

La crescita fa parte della vita, che si voglia o no, bisogna farlo. Crescere significa saper accettare cose che non ci vanno bene, significa conoscere i propri limiti, significa essere consapevoli, autocritici e sensibili.

Secondo me la consapevolezza è il fulcro della nostra crescita, perché ci permette di riuscire a diventare più responsabili e più sicuri di sé, facendoci conoscere a fondo. Nel periodo delle scuole medie ero una persona molto diversa da ora, ero uno che non ragionava molto, impulsivo e che non si voleva far mettere i piedi in testa da nessuno. Non ero il massimo come persona. La mia crescita interiore è iniziata quando sono entrato alle superiori. Qui ho iniziato a maturare. Ho iniziato a pensare che il mio comportamento fosse superficiale. Mi sono vergognato di com'ero. Ho iniziato a prendere consapevolezza. Ogni volta che facevo un'azione, pensavo se avessi fatto bene o no a farla, oppure se l'avevo eseguita nei migliori dei modi. Facendo così, ho maturato in me consapevolezza, pensiero autocritico e sensibilità. La consapevolezza è ciò che ci permette di conoscere noi stessi al meglio. Essere consapevoli significa riuscire ad essere in grado di riconoscere i propri bisogni e desideri, i punti forti e i punti deboli. Il mio artista preferito nella canzone "intro la divina commedia" dice che "la consapevolezza è il metro di misura della coscienza". E io credo fermamente a questa frase che secondo me coglie in modo perfetto uno degli elementi fondamentali per la crescita interiore. Dopo aver raggiunto un certo livello di consapevolezza si diventa autocritici, ovvero siamo in grado di giudicare le nostre azioni, i nostri punti di forza e i nostri bisogni. Essere autocritici è importantissimo perché ci permette di crescere e di non ricadere negli stessi errori.

Per riuscirci ci vuole sensibilità, capacità di sentire, di provare sentimenti, di provare sofferenza. Io sono una persona che nella vita ha maturato un certo livello di sensibilità che mi ha aiutato a crescere. Io penso che tutte le persone che sono fortemente sensibili avranno sempre un senso di riguardo verso la sofferenza, perché la sofferenza è colei che viene ad abbattere il tuo ego. Ed è dopo questo passaggio che riesci ad avere il contatto con la coscienza, che è il metro di misura della consapevolezza.