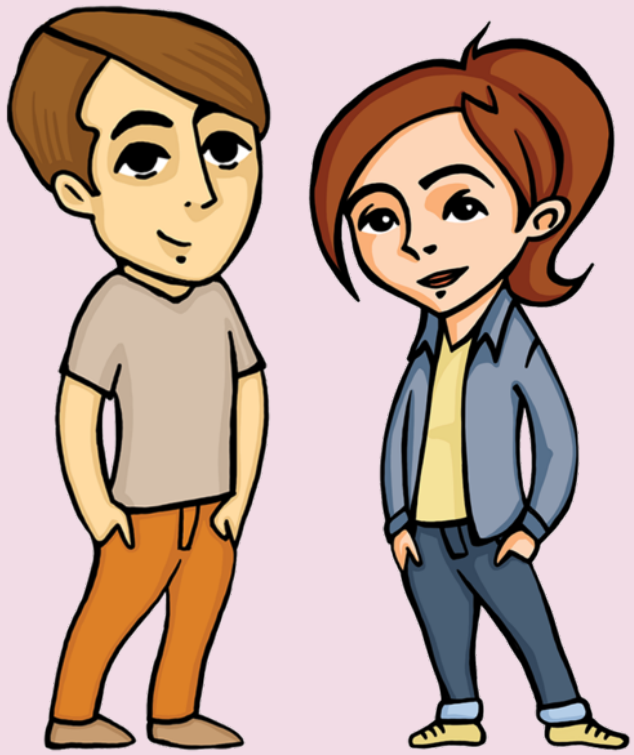
9

# MODUL 9 - MODEST



## “ TAC ȘI FAC ”

# 9

# MODEST

## 9.1 MODEST - PREZENTARE

- **Focusat pe acțiune, gândește out of the box și are soluții creative**
- **Comunică în special prin limbaj non-verbal**
- **Are încredere în sine, și deși uneori pare exagerată, în mintea lui totul este calculat**
- **Fin observator al sinelui și al altora**

Un lider prin simpla prezență, căruia nu îi place să iasă în față, cu toate că ceilalți îi cer să le fie lider.

Potențialul lui se vede prin modul în care face lucrurile, permanent gândește în termeni de acțiune și dacă e să îl caracterizăm într-un fel, am spune simplu: „doer” - expresie împrumutată de la americani - pentru a exemplifica modul în care gândește modestul.

Are o carismă specială, care îi face pe ceilalți să se apropie de el și să-i rămână aproape doar pentru că le adresează două cuvinte sau o privire plină de înțeles.

Nu este nevoie să vorbească prea mult, pentru că reușește cumva să se înțeleagă cu toți ceilalți din priviri.

Are un mod special și unic de a-i valida pe ceilalți și de a le spune că totul este în regulă.

Are încredere în oameni și transformă asta în cea mai importantă calitate a unui individ.

A avea încredere în propria persoană și a avea încredere în ceilalți, este principala valoare a modestului.

Așa că va insista cât se poate de mult pe aceasta: atât cât privește încrederea individului în propria persoană, cât și a încrederii între prieteni, printre colaboratori, în relație, ș.a.m.d.

Modestul nu vorbește mult, doar strictul necesar, în schimb comunică foarte mult prin limbajul non-verbal.

Este atât de concentrat pe acțiune, încât ceilalți sunt uimiți cât de pregătit este atunci când ia decizia de a pune ceva în practică.

Până să se dezmeticească ceilalți, el a și dat drumul la acțiune și asta îl plasează în cel ce face, în “doer”, după cum spuneam mai devreme, reușind astfel să câștige respectul celorlalți - dar asta reprezintă doar una dintre căile prin care se impune.

Are un “vino-ncoa” debordant, căruia ceilalți nu reușesc să îi facă față.

Este nevoie de o persoană încrezătoare în forțele proprii, să nu cadă în capcana acestui “vino-ncoa” despre care spuneam.

# 9

# MODEST

## 9.1 MODEST - PREZENTARE

Știe foarte bine că este principala lui calitate și o folosește din plin, fiind mândru de aceasta.

Reușește să îi cucerească pe ceilalți prin simpla lui prezență.

Eficiența îl caracterizează, deși nu depune un efort prea mare în acest sens, dar reușește întotdeauna să obțină ceea ce-și dorește prin acțiuni simple și directe spre obiectivul propus.

Un tipar special, care a înțeles calea și menirea aici, în această viață, așa că se va bucura de drum, își va celebra viața, pentru că este îndrăgostit până peste cap de propria viață.

Construiește o operă de artă din propriul comportament și reprezintă modelul comportamentului de urmat în societate.

Îndrăgostit și de creație, modestul se pierde în ceea ce face și este exprimarea pasiunii în cel mai autentic mod cu putință.

Parcă orice proiect semnificativ are un modest în spate.

Modestul vrea să construiască cele mai incredibile și mai frumoase proiecte din lume și reușește să o facă cu o simplitate debordantă.

Atunci când lucrează la câte un proiect semnificativ, înțelegi esența modestului pentru că îi vezi capacitatea imensă de a construi, de a crea, de a înfăptui lucruri unice.

Capabil de a construi concepte disruptive, pentru omul prins în frici, modestul pare geniul în persoană.

Nu își pierde vremea cu nimicuri și gândește totul la o scală incredibil de mare.

Este pasionat de privirea de ansamblu și de câte ori ne uităm la el, vedem că este liderul care ne poate duce acolo unde ar trebui să ajungem.

Proiectele majore îi revin lui și se oferă cu mare drag să le înfăptuiască, pentru că nu vede pe nimeni altcineva capabil să le realizeze, motiv pentru care își asumă acest rol fără să se întrebe sau să pună la îndoială acest lucru.

Un tipar pe care îl respecți vrei, nu vrei, prin modul în care se poziționează - tot timpul în postura personajului alfa.

Atunci când apare un alt alfa, îl acceptă și îi face loc până reușește să-i copieze abilitățile și calitățile, apoi îi scoate

# 9
# MODEST

## 9.1 MODEST - PREZENTARE

minusurile în evidență.

Un succes pe care îl atinge cu siguranță și asta îl face să-și piardă capul, de cele mai multe ori.

Cu toate că își revine, succesul parcă îl îmbată prea tare, făcându-l să alunece din când în când  în capcana mândriei, a aroganței, a genialității.

# 9

# NOTIȚE

# 9

# MODEST

## 9.2 MODEST - CAUZĂ

**Paradoxul îl regăsim din plin la acest tipar comportamental, care se construiește datorită faptului că acesta înțelege comportamentul uman.**

Nu înțelege toate aspectele acestuia, dar înțelege în mare parte cum și în ce fel se construiește acesta, iar de aici, o plăcere directă în a se juca cu propriul comportament.

Doar că nu se limitează la propriul comportament, ci intră și în alte comportamente și se bucură de modul în care reușește să îi determine pe ceilalți să facă ceea ce consideră modestul că ar trebui făcut.

De aici, până la capcana infatuării, în care modestul cade uneori, este doar un pas.

Modestul doar poartă această titulatură, pentru că în esență nu este tocmai o persoană modestă, ci doar prezintă această latură celorlalți.

Acest tipar comportamental a apărut de nicăieri, pentru că arareori părinții își programează copilul așa, de cele mai multe ori, modestul apare ca o conjunctură din perioada copilăriei.

Mai exact, un copil cu o inteligență sclipitoare care nu a reușit încă să se impună în cadrul grupului, cu ușoare complexe de inferioritate, născute din frica de a nu fi acceptat în cadrul grupului.

Aceste complexe de inferioritate îl determină să bată în retragere, în prima fază și îi oferă motivația necesară pentru a înțelege dinamica comportamentală a grupului.

În copilărie și chiar în adolescență uneori, nu îl vezi ieșind în evidență; mai degrabă îl vezi retras și pare un copil problemă - el nu voia să iasă în evidență, pentru că ceilalți îi observau comportamentul și asta îl făcea să se simtă expus.

Așa că a ales să stea în umbră și să observe el comportamentul celorlalți, asta transformându-l într-un fin observator; a înțeles cum funcționăm, cum ne comportăm și mai ales cum relaționăm.

Iar asta l-a făcut să vadă în detaliu, atât calitățile, cât și slăbiciunile acestora, iar la început, pentru a-și testa supozițiile, testa mai tot timpul jucându-se cu calitățile și slăbiciunile celorlalți.

Așa că a ales varianta cea mai rapidă în a fi cooptat ca lider, pentru că îi făcea pe ceilalți să facă ceea ce ar trebui să facă el.

# 9
# MODEST

## 9.2 MODEST - CAUZĂ

Un fel de manipulare, doar că intenția modestului nu este de a profita de cealaltă persoană, ci de a-i direcționa comportamentul într-o direcție benefică, pentru ambele persoane.

Astfel că ceilalți ajung să-i aprecieze munca și să-l împingă de la spate în poziția de lider, iar acesta adoptă atitudinea de modest, care este acceptată și apreciată de ceilalți.

A ales să aibă această atitudine, de modest, pentru că a conștientizat că așa are un impact mai mare asupra celorlalți.

Indiferent de modul în care s-a construit acest tipar comportamental, în modest, cel puțin unul dintre părinți l-a impulsionat să o ia pe această cale și cu siguranță a avut un părinte tăcut și modest.

Un părinte care are o inteligență sclipitoare și îl susține în tot ceea ce face.

# 9
# NOTIȚE

# 9

# MODEST

## 9.3 MODEST - TIPAR EMOȚIONAL

**Am ajuns la un tipar emoțional special, în care principala dorință trăită de acesta, este curiozitatea.**

**Curiozitatea de a afla ce simt ceilalți, ce gânduri au, cum trăiesc și ce anume îi afectează.**

Modestul vrea să știe la ce reacționează comportamental ceilalți și asta se naște încă din copilărie, acolo unde își dă seama de capacitatea lui imensă.

Simte că are o inteligență peste medie și datorită unor probleme de adaptare, ce survin din complexele de inferioritate, apare curiozitatea de a observa comportamentul celorlalți.

Iar de aici începe să se manifeste curiozitatea în toate aspectele vieții, pentru că în mod constant, modestul își testează concluziile pe care le-a tras, ca urmare a actului de observare.

Așa că adesea îl vedem că spune niște lucruri, care nu par a avea legătură cu ceea ce se discută  în acel moment, doar pentru a observa reacția celorlalți sau reacționează exact cum nu te așteptai la un moment dat, tot pentru a testa.

Are o relație foarte bună cu propriile emoții, datorită curiozității care îl determină să-și exploreze fricile și orice blocaj emoțional ar exista.

Tot această curiozitate îl determină să își înțeleagă propriul comportament, pentru a reuși să înțeleagă și celelalte comportamente, așa că de cele mai multe ori, prima persoană pe care probează ceva, este tocmai propria persoană, ceea ce îl face să-și dezvolte tot timpul inteligența emoțională și să se cunoască mai bine.

Reușește să o facă foarte bine, cu mici scăpări - atunci când scapă în joacă mult prea mult și se îmbată cu succesul reușitei, alunecă în mândrie și în aroganță.

Dar tot aceeași curiozitate de mai devreme, îl și determină să revină pe drumul lui, pentru că se observă și realizează că alunecă în mândrie.

Iar asta îl întoarce din nou pe drumul lui.

Emoțiile trăite cel mai adesea: mulțumirea și satisfacția.

Tipar emoțional resimțit cel mai adesea:

**mulțumire, încântare, plăcere, satisfacție, bucurie, entuziasm, exuberanță, mândrie, aroganță.**

# 9
# NOTIȚE

# 9

# MODEST

## 9.4 MODEST - CUM SE MANIFESTĂ

**Modestul are o capacitate imensă și o carisma specială, care îl ajută să strângă mulți oameni în jurul lui.**

**Oameni pe care îi va determina să acționeze în locul lui.**

**Cu un puternic vino-ncoa, foarte greu de explicat și de conștientizat de către ceilalți, reușește, pur și simplu, să cucerească cu simpla sa prezență.**

**Nu depune prea mult efort, în schimb este definiția eficienței în persoană.**

Tăcut, vorbește foarte rar și o face doar dacă are ceva important de spus.

Atent la ceilalți și la toate comportamentele celor din jur, reușește la capitolul limbaj nonverbal să domine spațiul în care se află.

Și toate acestea se manifestă la o persoană care inițial avea frica de integrare, o frică de apartenență la grup, avută din copilărie; tocmai din acest motiv a ajuns să studieze comportamentele și tot timpul avea la el instrumentele necesare pentru a trece de aceste complexe.

Și a făcut asta pentru că inteligența și curiozitatea l-au ajutat foarte mult.

Dar observând că aceste complexe de inferioritate l-au ajutat, nu renunță de tot la acestea, ci consideră un real avantaj și o oportunitate de a învăța.

Așa că modestul a transformat aceste complexe de inferioritate, care în primă fază îl făceau tăcut, timid, introvertit, într-o oportunitate de a se autodepăși.

Așa a reușit el să practice învățarea continuă și de aici, toate aceste efecte pozitive în comportamentul lui.

Gândește și acționează doar în termeni de acțiune, deși uneori pare leneș, se mișcă doar dacă este necesar și are sens acțiunea.

Are o ironie fină la adresa extremelor și comportamentelor nepotrivite, greu de observat de ceilalți și, cu toate acestea, cei care observă acest tip de ironie devin cei ce urmează liderul îndeaproape, adică pe modest.

Gândește total „out of the box” și când te afli în aceeași echipă cu el, te uimește cu soluțiile propuse, total din altă poveste și parcă imposibil de intuit procesul prin care ajunge la astfel de soluții.

Gândirea funcționează în salturi, iar modestia este tocmai ironia fină la adresa celor care sunt falși inteligenți.

Însăși modestia și-o exprimă în mod special în fața celor așa-ziși “deștepți închipuiți”.

Natural, se înconjoară de oameni cu un potențial mult peste medie.

# 9

# MODEST

## 9.4 MODEST - CUM SE MANIFESTĂ

Odată ce ai cunoscut o astfel de persoană, ești intrigat de personalitatea debordantă.

Ironic cu tot ceea ce reprezintă: grosolănia, ipocrizia, prostia, falsitatea, ș.a.m.d.

Intuitiv în gândire și cu o abordare directă asupra personalității celuilalt/celorlalți, fără să piardă vremea asupra subiectului, merge la cauză pentru a înțelege procesul gândirii celuilalt/celorlalți.

Genialitatea se manifestă, mai tot timpul, în diverse forme, dar preferă ironia la tot ce pare extrem sau nepotrivit într-un anumit context.

Găsește soluții la probleme ce par a fi imposibil de rezolvat.

Pare introvertit și din această cauză nu se exteriorizează prea mult.

Preferă să se retragă în pasiuni neînțelese și unde să-și exprime latura emoțională, decât să se exprime deschis și a nu fi înțeles.

Senzația de a nu fi înțeles/înțeleasă de ceilalți, uneori îi dă bătăi de cap, dar reușește să își găsească alinarea în muzică, în artă, în creativitate, ș.a.m.d.

Personalitate complexă, care pentru un necunoscător nu pare a putea fi înțeleasă sau cuprinsă.

Trăiește pentru a crea și pentru a genera plăcere prin ceea ce creează.

Este îndrăgostit(ă) de frumos și de majoritatea operelor renumite de artă, face o pasiune pentru acestea și, de câte ori are ocazia, își exprimă această pasiune în cercuri închise.

Se lasă iubit(ă) doar de acei oameni ce pot înțelege o personalitate complexă că a lor și, de obicei, ajung în relații cu persoane oarecum la fel sau chiar cu același tipar, ceea ce contrazice parcă analiza tranzacțională.

Reușește să pună în încurcătură orice cercetător, psihoterapeut, dacă își dorește acest lucru și subiectul de cercetare, analiză, să fie tocmai terapeutul.

Vede oportunități în cele mai ciudate și neobișnuite momente ale vieții.

# 9
# MODEST

## 9.4 MODEST - CUM SE MANIFESTĂ

Este uimit când găsește un om la fel ca el și celebrează momentul legând o prietenie pe viață, cu cei asemeni lui.

Este un oportunist în cel mai pur mod cu putință.

Generează un comportament benefic tuturor celor cărora le intră în viață, printr-un mod total altfel, fără să vorbească, ci doar printr-o manipulare pozitivă, invizibilă.

Este îndrăgostit(ă) de micile detalii ce fac viața spectaculoasă sau, dacă vrei, de ceea ce oferă sare și piper vieții.

Îi place să se simtă iubit(ă) pentru că știe ce are de oferit.

Are încredere în el, uneori chiar exagerează cu această încredere, însă reușește să cadă în picioare, indiferent de situația în care se află.

Emoțiile și le arată doar acolo unde este sigur că sunt apreciate și înțelese, desigur că uneori poate să o facă doar pentru a construi o oportunitate din propria lui deschidere.

Este încrezător, se simte liber și dă de înțeles tuturor că dacă rămân aproape de el, îi va învăța să fie liberi, arătându-le cum să exprime această libertate.

Un  paradox al comportamentului uman, un comportament de care te îndrăgostești, indiferent dacă îl ai sau dacă nu-l ai.

Este acel tipar comportamental pe care l-am ales de urmat în copilărie sau de copiat în adolescență.

Imprevizibil, la modul cel mai plăcut.

Optimist, înțelegător, prezent, altruist, empatic, magic, ș.a.m.d. - asta spune limbajul nonverbal-  în schimb, cuvintele aproape că nu există, pentru a exprima toate aceste lucruri de mai sus.

Încrederea în forțele proprii este modul cel mai clar în care se exprimă acest comportament.

Iar încrederea este mai mereu prezentată și oferită cadou celor care vor să se inspire.

Un mentor pregătit pentru majoritatea celorlalte tipare comportamentale, pe care vrei să-l urmezi, nu pentru valoarea adusă, ci mai degrabă pentru carisma expusă.

Iar capcana în care cade uneori modestul, este dată de

# 9
# MODEST

## 9.4 MODEST - CUM SE MANIFESTĂ

încrederea excesivă, coroborată cu o ușoară dependență de succes, de care se îmbată adesea.

De aici apare mândria, care neobservată, se transformă ușor și sigur în aroganță, pe care o afișează ostentativ, cu toate că el nu o vede la propria persoană, în schimb observă reacția la toată această aroganță și conștientizând, începe să lucreze la ea cu aceeași curiozitate care îl ajută să observe comportamentul uman la ceilalți.

# 9
# NOTIȚE

# 9

# MODEST

## 9.5 MODEST - CUM NE INFLUENȚEAZĂ

**Încrederea generează multe proiecte pe care modestul le realizează și le livrează lumii întregi pentru a fi văzut, pentru a fi recunoscut.**

**Nu are nevoie de această validare, pentru că știe să și-o ofere singur, în schimb, simte din când în când să iasă în față, tocmai pentru că a reușit și știe cum să o facă.**

**Acest tipar ne bucură și ne împlinește din punct de vedere profesional.**

Am fi aproape de împlinire, dacă nu ar exista mândria - capcana despre care spuneam mai devreme.

Dar mândria apare adesea și se cere simțită, făcându-l pe modest să alunece (uneori) și să facă lucruri doar pentru a o simți .

Ceea ce îl afectează și îi știrbește uneori încrederea.

Uneori se pierde în acest dans, de obținere a mândriei și de a reface încrederea în propria persoană, dar asta se întâmplă când uită de pasiunea lui.

Are o viață echilibrată, se bucură de ea și este mai tot timpul prezent în propria viață.

Fericit în relație, dar cu probleme atunci când lăsa Ego-ul să își ia recompensa din aceasta.

Caută experiențe pe măsura capacității lui, așa că o să îl vezi adesea interesat de proiecte speciale, unice.

Impecabil în viața profesională, la fel și-n viața socială, însă cu mici probleme în viața de familie și asta pentru că partenerul de viață îl vede dincolo de limbajul nonverbal, impecabil afișat.

Și acesta îl neliniștește.

Nu dă tot în relație, pentru că se așteaptă să primească tot și datorită faptului că relația de iubire se construiește după prima impresie, începe magistral și adesea alunecă într-o extremă, doar pentru a-și determina partenerul/a să îl vadă ca la început.

Are astfel de așteptări mai tot timpul și de aici apare un oarecare conflict, care se manifestă atunci când nu se observă comportamental - ceea ce se întâmplă foarte rar, dar se întâmplă.

Are o relație specială cu părintele tăcut și inteligent, părinte care îl susține necondiționat, tot timpul, din umbră și într-un mod impresionant.

Are o sănătate de invidiat și printre multele pasiuni, face una și pentru un anumit sport.

Împlinirea pare că o trăiește și adesea o confundă cu viața trăită, însă își dă seama că este ceva mai mult de atât, dar

# 9

# MODEST

## 9.5 MODEST - CUM NE INFLUENȚEAZĂ

nu știe cum să ajungă la aceasta.

Cu toate acestea, caută împlinirea, doar că o face rațional și nu știe cum să dea drumul gândirii, cum să renunțe la aceasta pentru a se împlini, așa că va căuta în continuare, până ceva semnificativ se va întâmpla în viața lui.

# 9
# NOTIȚE

# 9

# MODEST

## 9.6 MODEST - CUM INTERACȚIONEAZĂ CU CELELALTE TIPARE

**Modestul îi sprijină și îi împuternicește pe ceilalți și o face natural, din postura de mentor.**

**Ceilalți, în schimb, îl sprijină și îi acordă titulatura de mentor și sunt pregătiți să îl urmeze pur și simplu.**

### Modest - Apatic

Modestul îl acceptă pe apatic și îl admiră pentru capacitatea de a tăcea, de a sta cu el însuși, doar că nu înțelege exact motivul pentru care apaticul face asta.

Caută să îl ajute, să îl împuternicească indirect și reușește să o facă, simplu și direct.

O bucurie care se citește-n ochii lor, atunci când își observă unul altuia creația.

Un respect special între cele două tipare comportamentale.

### Modest - Victimă

Amândoi au nevoie unul de celălalt, într-o oarecare măsură și se înțeleg oarecum.

Victima se sprijină pe modest și doar asta îi cere, pe când modestul se bucură de „promovarea" oferită de victimă.

Doar că atunci când modestul o împuternicește pe victimă, aceasta se sperie și fuge, modestul observă și începe să îi ofere victimei, exact ce are nevoie.

Așa că doar în prima fază au mici probleme, ulterior ajung să se înțeleagă și să se sprijine în fel și chip.

### Modest - Fricos

Au în comun frica de apartenență, care la amândoi s-a manifestat la un moment dat, cauzând complexe de inferioritate.

Își susțin scenariul de viață  unul, altuia, prin faptul că fricosul caută sprijinul modestului, pe când modestul caută să obțină promovarea, pe care fricosul o face cât se poate de clar.

Un schimb reciproc, bine-venit și util din partea amândurora, doar că se manifestă odată cu capcana modestului.

Dar asta îl ajută să observe și mai clar aroganța și în cele din urmă, îi este de folos.

# 9

# MODEST

## 9.6 MODEST - CUM INTERACȚIONEAZĂ CU CELELALTE TIPARE

**Modest - Apatic**

**Modest - Victimă**

**Modestt - Fricos**

**Modest - Sacrificiu**

**Modestt - Prețios**

**Modest - Judecător**

**Modest- Perfecționist**

**Modest - Autodidact**

**Modest - Învingător**

**Modest - Înțelept**

**Modest - Împlinit**

### Modest - Sacrificiu

O relație specială, pentru că amândouă tipare comportamentale știu să sprijine și să îi împuternicească pe ceilalți și de aici apare o concurență care se lasă cu urmări directe.

Modestul, prin modul lui de a se poziționa și prin carisma afișată, reușește să îi ia fața celui care se sacrifică și de aici apare o animozitate.

Această animozitate este doar din partea celui care se sacrifică și îl face cumva să se îndepărteze de modest, totodată nu îi mai dă voie acestuia să stea în preajma lui.

Modestul nu protestează și nu insista, acceptă acest lucru pur și simplu.

### Modest - Prețios

O relație în care amândoi se bucură, pentru că se sprijină reciproc.

La fel ca și în cazul fricosului, modestul se bucură de prețios pentru că face foarte bine ce face, atunci când vorbește de modest.

Prețiosul se bucură de ceea ce oferă modestul, pentru că are un prieten care realizează proiecte incredibile, cu care se poate lăuda, la fel și cu calitățile acestuia.

Își susțin scenariul de viață unul, altuia.

### Modest - Judecător

Două tipare speciale, care au forme de exprimare diferite, modestul este cel tăcut și pus pe acțiune tot timpul, pe când judecătorul este cel gălăgios și vorbăreț.

Cu toate acestea, se susțin de la distanță, pentru că ori de cate ori sunt unul în preajma celuilalt, nu reușesc să comunice, pentru că nu au cum.

Cu toate acestea, judecătorul nu se poate abține și îl judecă pe modest, dar cu foarte mare băgare de seamă, pentru că

# 9
# MODEST

## 9.6 MODEST - CUM INTERACȚIONEAZĂ CU CELELALTE TIPARE

**Modest - Apatic**

îi este frică de inteligența modestului și nu vrea să-l supere în vreun fel.

**Modest - Victimă**

**Modestt - Fricos**

**Modest - Sacrificiu**

**Modestt - Prețios**

**Modest - Judecător**

**Modest- Perfecționist**

**Modest - Perfecționist**

Amândoi știu să se abțină, să își amâne recompensa, doar că din două perspective diferite: perfecționistul este cel ce și-o amână pentru proiectul pe care îl va realiza, nereușind să livreze, pe când modestul se abține pentru recompensa finală, atunci când livrează proiectul.

Perfecționistul trăiește astfel o concurență invizibilă, în raport cu modestul, însă acesta din urmă nu intră în acest proces, ci își vede în continuare de proiectele lui.

Este acel gen de relație care nu se concretizează, dar rămâne acolo și strânge frustrări în cazul perfecționistului, sau mici recompense, în cazul modestului.

**Modest - Autodidact**

**Modest - Autodidact**

O relație interesantă pentru că amândoi fac ceea ce trebuie și se îndreaptă spre împlinire.

Pe de o parte, modestul este cel care o face direct, doar că în etape, atunci când aroganța începe să-l supere.

**Modest - Învingător**

Pe cand autodidactul face doar asta, dar emoțiile trăite de exuberanță și entuziasm nu-l lasă sa ajungă acolo unde își dorește.

**Modest - Înțelept**

**Modest - Învingător**

**Modest - Împlinit**

O relație specială pentru că amândoi au în ei această dorință de succes, pe care o trăiesc și o manifestă ca parte din ritualul lor de zi cu zi.

Nu se prea înțeleg, pentru că învingătorul este cel care se promovează singur și asta presupune un lobby activ, pe când modestul nu o face direct, ci indirect, prin ceea ce realizează.

Iar de aici apare o ușoară inegalitate în modul în care vorbesc cei doi despre reușitele lor, prin care modestul îl respinge pe

# 9

# MODEST

## 9.6 MODEST - CUM INTERACȚIONEAZĂ CU CELELALTE TIPARE

**Modest - Apatic**

**Modest - Victimă**

**Modestt - Fricos**

**Modest - Sacrificiu**

**Modestt - Prețios**

**Modest - Judecător**

**Modest- Perfecționist**

**Modest - Autodidact**

**Modest - Învingător**

**Modest - Înțelept**

**Modest - Împlinit**

învingător și îl exclude din viața lui, dacă nu reușește să-l manipuleze.

**Modest - Înțelept**

O relație specială, în care ambele tipare au de învățat, pentru că înțeleptul nu este eficient mai tot timpul și admiră din plin asta la modest, pe când modestul este cel ce consideră o artă modul de a gândi al înțeleptului.

Înțeleptul îl simte și îl susține în orice demers își dorește modestul, amândoi bucurându-se de clipele petrecute împreună.

Au o întâlnire specială și se impune un timp special pentru această întâlnire, dintre cei doi; au un fel special de a fi, de a trăi și de a exprima conceptele vieții.

**Modest - Împlinit**

Modestul se uită cu poftă la acesta și nu înțelege cum de acesta a reușit să trăiască în armonie.

Testează ceea ce crede despre împlinire și încearcă să-l provoace pe acesta, dar evident că nu reușește.

Îl respectă și își dorește și el mult să trăiască în armonie deplină, dar privește totuși de la distanță.

Și cu toate acestea, vrea să trăiască în preajma împlinitului sau să găsească un mod de a trăi în preajma lui.

# 9
# NOTIȚE

# 9

# MODEST

## 9.7 MODEST - CUM ÎȘI ALEGE PARTENERA

**Modestul are o atracție clară spre prețios, datorită modului în care cele două tipare comportamentale se susțin unul pe celălalt.**

Prețiosul se îndrăgostește pur și simplu de modest și de modul în care acesta funcționează, iar modestului îi place mult asta, așa că se lasă iubit și se bucură unul de celălalt.

O relație care se manifestă nebunește și se lasă cu iubire și foarte multă bucurie.

Ajung să fie împreună pur și simplu, fără niciun efort și se bucură de ceea ce sunt.

Modestul apreciază capacitatea prețiosului de a se autopromova, pe când prețiosul apreciază la modest capacitatea de a genera și finaliza proiecte.

Își susțin amândoi tiparele comportamentale și se ajută reciproc în ceea ce au de făcut, sunt o echipă pur și simplu.

O altă relație pe care modestul s-ar putea să o aibă, este cea cu fricosul, dar de scurtă durată, tot din aceleași perspective ca mai devreme, dar nu ține pentru că dependența de frică se face simțită.

# 9
# NOTIȚE

# 9
# MODEST

## 9.8 MODEST - CUM ÎȘI PROGRAMEAZĂ COPIII

Dacă modestul are ca sprijin un părinte care îl susține necondiționat, tot la fel va programa și el.

Își va susține copilul și îl va sprijini în tot ceea ce face, ajutându-l să-și construiască încrederea în el însuși și îl va învăța cum să livreze.

Un modest va programa tot un modest, indiferent dacă este mama sau tatăl.

Nu știe să facă altfel și o face cu mare plăcere, pentru că înțelege ce presupune înțelegerea comportamentului uman.

Se ocupă mai tot timpul de copil și îl redirecționează spre a afla, spre a cunoaște, astfel reușind să-i stârnească curiozitatea tot timpul, construind astfel următorul om care poate să se îndrepte spre împlinire.

O relație specială, în care nu va conta care dintre cei doi părinți este modestul, pentru că oricum părintele cu acest tipar comportamental va reuși să se impună și să îl programeze în același fel.

# 9
# NOTIȚE

# 9

# MODEST

## 9.9 MODEST - CĂLĂTORIA

**Dacă emoția de acasă este satisfacția, mândria îi ia adesea locul, mai ales în preajma unor lansări de proiecte finalizate.**

**Și de aici, până la aroganță, este un pas mic.**

Ce este important de spus în această călătorie, a modestului, este că la un moment dat, acesta se pierde din prea multă mândrie și după ce își alocă o mare parte din timp unei emoții trecătoare, conștientizează că nu aceasta este calea și că este vorba de ceva mai mult de atât.

Caută să ajungă la împlinire, doar că o face în același fel ca și până acum, prin procese mentale, prin gândire rațională, prin ceea ce până acum l-a ajutat foarte mult, dar nu a dat neapărat rezultate.

Călătoria nu se face în același mod, deoarece pentru a ne împlini, este nevoie să uităm tot ce am învățat până acum.

Adică să dăm drumul la atașamente, la nevoi, la condiționări, la convingeri și inclusiv la procesul mental care face ca toate menționate mai devreme să fie necesare.

Gândirea intuitivă este cea care ne oferă împlinire.

A renunța la tot ceea ce am învățat pare greu, dar nu imposibil.

Și tocmai curiozitatea prezentă în modest îl face pe acesta ca, încet-încet, să destructureze fiecare piesă din propriul comportament și să își dezvolte gândirea intuitivă, pas cu pas.

Face asta doar atunci când îl supără aroganța, care îl afectează, apoi uită o perioadă, însă se va întoarce la acest proces de câte ori se va simți afectat.

În etape de timp.

Dar mai devreme sau mai târziu, modestul va ajunge la împlinire, pentru că are tot ce îi trebuie în el și este pregătit să o facă.

Un tipar construit pentru împlinire, care trăiește frumos și se bucură de acele proiecte minunate pe care le realizează și pe care le livrează celorlalți.

# 9
# NOTIȚE

# 9

# MODEST


9.10.1 Observă repetitivitatea

9.10.2 Pivotează! Întreabă-te!

9.10.3 De astăzi țin un jurnal

9.10.4 Practica zilnică


## 9.10 MODEST - EXERCIȚII

### 9.10.1 Observă repetitivitatea

Observă cu atenție desfășurarea acțiunii, de la debutul unui proiect până la finalizarea și livrarea acestuia.

Notează pas cu pas strategiile sau punctele forte pe care le-ai urmat la fiecare etapă!

Identifică emoțiile pe care le-ai simțit în fiecare etapă a proiectului:

Ce am simțit când mi-a venit ideea acestui proiect?

Ce am simțit când am început să conturez structura proiectului?

Ce am simțit când am pus la punct detaliile de finețe ale sale?

Ce am simțit la finalizarea proiectului? Dar în momentul livrării lui?

Fă asta pentru minim trei proiecte ale vieții tale, indiferent de ramura pe care au fost ele construite: educație, carieră, relații, familie, etc și observă cum aceste emoții se suprapun, se intersectează sau sunt eminamente identice în etape, chiar și atunci când proiectele diferă.

Încă de mici copii avem proiecte în desfășurare: am intrat la o școală, sau la un liceu, am obținut o calificare, sau o diplomă, am luat un examen, am reușit să ne mutăm de acasă, ne-am privatizat, ne-am format o specializare ... sunt o mulțime de astfel de proiecte pe care le-am reușit.

Alege minim trei pe care să le descompui în bucățele, astfel încât să poți pune lupa pe emoțiile simțite în etapele desfășurării lor.

Notițe

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

# 9
# MODEST

## 9.10 MODEST - EXERCIȚII


9.10.1 Observă repetitivitatea

9.10.2 Pivotează! Întreabă-te!

9.10.3 De astăzi țin un jurnal

9.10.4 Practica zilnică


### 9.10.2 Pivotează! Întreabă-te!

Ce emoție însoțește reușita proiectului? Mândria?

A fost justificată acea mândrie, întrucât ai reușit să duci la bun sfârșit un proiect care cu certitudine a însemnat mult pentru tine, căruia i-ai dedicat muncă, timp și energie!

Iar acum, după, derulând filmul vieții înapoi, după efectuarea acestor proiecte minunate, pot observa capcana?

Cine îmi proiectează această mândrie? De unde vine de fapt această emoție? A cui este de fapt această mândrie?

De ce am avut nevoie de ea? De ce simt nevoia să o simt iar și iar? Am încă nevoie să simt această mândrie? Oare dacă simt doar bucuria și împlinirea realizării proiectului meu, îmi va fi de ajuns?

# 9

# MODEST

## 9.10 MODEST - EXERCIȚII


9.10.1 Observă repetitivitatea

9.10.2 Pivotează! Întreabă-te!

9.10.3 De astăzi țin un jurnal

9.10.4 Practica zilnică


Consider că sunt “de ajuns” exact așa cum sunt?

Dând totul la o parte, cine sunt eu?

Notițe

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

### 9.10.3 De astăzi țin un jurnal

Avantajul acestui exercițiu este că păstrează foarte clar înregistrarea evoluției noastre. Putem observa prin scrierea într-un jurnal care sunt punctele noastre forte, care sunt punctele la care mai avem de lucrat, cum reacționăm în anumite situații critice, ce și cum simțim.

Este important să cuprindem în acest jurnal:

Ce am trăit/ făcut astăzi? - evenimentele din ziua noastră, exact așa cum s-au petrecut.

Ce mi-a plăcut din ziua de astăzi (minim 3 întâmplări care s-ar putea repeta și altădată, care ție ți-au făcut plăcere): poate fi vorba despre citirea unui paragraf dintr-o carte, despre un zâmbet primit de la o persoană dragă, un ceai băut în intimitatea ta (tu cu tine) sau în intimitatea relației,

# 9
# MODEST

## 9.10 MODEST - EXERCIȚII

**9.10.1 Observă repetitivitatea**

o întâmplare hazlie, o conștientizare, o rază de soare ivită printre nori și tot așa, în funcție de ceea ce ți-a plăcut ție în ziua respectivă.

**9.10.2 Pivotează! Întreabă-te!**

Care au fost emoțiile pe care le-am simțit cu privire la situațiile date?

**9.10.3 De astăzi țin un jurnal**

Ce mi-a plăcut mai puțin sau deloc? la fel și aici, găsește 3 întâmplări care ți-ar fi plăcut să fie diferite, fie că a ridicat cineva tonul vocii, fie că ai spart o cană, ori că te-ai lovit la picior, că n-ai reușit ceva ce-ți propuseseși sau că o situație pe care o doreai să iasă bine, nu a ieșit așa.

**9.10.4 Practica zilnică**

Care au fost emoțiile pe care le-am simțit cu privire la situațiile date?

Care au fost predominante dintre cele două? Ziua mea a fost preponderent plăcută? sau neplăcută?

Ce aș putea face să-mi creez o înclinare mai mare a balanței spre evenimentele plăcute, spre emoțiile înalte pe care le-am simțit astăzi?

Notițe

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

### 9.10.4 Practica zilnică

Practica zilnică este în continuare esențială pentru a transcende și acest tipar!

Ce fac zilnic pentru corpul meu fizic?

Îl consider un templu și îl îngrijesc cum se cuvine? Sunt recunoscător pentru acest vehicul minunat care mi-a fost dăruit?

# 9

# MODEST


9.10.1 Observă repetitivitatea

9.10.2 Pivotează! Întreabă-te!

9.10.3 De astăzi țin un jurnal

9.10.4 Practica zilnică


## 9.10 MODEST - EXERCIȚII

Ce fac zilnic pentru corpul meu mental?

Mă îngrijesc de creșterea și evoluția corespunzătoare a acestuia? Îl pun la muncă în folosul meu sau îl las să se autoruleze pe fundal împotriva mea? Sunt recunoscător că am o capacitate mentală în care să încarc informația pe care o primesc din mediu?

Ce fac zilnic pentru corpul emoțional? Îmi accept și îmi așez emoțiile așa cum se cuvine? Construiesc cărarea interioară încât să las armonia să fie? Eliberez din drumul ei emoțiile care nu îmi mai servesc, consumându-le pe măsură ce apar? Sunt recunoscător pentru cumulul de emoții pe care le simt, pentru că sunt o ființă emoțională?

Ce fac zilnic pentru corpul spiritual? Îmi onorez și fructific potențialul imens din mine? Îmi ascult intuiția? Mă conectez cu ceea ce sunt și îmi celebrez fiecare clipă magică de acum? Văd/ aud sau simt cine sunt eu?

Notițe

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

# 9
# NOTIȚE