

...per intenzioni era
...a cui volevo bene, fi-
...ancora peggiore. E se un al-
...evitando un
...alla fine era stata pro-
...Le bugie non funzionano.

FRASI DA COMPLETARE PER FACILITARE LA PRATICA
NELL'INTEGRITÀ

Esaminando la nostra vita, vedremo sicuramente che la no-
stra pratica dell'integrità non è sempre coerente. Ci sono
ambiti in cui la praticiamo di più, e ambiti in cui la prati-
chiamo meno. Questo fatto merita di essere esplorato a fon-
do piuttosto che evitato. Vale la pena di considerare: Che
cosa mi impedisce di praticare l'integrità nello stesso modo
in tutti gli ambiti della mia vita? Che cosa succederebbe se
messi i miei valori con più continuità?
Ecco dei « gambi » che possono aiutare in questa esplora-
zione.

- Per me integrità significa...
- Se penso agli ambiti in cui mi riesce difficile praticare l'integrità...
- Se mettessi più consapevolezza negli ambiti in cui mi riesce difficile praticare l'integrità...
- Se mettessi il 5% di integrità in più nella mia vita...
- Se mettessi il 5% di integrità in più nel mio lavoro...
- Se mettessi il 5% di integrità in più nelle mie relazioni...
- Se restassi fedele ai valori che considero veramente giusti...
- Se mi rifiutassi di vivere secondo valori che non con-
vido...
- Se trattassi la mia autostima come una priorità alta...

...suggerimento: lavorate sulle prime quattro frasi per una