

## ESERCITAZIONE n. 11

### Formattazione, copia/incolla, interruzione di sezione, formato colonne

Nome:

Classe:

Data:

1. Inserisci "interruzione di sezione" "continua" dal menu "inserisci"
2. Copia il seguente testo:

<http://www.wmrconsulting.it/1-elefante-incatenato.ct-93.html>

## L'elefante incantato

di [Chiara Svegliado](#)



Quando ero piccola andavo al circo soprattutto perché mi piacevano gli animali. Ad attirarmi era in particolar modo l'elefante, perché durante lo spettacolo quel bestione faceva sfoggio di un peso, di una dimensione e di una forza davvero fuori dal comune.

A colpirmi tuttavia era anche il fatto che dopo il suo numero, e fino a un momento prima di entrare in scena, l'elefante era sempre legato a un paletto conficcato nel suolo, con una catena che gli imprigionava una delle zampe.

Eppure il paletto era un minuscolo pezzo di legno piantato nel soltanto per pochi centimetri. E anche se la catena era grossa e forte, mi pareva ovvio che un animale in grado di sradicare un albero potesse liberarsi facilmente di quel paletto e fuggire.

Era davvero un bel mistero...



**Laura Antichi**

## **ESERCITAZIONE n. 11**

### **Formattazione, copia/incolla, interruzione di sezione, formato colonne**

Che cosa lo teneva legato allora?  
Perché non scappava?

Fu solo quando crebbi ed ebbi la fortuna di imbattermi in chi riuscì finalmente a dare una risposta a queste mie domande, che scoprii questo: l'elefante del circo, nonostante la sua forza e le sue monumentali dimensioni, non scappa perché è stato legato a un paletto simile quando era molto molto piccolo..

Chiusi gli occhi e immaginai l'elefantino indifeso appena nato, legato al paletto. Immaginavo che in quel momento l'elefantino provasse con tutte le sue poche forze a spingere, a tirare, nel tentativo di liberarsi, ma che nonostante gli sforzi non ci riuscisse perché quel paletto era troppo saldo per lui. Lo vedevo addormentarsi sfinito e il giorno dopo provarci di nuovo, e così il giorno dopo e quello dopo ancora...

Finché un giorno, un giorno terribile per la sua storia, l'animale accettò l'impotenza rassegnandosi al proprio destino...

E' dunque questa la conclusione di questa triste storia: l'elefante enorme e possente che vediamo al circo non scappa perché, poveretto, **crede di non poterlo fare.**

Reca impresso il ricordo dell'impotenza sperimentata subito dopo la nascita.

E il brutto è che non è mai più ritornato seriamente su quel ricordo. E non ha mai più messo alla prova la sua forza, mai più...

**Anche noi esseri umani abbiamo i nostri paletti che ci tengono imprigionati..**

Anche noi siamo un po' tutti come l'elefante del circo: andiamo in giro inconsapevoli, incatenati a centinaia di paletti che ci tolgono la libertà.

Viviamo pensando che "non possiamo" fare una serie di cose semplicemente perché una volta, quando eravamo piccoli o nelle nostre esperienze passate di adulti, ci abbiamo provato e abbiamo fallito, oppure perché, qualcuno ci ha detto e ripetuto che non saremmo stati in grado di farlo.

Allora abbiamo fatto come l'elefante, abbiamo inciso nella memoria questo messaggio: **non posso, non posso e non potrò mai!**

Siamo cresciuti portandoci dietro questo messaggio che ci siamo trasmessi da soli, perciò non proviamo più a liberarci del paletto.

Quando a volte sentiamo la stretta dei ceppi e facciamo cigolare le catene, guardiamo con la coda dell'occhio il paletto e pensiamo: "**non posso e non potrò mai...**"

Viviamo condizionati dal ricordo di qualcosa accaduta durante la nostra infanzia o nel nostro passato, nonostante oggi non esista più...

Cosa sono dunque questi paletti che ci tolgono la libertà?

Questi paletti sono le nostre **credenze o convinzioni limitanti** che non ci permettono di accedere alle nostre risorse interiori imprigionandoci in limiti che noi stessi abbiamo creato.....

.3. copia e incolla il testo precedente qui e quando l'hai fatto seleziona il testo, vai in "formato" "colonne" e disponilo in due colonne in modo da ottenere il seguente risultato:



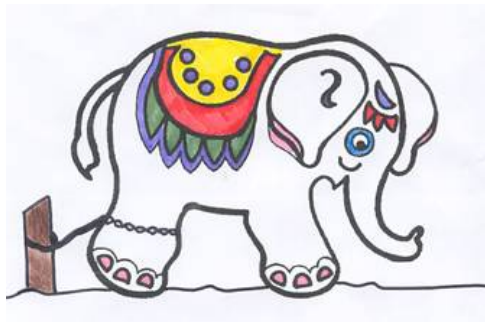
Laura Antichi

## ESERCITAZIONE n. 11

### Formattazione, copia/incolla, interruzione di sezione, formato colonne

# L'elefante incantato

di [Chiara Svegliado](#)



Quando ero piccola andavo al circo soprattutto perché mi piacevano gli animali. Ad attirarmi era in particolar modo l'elefante, perché durante lo spettacolo quel bestione faceva sfoggio di un peso, di una dimensione e di una forza davvero fuori dal comune.

A colpirmi tuttavia era anche il fatto che dopo il suo numero, e fino a un momento prima di entrare in scena, l'elefante era sempre legato a un paletto conficcato nel suolo, con una catena che gli imprigionava una delle zampe.

Eppure il paletto era un minuscolo pezzo di legno piantato nel soltanto per pochi centimetri. E anche se la catena era grossa e forte, mi pareva ovvio che un animale in grado di sradicare un albero potesse liberarsi facilmente di quel paletto e fuggire.

Era davvero un bel mistero...

Che cosa lo teneva legato allora?  
Perché non scappava?

Fu solo quando crebbi ed ebbi la fortuna di imbattermi in chi riuscì finalmente a dare una risposta a queste mie domande, che scoprii questo: l'elefante del circo, nonostante la sua forza e le sue monumentali dimensioni, non scappa perché è stato legato a un paletto simile quando era molto molto piccolo..

Chiusi gli occhi e immaginai l'elefantino indifeso appena nato, legato al paletto. Immaginavo che in quel momento l'elefantino provasse con tutte le sue poche forze a spingere, a tirare, nel tentativo di liberarsi, ma che nonostante gli sforzi non ci riuscisse perché quel paletto era troppo saldo per lui. Lo vedevo addormentarsi sfinito e il giorno dopo provarci di nuovo, e così il giorno dopo e quello dopo ancora...  
Finché un giorno, un giorno terribile per la sua storia, l'animale accettò l'impotenza rassegnandosi al proprio destino...

E' dunque questa la conclusione di questa triste storia: l'elefante enorme e possente che vediamo al circo non scappa perché, poveretto, **crede di non poterlo fare**.  
Reca impresso il ricordo dell'impotenza sperimentata subito dopo la nascita. E il brutto è che non è mai più ritornato seriamente su quel ricordo. E non ha mai più messo alla prova la sua forza, mai più...

**Anche noi esseri umani abbiamo i nostri paletti che ci tengono imprigionati..**

Anche noi siamo un po' tutti come l'elefante del circo: andiamo in giro inconsapevoli, incatenati a centinaia di paletti che ci tolgono la libertà.

Viviamo pensando che "non possiamo" fare una serie di cose semplicemente perché una volta, quando eravamo piccoli o nelle nostre esperienze passate di adulti, ci abbiamo



**Laura Antichi**

## **ESERCITAZIONE n. 11**

### **Formattazione, copia/incolla, interruzione di sezione, formato colonne**

provato e abbiamo fallito, oppure perché, qualcuno ci ha detto e ripetuto che non saremmo stati in grado di farlo. Allora abbiamo fatto come l'elefante, abbiamo inciso nella memoria questo messaggio: **non posso, non posso e non potrò mai!**

Siamo cresciuti portandoci dietro questo messaggio che ci siamo trasmessi da soli, perciò non proviamo più a liberarci del paletto. Quando a volte sentiamo la stretta dei ceppi e facciamo cigolare le catene, guardiamo con la coda dell'occhio il paletto e pensiamo: **“non posso e non potrò mai...”**

Viviamo condizionati dal ricordo di qualcosa accaduta durante la nostra infanzia o nel nostro passato, nonostante oggi non esista più...

Cosa sono dunque questi paletti che ci tolgono la libertà?

Questi paletti sono le nostre **credenze o convinzioni limitanti** che non ci permettono di accedere alle nostre risorse interiori imprigionandoci in limiti che noi stessi abbiamo creato.....

4. Inserisci”interruzione di sezione” “continua”dal menu “inserisci

5. Salva il file con nome “elefante”