

04.04.2018

COMUNICAT DE PRESĂ

Explicația psihologului Alexandru Pleșea Ce sunt Faima și Umiliința?

Faima (vanitatea, egoul) și umiliința (smerenia) sunt două atitudini diferite, în opoziție chiar, care îl ajută sau îl îndepărtează pe om de el însuși. Faima este ceea ce vrem să fie transpusă din afară noastră în interiorul nostru, iar de cealaltă parte, umiliința are legătură cu stările noastre interioare, independent de reacțiile exteriorului.

În opinia [psihologului Alexandru Pleșea](#), faima este personalitate, ea se învață și crește odată cu contextul social, nu este proprietatea noastră intrinsecă, ci este împrumutată, dobândită, strânsă din comportamentele altora. De cealaltă parte, umiliința este esența din noi, este ceea ce este al nostru și nu poate fi luat, ci doar acoperit până când faima dispare sau până când o considerăm inutilă pentru scopurile noastre mai înalte.

“Faima te sugerează de efort, te lasă epuizat, iar umiliința îți dă efort și te încarcă oricât de epuizat ai fi. Faima aduce probleme și temeri sociale, iar umiliința stabilizează și zidește acceptarea, înțelegerea și iubirea la un loc. Faima duce la stres și mulți bani, umiliința duce la liniște și puțini bani. Faima strânge vanitatea altora, umiliința strânge dragostea altora. Faima provoacă instabilitatea mentală și emoțională, pentru că ea se hrănește cu ce este în afară, iar ce este în afară nu este constant. De cealaltă parte, umiliința provoacă opusul, stabilitatea mentală și emoțională, în ciuda exteriorului care nu permite constanța. Faima îl duce pe om la pierzanie sufletească, iar umiliința îl duce la creare sufletească. Faima este despre a fi cunoscut, prin diverse forme, de către oamenii de rând. Umiliința este de a fi recunoscut de Divinitate, oricare ar fi ea”, explică psihologul Alexandru Pleșea, cunoscut opiniei publice drept Antrenorul Minții.

Ce sunt faima și umiliința? Exemple din viața reală

Privite din perspectiva “faimă vs. umiliință”, specialistul este de părere că suntem puși constant în fața alegerilor: alegem ori să ne simțim împliniți sufletește pentru gestul nostru, ori să ne dorim recunoșterea celor din jurul nostru.



- **Să oferi locul unui bătrân în autobuz**, o faci ca să se simtă bătrânul bine sau să te simți tu bine că ai facut-o? (prima este din umilință, a doua este pentru faimă – ego).
- **Vrei să devii cel mai bun cântăreț**. O faci pentru alții, ca să ajungă ei la inima lor sau pentru tine ca să devii celebru? (prima este din umilință, a doua este pentru faimă – ego).
- **Vrei să ai afacerea ta**, o faci pentru transformarea ta cât și a vieții unor oameni sau o faci pentru a-ți lua tu casă și ei toată viața chirie? (prima este din umilință, a doua este pentru faimă – ego).
- **Vrei să scrii o carte**. O faci pentru ca alții să aducă ceva util în viața lor sau ca tu să apari ca fiind un poet solemn? (prima este din umilință, a doua este pentru faimă – ego).

Alexandru Pleșea, cunoscut opiniei publice drept Antrenorul Minții, este psihoterapeut și hipnoterapeut și trainer în programare neuro-lingvistică. A studiat natura minții umane în trei sisteme educaționale diferite – Statele Unite ale Americii, Marea Britanie și România și de peste 10 ani organizează cursuri și traininguri în România, cu scopul de a-i face pe oameni să afle ce posibilități au când își folosesc resursele intelectuale și să arate abilitățile pe care mintea noastră încă le are latente.

Persoană de contact

Alexandru Pleșea

Psihoterapeut & Hipnoterapeut

0745.175.323

www.alexandruplesea.ro

www.antrenorulmintii.ro

Transmite,

Dr. Tănase Tasește

Director General

Plus Communication

0725.465.508