tuoi spazi
<input type="checkbox"/>	Sai lottare per ciò che ti interessa davvero
<input type="checkbox"/>	Credi in te stesso e nelle tue capacità
<input type="checkbox"/>	Sai dire di no
<input type="checkbox"/>	Sai sostenere i tuoi principi e valori
<input type="checkbox"/>	Ami le sfide e la competizione

<input type="checkbox"/>	10
--------------------------	----

Quanto è presente in te questo archetipo?
In quali aree della tua vita?



L'Angelo Custode:

***"Ama il prossimo
come te stesso"***



L'Angelo Custode

Desiderio: proteggere gli altri

Obiettivo: aiutare il prossimo

Paura: egoismo, ingratitudine

Strategia: dare senza esaurire se stessi

Zona d'ombra: ricatto emotivo, senso di colpa, amore condizionato, martirio.

Dono: comprensione, accoglimento, empatia, cura.

L'Angelo Custode è l'archetipo del **'prendersi cura'**, dell'assistere. Ci insegna come entrare in empatia con gli altri, come comprenderli, sostenerli e valorizzarli. Se involuto **rischia però di diventare colpevolizzante e manipolatore.**

Il tema dell'aiuto è sempre molto delicato, perché aiutare senza togliere potere all'altra persona, non è semplice. L'aiuto più corretto è quello che non si fa carico, ma dà gli strumenti all'altro per potersi aiutare da solo.

Quando evoluto è libero dal bisogno di ricevere un grazie.

Quando involuto, se prende del tempo per sé si sente in colpa.

Se veniamo meno ai nostri equilibri non potremo essere neppure dei buoni Angeli Custodi.

Prendersi cura in modo equilibrato di noi stessi e degli altri è un'arte.

La maggior parte degli Angeli Custodi sono 'forzati' per convenienza sociale. Non è vero che vogliamo essere gentili, è la paura dell'abbandono e del rifiuto.

Se noi stessi ci diamo per scontati, perché dovrebbero porsi dei problemi gli altri?



Angelo Custode. Autovalutazione della presenza dell'archetipo.

Spunta le affermazioni in cui ti riconosci

<input type="checkbox"/>	Ami assistere gli altri ed essere d'aiuto
<input type="checkbox"/>	Ti aspetti dagli altri gratitudine
<input type="checkbox"/>	Pensi che il tuo aiuto sia fondamentale
<input type="checkbox"/>	A volte pensi che ti diano per scontato/a
<input type="checkbox"/>	Dai sempre la precedenza alle esigenze altrui
<input type="checkbox"/>	Ti piace dare consigli
<input type="checkbox"/>	Sai valorizzare gli altri incoraggiandoli
<input type="checkbox"/>	Le persone cercano spesso il tuo aiuto
<input type="checkbox"/>	Ti piace creare armonia tra le persone
<input type="checkbox"/>	Quando aiuti vuoi che facciano a modo tuo

<input type="checkbox"/>	10
--------------------------	----

Quanto è presente in te questo archetipo?
In quali aree dell tua vita?



Il Cercatore:

***"tutto ciò di cui hai
bisogno è dentro di
te"***



Il Cercatore

Desiderio: la libertà di scoprire sé

Obiettivo: vivere una vita migliore, più autentica e appagante

Paura: immobilità, conformismo, vuoto interiore

Strategia: viaggio, cercare e sperimentare cose nuove, fuggire dall'immobilismo e dalla noia

Zona d'ombra: Fretta, fuga, curiosità superficiale, eccesso di ambizione.

Dono: autonomia, ambizione, capacità di essere fedeli a sé stessi

Arriva un momento nella vita in cui ci rendiamo conto che **quello che stiamo vivendo non ci basta più.**

Abbiamo bisogno di trovare un significato alla nostra esistenza. L'archetipo del Cercatore è proprio questo.

Anche se abbiamo raggiunto gli obiettivi, se abbiamo ottenuto ciò che ci stava a cuore, permane una sorta di vuoto.

La sua ricerca può essere confusa e dispersiva, eppure non può rinunciare al suo cammino. **È solo, alla ricerca di sé stesso.**

Teme questo viaggio perché potrebbe trovare verità più grandi di lui, ma ha anche la consapevolezza che inferno e paradiso sono dentro di sé.

È un momento difficile, ma anche di grande crescita interiore.

È un viaggio che procede per tentativi, non sa dove andare, ma prosegue il suo cammino.

Incontrare l'autenticità è diventato il solo e vero scopo del viaggio.



Cercatore. Autovalutazione della presenza dell'archetipo.

Spunta le affermazioni in cui ti riconosci

<input type="checkbox"/>	Cerchi di migliorare il tuo futuro in generale
<input type="checkbox"/>	Non ti accontenti, vuoi altro
<input type="checkbox"/>	Hai la sensazione che manchi qualcosa
<input type="checkbox"/>	Sei alla ricerca di un significato profondo
<input type="checkbox"/>	Ami stare per conto tuo
<input type="checkbox"/>	Ti consideri in ricerca spirituale
<input type="checkbox"/>	Sei curioso di te stesso
<input type="checkbox"/>	Sai che la felicità e i limiti sono dentro di te
<input type="checkbox"/>	Hai voglia di libertà
<input type="checkbox"/>	Sai guardare oltre le apparenze

<input type="checkbox"/>	10
--------------------------	----

Quanto è presente in te questo archetipo?
In quali aree della tua vita?



L'Amante:

***“L'uomo
ama...perché nn
può non amare”***



L'Amante

Desiderio: intimità e piacere

Obiettivo: amare senza condizionamenti

Paura: solitudine, essere ignorati, rifiutati, non amati

Strategia: imparare ad amare se stessi

Zona d'ombra: dipendenza, perdita di identità

Doni: passione, gratitudine, apprezzamento, impegno

L'Amante è l'archetipo che ci insegna ad amare.

L'amore di cui siamo generalmente capaci è un amore egoico, carico di aspettative. Se la persona nostra partner risponde alle nostre richieste, allora siamo disposti ad amarla, ma se così non è, iniziamo a pensare che non meriti il nostro amore. **"Ti Amo se..."** Vorremmo che gli altri ci apprezzassero, ma siamo incapaci di apprezzare noi stessi e nello sforzo di cambiare ciò che siamo, ci calpestiamo, tradendo la nostra vera natura.

Se vogliamo sapere quanto amore abbiamo per noi stessi, guardiamo quanto amore c'è nelle nostre relazioni, la nostra vita affettiva ci parla di noi continuamente.

Quando impariamo ad amare noi stessi a sufficienza, anche i nostri rapporti cambiano.

Ciò che spesso accade è proprio il contrario: cerchiamo qualcuno perché siamo infelici e vuoti d'amore, senza comprendere che nessun vuoto interiore può essere colmato dall'esterno.

Ma l'Amante, all'inizio del suo viaggio, non ha ancora questa consapevolezza, ama di un amore passionale.

L'archetipo dell'Amante ci prenderà per mano per vivere in modo maturo il nostro amore.



Amante. Autovalutazione della presenza dell'archetipo.

Spunta le affermazioni in cui ti riconosci

<input type="checkbox"/>	L'amore è al centro della vita
<input type="checkbox"/>	Non sai stare solo/a, ti realizzi nella coppia
<input type="checkbox"/>	Ti innamori spesso
<input type="checkbox"/>	Tendi ad idealizzare le persone che ami
<input type="checkbox"/>	Talvolta dimentichi te stesso per chi ami
<input type="checkbox"/>	Vuoi essere al centro dell'attenzione del partner
<input type="checkbox"/>	Tendi ad essere geloso e possessivo
<input type="checkbox"/>	Ami il contatto fisico
<input type="checkbox"/>	Hai un'indole romantica
<input type="checkbox"/>	Amare tutto e tutti è il tuo obiettivo

<input type="checkbox"/>	10
--------------------------	----

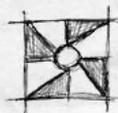
Quanto è presente in te questo archetipo?
In quali aree della tua vita?



Il Distruttore:

“Ogni mattina vecchi universi vengono distrutti e si creano nuove stelle”

P. Coelho



Il Distruttore

Desiderio: rinnovare

Obiettivo: distruggere ciò che non funziona più

Paura: non avere potere e non riuscire nell'intento di cambiare le cose

Strategia: creare le condizioni per il rinnovamento

Zona d'ombra: vendetta, criminalità, non ha rispetto

Dono: non attaccamento, presenza, vivere l'essenziale

Il Distruttore è l'archetipo che **ci insegna**

l'impermanenza. Anche se passiamo la vita a costruirci certezze sappiamo che nulla è sicuro.

Quando il Distruttore si manifesta, andiamo incontro alla perdita, la morte, la perdita del lavoro o di un amore, l'arrivo del Distruttore comporta sempre la rottura degli equilibri esistenti e un rinnovamento.

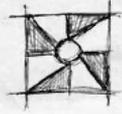
Il passaggio del Distruttore porta spesso grande sofferenza, ma la sofferenza non è mai vana, ci porta in profondità delle cose. Impariamo a valorizzare l'essenziale e ad apprezzare il momento presente.

Ogni cambiamento costituisce una piccola morte, per poi guardare verso un futuro.

Il cambiamento è un processo naturale e sano legato alla crescita: fisica, emotiva, spirituale.

Per quanto ci sforziamo di mantenere le cose immutate, quando meno ce lo aspettiamo arriva il Distruttore che modifica i nostri equilibri. Se saremo aperti e fiduciosi vedremo presto il cambiamento come preziosa opportunità.

Abbiamo difficoltà con questo archetipo quando non riusciamo a lasciar andare e rimaniamo aggrappati alle nostre vecchie certezze.



Distruttore. Autovalutazione della presenza dell'archetipo.

Spunta le affermazioni in cui ti riconosci

<input type="checkbox"/>	La tua vita ha frequenti cambiamenti
<input type="checkbox"/>	Ti pesa accumulare oggetti, ami l'essenziale.
<input type="checkbox"/>	Hai comportamenti autodistruttivi: bere, mangiare, droghe, spendi troppo...
<input type="checkbox"/>	Ti capita spesso di rompere oggetti
<input type="checkbox"/>	Ti capita spesso di farti male o ti ammali spesso
<input type="checkbox"/>	Cambi spesso casa
<input type="checkbox"/>	Cambi spesso lavoro
<input type="checkbox"/>	Cambi spesso partner
<input type="checkbox"/>	Tendi a rompere le amicizie
<input type="checkbox"/>	Ami il nuovo, rinnovarti e rinnovare
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	10

Quanto è presente in te questo archetipo?
In quali aree dell tua vita?



Il Creatore:

***"Come si può
conoscere sé stessi
se non attraverso
l'agire?"***



Il Creatore

Desiderio: creare qualcosa dal valore duraturo

Obiettivo: dare forma ad una visione

Paura: mediocrità di visione ed esecuzione

Strategia: sviluppare competenza e controllo creativo

Zona d'ombra: inconsapevolezza, dispersione

Dono: creatività, immaginazione, ispirazione, azione.

Siamo tutti Creatori della nostra vita, perlopiù inconsapevoli.

Qualsiasi cosa stiamo vivendo, bella o brutta che sia, l'abbiamo in qualche modo creata, il nostro corpo, la nostra salute, le nostre relazioni, la nostra condizione economica e lavorativa, tutto.

La sfida che ci propone l'archetipo del Creatore è proprio quella di rendere la nostra creazione man mano più consapevole e allineata al nostro Sé.

Ognuno di noi ha qualità e talenti da esprimere nel mondo. Quando non riusciamo, ci sentiamo frustrati.

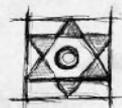
Il tema centrale del Creatore: sapere che cosa creare e come.

Conosciamo i nostri talenti, potenzialità, attitudini...?

Non è sufficiente avere chiaro che vogliamo essere felici, ricchi, amati ecc, ma la domanda giusta è: come posso creare tutto questo? Come metto a frutto le mie potenzialità?

Il rischio che corriamo quando non abbiamo le idee chiare sui nostri obiettivi di vita è quello di intraprendere strade inadatte.

Per diventare Creatori consapevoli, come prima cosa dobbiamo conoscere il nostro sogno, poi fare tutte le azioni necessarie per metterlo in atto.



Creatore. Autovalutazione della presenza dell'archetipo.

Spunta le affermazioni in cui ti riconosci

<input type="checkbox"/>	Ami fare progetti e realizzarli
<input type="checkbox"/>	Hai spirito di iniziativa e molte idee
<input type="checkbox"/>	Sai ciò che vuoi, chi sei, e ti dai da fare per realizzarlo.
<input type="checkbox"/>	Hai una mente sempre in movimento
<input type="checkbox"/>	Inizi nuovi progetti prima di finirne altri
<input type="checkbox"/>	Hai fantasia e immaginazione
<input type="checkbox"/>	Hai capacità inventiva e di ingegno
<input type="checkbox"/>	Se hai opportunità limitate ne crei di nuove
<input type="checkbox"/>	Sei portato/a a trovare sempre nuove soluzioni
<input type="checkbox"/>	Se una situazione non ti piace, ne crei un'altra
<input type="checkbox"/>	10

Quanto è presente in te questo archetipo?
In quali aree della tua vita?



Il Sovrano:

***“Meglio il governo di
un uomo ottimo, che
di un'ottima legge”***

Il Sovrano



Desiderio: esercitare il controllo e influenzare

Obiettivo: creare un ambiente sicuro, stabile e prospero per tutti.

Paura: disordine, perdita del potere

Strategia: esercitare la leadership

Zona d'ombra: tirannia, rigidità, mancanza di equità

Dono: senso di responsabilità, capacità di leadership

Compito del Sovrano è quello di **governare il suo regno, ovvero la nostra vita.**

Diventiamo dei buoni Sovrani quando riusciamo ad avere una **vita armoniosa.**

Siamo dei buoni Sovrani quando abbiamo sviluppato a sufficienza gli archetipi precedenti.

È la prima figura del ritorno dal viaggio, non governa il suo regno con le teorie ma con l'**esperienza** e comprende le altre persone perché è già passato attraverso le loro prove.

Ha un buon senso della misura, non colpevolizza nessuno, non ha spreco di energie e neppure troppo risparmio.

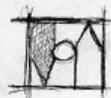
Essere Sovrani non è un obiettivo raggiunto, ma in itinere, sa prendersi cura delle aree della sua vita (regno) che sono più deboli.

È un leader, non un capo e ci invita a riflettere su quanto siamo guide autorevoli nella nostra vita e in quali campi.

Il Sovrano ha a che fare con la **condivisione.**

Ha ultimato il viaggio e ora ha acquisito una saggezza e un'esperienza tali da poter dirigere e delegare.

Fa il meglio che può con ciò che ha.



Sovrano. Autovalutazione della presenza dell'archetipo.

Spunta le affermazioni in cui ti riconosci

<input type="checkbox"/>	Sei un leader naturale
<input type="checkbox"/>	Sul lavoro, hai responsabilità di altre persone
<input type="checkbox"/>	Sei a capo di un'impresa o organizzazione
<input type="checkbox"/>	Ti capita spesso di essere seguito dagli altri
<input type="checkbox"/>	Anche senza volerlo, tendi ad influenzare
<input type="checkbox"/>	Hai una personalità forte
<input type="checkbox"/>	Sai stimolare e motivare gli altri
<input type="checkbox"/>	Sai coordinare gli altri per obiettivi comuni
<input type="checkbox"/>	Sei un bravo comunicatore
<input type="checkbox"/>	Motivi sempre le tue scelte e ti confronti

<input type="checkbox"/>	10
--------------------------	----

Quanto è presente in te questo archetipo?
In quali aree dell tua vita?



Il Mago:

“Il potere del pensiero è la magia della mente”



Il Mago

Desiderio: trasformare la realtà attraverso l'uso cosciente delle energie invisibili

Obiettivo: realizzare i desideri

Paura: Che sia tutto inutile, perdita della fede

Strategia: vivere secondo una visione

Zona d'ombra: diventare manipolatore, usare il potere a scopi malvagi,

Dono: connessione con il mondo invisibile

Il Mago sa che la magia è dentro di sé e che dipende sempre e solo da lui trasformare i problemi in opportunità. È consapevole che la nostra più grande **alchimia è trasformare noi stessi in ciò che siamo.**

Quando agisce, agisce modificando leve interne e non esterne. **Per il Mago la realtà è illusoria** e il modo di percepirla è una creazione della mente, è **un'interpretazione umana.**

Quando vuole ottenere qualcosa, il Mago lavora sul suo stato di coscienza.

Anche se non sappiamo di essere Maghi, ognuno di noi lo è, il modo che abbiamo di interpretare le circostanze della vita è magia e può essere **magia bianca o magia nera.**

Quando facciamo della critica distruttiva, sminuiamo noi stessi o gli altri, ci condanniamo o criticiamo, è magia nera. Quando sappiamo essere accoglienti e costruttivi nei nostri confronti o in quelli altrui, è magia bianca.

Il Mago sa anche che per poter esprimere questo potere deve **far fiorire i propri talenti.** Come riconoscerli? Se siamo sulla via della realizzazione si manifestano opportunità, altrimenti continui ostacoli.



Mago. Autovalutazione della presenza dell'archetipo.

Spunta le affermazioni in cui ti riconosci

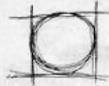
<input type="checkbox"/>	Quando le cose non vanno cerchi dentro di te
<input type="checkbox"/>	Sai che i tuoi stati d'animo influenzano la tua realtà
<input type="checkbox"/>	Cerchi di capire in che modo hai potuto causare le situazioni
<input type="checkbox"/>	Vedi nei limiti delle opportunità
<input type="checkbox"/>	Credi che tutto sia interconnesso
<input type="checkbox"/>	Cerchi di avere energia alta e positiva
<input type="checkbox"/>	Quando vivi dello stress, fai ordine e silenzio
<input type="checkbox"/>	Lavori spesso sui tuoi stati d'animo
<input type="checkbox"/>	Ami sentirti in sintonia con l'universo
<input type="checkbox"/>	Sei consapevole delle tue proiezioni
<input type="checkbox"/>	10

Quanto è presente in te questo archetipo?
In quali aree della tua vita?



Il Saggio:

"La saggezza non si riceve, bisogna scoprirla da sé."



Il Saggio

Desiderio: scoprire la verità

Obiettivo: andare oltre l'illusione

Paura: essere ingannato, l'ignoranza, il dubbio

Strategia: acquisire informazioni e conoscenza, comprendere la verità.

Zona d'ombra: Atteggiamento critico, durezza, rigidità, severità, cinismo.

Dono: saggezza, intelligenza, pace, distacco.

Il Saggio non vuole cambiare la realtà, ma comprenderla. **Sa che tutto è esattamente come dev'essere.** Sa che la verità assoluta è inconoscibile con gli strumenti umani.

Trova nel distacco la chiave per non essere travolto dal mondo fenomenico.

Il Saggio evoluto arriva a comprendere che **la verità sta nel non fare. La verità è nell'essere**, nella meditazione, nella pausa tra i respiri.

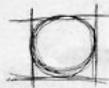
La saggezza si differenzia dalla conoscenza perché rinuncia a conoscere.

Diventiamo saggi quando comprendiamo la natura illusoria della realtà.

Lavorando sulla **sospensione del giudizio**, sullo smettere di **etichettare**, di **classificare**, di avere **attaccamenti**, potremo trovare la nostra saggezza.

Il saggio sa che non c'è nessun viaggio fuori di sé, va bene tutto com'è.

È simbolo della **consapevolezza acquisita**.



Saggio. Autovalutazione della presenza dell'archetipo.

Spunta le affermazioni in cui ti riconosci

<input type="checkbox"/>	Ti chiedi spesso quale sia il senso delle cose
<input type="checkbox"/>	Non ti accontenti di spiegazioni superficiali
<input type="checkbox"/>	Cerchi di andare oltre le apparenze
<input type="checkbox"/>	Sai di non sapere e che l'intera esistenza è avvolta dal mistero.
<input type="checkbox"/>	Credi che la tua identità sia oltre il tuo corpo
<input type="checkbox"/>	Non ti fai coinvolgere dalle cose materiali
<input type="checkbox"/>	Cerchi di liberarti dagli attaccamenti
<input type="checkbox"/>	A volte ti senti superiore agli altri per la tua visione più "alta".
<input type="checkbox"/>	Osservi te stesso, i tuoi pensieri ed emozioni
<input type="checkbox"/>	Sei un ricercatore spirituale
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	10

Quanto è presente in te questo archetipo?
In quali aree dell tua vita?



Il Folle:

***"Chi vive senza follia,
non è così saggio
come crede."***



Il Folle

Desiderio: vivere il momento al massimo delle possibilità

Obiettivo: Essere pienamente se stesso.

Paura: annoiarsi o essere noioso

Strategia: godersi il viaggio, vivere nel presente

Zona d'ombra: sprecare la vita, irresponsabilità, pazzia.

Doni: gioia di vivere, leggerezza, libertà.

Il Folle è oltre. Oltre tutte le figure fin qui presentate. Non solo ha capito che la realtà è di natura illusoria, ma ha imparato a vivere questa realtà nel migliore dei modi:

godendosi il viaggio, con leggerezza e allegria.

Non è però superficiale, anzi, proprio perché è profondo, può permettersi di vivere leggero, senza quel senso di pesantezza che accompagna le altre figure archetipiche.

Può permettersi di infrangere le regole.

Per alcuni è un pazzo, ma in realtà ha una saggezza superiore.

È pienamente sé stesso senza maschere, si ritorna all'innocente, ma consapevole.

Sta nel qui ed ora e non vuole ottenere nulla, solo stare bene. Non viene preso sul serio, ma naturalmente non se ne cura.

Siamo Folli quando **riusciamo a far scivolare di dosso il giudizio degli altri, l'approvazione.**

Il Folle non evoluto è cinico, sbeffeggia e si diverte in modo insano.

È un archetipo estremamente evoluto, **è libertà di espressione, creatività e spontaneità.**

È libero di entrare e uscire dai ruoli che vuole recitare.



Folle. Autovalutazione della presenza dell'archetipo.

Spunta le affermazioni in cui ti riconosci

<input type="checkbox"/>	Ami giocare anche se sei adulto
<input type="checkbox"/>	Sai goderti la vita
<input type="checkbox"/>	Non ti curi dei giudizi altrui
<input type="checkbox"/>	Dici ciò che pensi
<input type="checkbox"/>	Vivi il presente pienamente
<input type="checkbox"/>	Tendi a sdrammatizzare le situazioni difficili
<input type="checkbox"/>	Ti accetti come sei senza nascondere nulla di te
<input type="checkbox"/>	Infrangi spesso le regole
<input type="checkbox"/>	Per te la libertà è fondamentale
<input type="checkbox"/>	Hai dei tuoi valori che spesso non coincidono con quelli degli altri.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	10

Quanto è presente in te questo archetipo?
In quali aree dell tua vita?

CONCLUSIONI

L'eroe ha iniziato il viaggio cercando fuori di sé, poi lo ha proseguito cercando dentro di sé, ora, giunto al Folle, è diventato consapevole che non esiste né un fuori, né un dentro: tutto è Uno.

Ovunque guardi non potrai che vedere la perfezione del Tutto, e, con questa consapevolezza, si gode la vita, si gode ogni singolo istante, nel qui e ora, senza pensare al passato, né preoccuparsi del futuro. E trova così la ricetta della felicità.

Gli archetipi ci invitano a **far cadere le maschere**, ad andare oltre la recita, ad abbandonare le identificazioni, tutte indifferentemente false.

Ci invitano a giocare, a conoscere l'attore attraverso i suoi personaggi.

Questo viaggio è stato necessario per prendere consapevolezza di sé, ora, sarà altrettanto importante identificare al meglio le zone d'ombra e capire come evolvere, quali azioni intraprendere, in che modo, quali talenti e potenzialità personali mettere a reddito.

Gli Archetipi saranno per te uno strumento utile ogni volta che sentirai il bisogno di conoscerti, di sapere a che punto sei del tuo viaggio.

Puoi rifare i test a distanza di mesi e anni per scorgere le differenze nella tua evoluzione personale.

Sii il tuo Coach. Buona Vita

Alessandra Casonato

Grazie.

info@ilpassosuccessivo.it

t