

Matt Traverso    Marco Paret

# COACHING SULLA RICCHEZZA

*Il metodo pratico e immediato  
per ottenere quello che avete sempre desiderato*



Immagine in copertina: © Shutterstock, AVA Bitter

© 2011 Anteprima

Anteprima è un marchio di Lindau s.r.l.

Lindau s.r.l.  
corso Re Umberto 37 - 10128 Torino

Seconda edizione: febbraio 2019  
ISBN 978-88-6849-132-1

*Ringraziamo tutte le persone che ci hanno ispirato in quest'opera: T. Harv Eker, Anthony Robbins, Tom Vizzini, Paul McKenna e un anonimo italiano degli anni '30 che aveva veramente intuito e scritto queste leggi di vita.*

Molti parlano di fortuna, ma la fortuna nasce dai nostri pensieri. Dalla maniera in cui pensiamo, reagiamo, ci sentiamo nel mondo. Da quanto siamo in grado di usufruire dell'enorme potenziale contenuto nel nostro inconscio.

Questo è il vero segreto degli uomini di genio di ogni genere. «Io non lavoro; ascolto» diceva Alfred de Musset a chi gli chiedeva come lavorasse alle sue poesie. E Alphonse de Lamartine: «Non sono io che penso. Sono le mie idee che pensano per me».

## **Il nostro fine**

Quando le persone vengono a fare coaching, spesso il loro pensiero è come una massa informe. Punta in più direzioni, a volte contraddittorie. Il fine del coaching è focalizzare la mente su alcune domande centrali come: «Che cosa voglio?», «Dove voglio arrivare?», «Come posso raggiungere i miei obiettivi velocemente e con soddisfazione?». Il processo porta all'insight, alla scoperta di nuove mappe/idee.

Il coaching nasce per creare campioni. E ogni campione ha un allenatore valido dietro di lui.

Molti, invece, hanno solo critici. E li hanno in loro stessi, si tratta di una voce interiore che dice: «Non sei capace», «Non ce la farai mai».

Come possiamo passare da una voce interiore di critica a una costruttiva e motivante?

Un primo strumento sono le «affermazioni».

## ***Il potere delle affermazioni***

Passare da una voce di critica a una voce stimolante e vincente significa accedere alla miniera del potere della parola.

Nella Bibbia, Dio crea attraverso la parola. La parola, infatti, crea delle realtà e focalizza la mente.

Incominciamo quindi anche noi con delle affermazioni, ognuna delle quali è un potente catalizzatore di energia mentale. Vari studi hanno mostrato come affermazioni positive possono avere effetto anche nel caso di malattie, contribuendo alla guarigione.

Molti però vivono in mezzo ad affermazioni negative, concentrano la loro mente in tali direzioni e ottengono così quello che esse chiedono.

«Non ce la farò mai», «È impossibile»: ogni frase del genere è come un veleno per il nostro cervello.

Per cambiare direzione e costruire una vita di soddisfazione e ricchezza, la prima affermazione fondamentale dalla quale partiamo è questa: «Io creo la mia vita». È un'affermazione attiva che implica possibilità.

Il mondo è pieno di gente che non riesce a ottenere i risultati che desidera nella vita e cerca in qualche maniera di giustificarsi. Questi allora dicono: «La vita capita a me».

Questa affermazione sembra più facile, perché toglie responsabilità. Ma, se vogliamo migliorare la qualità della nostra vita, dobbiamo assumerci delle responsabilità.

Questo è un principio fondamentale da tenere a mente: per crescere dobbiamo prenderci totale responsabilità di noi stessi e della nostra vita.

Se non fate ciò, rischiate di ritrovarvi nel ruolo della vittima, che biasima gli altri e si lamenta. Le persone che si pongono in posizione vittimistica non possono arricchirsi e finiscono dicendo: «I soldi non sono così importanti». Questa è però solo un'affermazione dettata dalla frustrazione e da un senso di rinuncia. Non è una vera scelta: è solo un tentativo di giustificarsi.

Naturalmente fallite se vi comportate così. Non fatevi ipnotizzare dalle parole degli altri. Sappiate che se qualcuno parla così è per giustificarsi. Così la prossima volta che sentirete qualcuno dire che i soldi non sono importanti, sappiate che quella persona non ne ha e vi mentirà in altre occasioni.

Ma voi adesso avete deciso di sviluppare voi stessi e di riaccedere a quello che è il vostro potere creativo.

Rendetevi conto che voi potete essere e avere molto più di quel che pensate. Ben pochi conoscono i limiti della propria potenza. In situazioni estreme, è tipico che si riveli ad esempio il temperamento eroico in individui che nemmeno si credevano coraggiosi.

«Certo – dice William James – la nostra potenza ha dei limiti. Purtroppo però solo pochissimi individui spingono all'estremo limite l'impiego delle loro risorse». Se vi paragonate agli altri e vi giudicate inferiori, siete perduti. Cercate per quanto possibile la compagnia di persone energiche, coraggiose. E sappiate che il successo e la crescita sono *imparabili*.

### *Affermazioni e quantum coaching*

Per cambiare il nostro stato fisico e mentale dobbiamo sviluppare innovazione e creatività.

Sono questi gli strumenti che ci permetteranno sia di formulare efficacemente obiettivi che prima pensavamo irraggiungibili, sia di individuare i mezzi per arrivarci.

Nel nostro approccio di quantum coaching utilizziamo un potente amplificatore e trasformatore delle emozioni: la luce. Questa ci aiuta a creare dei «campi quantici» illuminando letteralmente la mente e accrescendo i risultati.

La tecnica è la seguente: pronunciamo un'affermazione mentre osserviamo una luce (di 60 watt al massimo) per circa mezzo minuto. Successivamente chiudiamo gli occhi per

l'interiorizzazione della soluzione. La luce facilita la creazione di uno stato mentale particolarmente efficace per generare nuove soluzioni.

## **Sapere che siamo capaci**

Perché affermiamo che tutti possono avere ricchezza e successo? Perché è nella natura delle cose.

È importante capire che:

- siamo unici,
- abbiamo risorse infinite,
- abbiamo scelta.

La chiave per andare avanti si trova dentro di noi. Ma per accedervi dobbiamo essere «di vetro», cioè sinceri con noi stessi. Infatti a volte ci nascondiamo i nostri difetti e la situazione in cui ci troviamo, e perdiamo così la possibilità di cambiare.

Siete disposti a cambiare? A essere «flessibili» cioè a dare altre possibilità a voi stessi e alla vita?

Molti dicono: «Tanto è così!». Magari non se ne accorgono, ma la realtà è invece infinita: ci sono sempre tantissime possibilità.

Il processo che iniziamo adesso è un processo che ha vari passaggi:

- 1) scoprire nuove possibilità,
- 2) vederle in realtà,
- 3) consolidarle.

Questo processo a sua volta si basa sul trio fondamentale:

- sono (autostima),
- posso (fiducia di sé),
- faccio (azione e vitalità).

La base di un buon coaching è condurre la mente in nuove direzioni. Il coaching è rifocalizzazione. Usare l'attenzione è come focalizzare la luce con una lente di ingrandimento: genera fuoco, è un'altra maniera di vedere le cose...

## **Il nostro programma**

Questo programma di rifocalizzazione mentale è la base per passare dal fallimento al successo. E per chi ha già successo è il trampolino per averne ancora di più.

Ma ciò a cui giungerete alla fine non è solo un nuovo livello di successo e ricchezza, conseguenza naturale seguendo le istruzioni il più fedelmente possibile. Quello che otterrete sarà soprattutto una ricchezza di talenti e capacità.

Se si fosse chiesto ai più grandi imprenditori, ai più celebri artisti, ai più rinomati filosofi, a esploratori, santi ed eroi di rivelare il segreto del loro successo, avrebbero senza dubbio risposto di non avere segreti di sorta, ma che la loro stessa natura li aveva resi tali. Tutt'al più avrebbero potuto aggiungere come spiegazione una tendenza irresistibile, di fronte a cui nessuna fatica, nessun sacrificio rappresentavano un problema insormontabile.

Se ci viene domandato che cosa intendiamo con la parola «successo», rispondiamo pragmaticamente che si tratta dell'arte di non fallire il nostro destino, di non sciupare le nostre doti, bensì di migliorarle, moltiplicarle e soprattutto farle fruttare. Desideriamo che questo sia ben chiaro.

Ognuno riceve dei talenti dalla vita ed è naturale che li faccia fruttare. Guadagnare e arricchirsi sono, a questo punto, evoluzioni conseguenti all'esplicitazione di sé. Ma quello che ci impedisce di seguire questa strada è in noi stessi. Non

tutti riescono a esplicitarsi a causa di una programmazione mentale spesso frenante o controproducente. I vissuti del passato e le situazioni contingenti ci portano a comportamenti limitati e automatici. Il nostro valore rischia di non venire rimarcato.

È credenza popolare che una persona meritevole e capace passi sempre davanti agli altri.

Il concetto di «meritevole e capace» è abbastanza indefinito. Cosa ottiene infatti nel 99% dei casi l'impiegato, dopo che per cinquanta anni ha servito la sua azienda fedelmente e sempre in maniera «meritevole»? Spesso poco, e in certi casi niente.

Analogamente vediamo tanti ragazzi che inseguono un titolo di studio pensando che darà loro chissà quali risultati. Indubbiamente è un elemento utile, ma *non è affatto* l'elemento determinante.

La vita è fatta di momenti che, messi assieme, costituiscono il successo. Questo, per venire raggiunto, deve prima essere mirato.

Tuttavia la gente non sempre segue questa direzione. Migliaia di persone meritevoli e con grandi capacità spesso si ritrovano spiantate, malate e depresse.

È stato detto: «Chiedete e vi sarà dato». Questa è una grande verità. Le persone che vogliono qualcosa, ma non sanno come chiederlo alla vita, continuano a girare in vicoli chiusi.

Immaginiamo di avere di fronte a noi il genio della lampada di Aladino. Potremmo chiedergli tutto. Quanti sarebbero sicuri di quel che vogliono veramente?

Per chiedere, bisogna sapere cosa si vuole. La prima dote che vi chiediamo di sviluppare è, quindi, la sincerità: essere trasparenti con voi stessi.

Cosa vorreste in questo momento se poteste ottenerlo veramente?

- Vorreste avere più soldi?
- Vorreste avere più successo?
- Vorreste essere più felici nella vita?

Sappiate: la chiarezza è potere!

Quello che insegniamo ora è un approccio nuovo alla vita e al cambiamento di se stessi.

Chiunque applichi questo sistema guadagnerà di più e aumenterà il suo successo, ma non solo: grazie a queste regole vivremo automaticamente con più gioia e felicità.

COACHING  
SULLA RICCHEZZA

## Atteggiamento generale

Cominciamo a osservare il problema da un punto di vista semplice e matematico.

Quali sono i principi e le attitudini che rendono ricchi? Vedendo la questione da una prospettiva aritmetica due sono i lati: guadagnare di più e superare i bisogni emozionali di spendere. Per realizzare la prima parte dell'equazione vi deve essere un chiaro metodo di azione, mentre per la seconda dobbiamo essere sicuri di cosa vogliamo.

In entrambi i casi, per poter andare dove vogliamo, è importante l'atteggiamento interiore. Il programma che presentiamo mira, quindi, a cambiarci nella vita attraverso una trasformazione del proprio comportamento a partire dal nostro io più profondo.

### **Possibilità o limitazioni?**

Dato che parliamo di pensiero è ovvio che la differenza essenziale non è tra essere ricco ed essere povero. Queste sono condizioni che possono cambiare. Chi applica questo libro, ad esempio, se è in situazione di indigenza, potrà diventare prospero.

La vera differenza è tra pensare ricco e pensare povero. La distinzione non è quindi tra chi ha tanti soldi e chi ne ha meno. L'elemento determinante è che il ricco vede le opportunità. In pratica i suoi pensieri ruotano attorno ad ampliamenti delle possibilità esistenti.

Infatti sono i nostri pensieri e atteggiamenti a determinare la nostra vita. Si tratta di forze gratuite e imponenti. *I pensieri sono cose*: ricordatevelo! Pensate al successo e avrete successo: pensate la miseria e avrete miseria. Dirigere la corrente del nostro pensiero è la base per dirigere la corrente dei nostri affari.

Ogni fantasticheria rivela il vostro modo di pensare, che può aiutarvi ad avanzare, oppure può essere proprio ciò che vi trattiene.

Come dice Napoleon Hill: «Pensa e arricchisciti», intendendo con questo che la ricchezza nasce nella mente umana.

La differenza tra il ricco e il povero consiste allora nel fatto che il ricco ha capito come riconoscere il potere dei suoi pensieri.

Quando affermiamo che mentalmente create soldi non vuol dire che state effettivamente fabbricando denaro, ma che attraverso i vostri pensieri state creando le condizioni idonee per espandere la vostra ricchezza. Così, quando siete ricchi, non solo avete soldi, ma possedete anche la consapevolezza di poterne creare di più. Il pensiero ricco si basa sulle possibilità.

Essere ricchi significa vivere la vita secondo le possibilità e non secondo le limitazioni.

#### **ESERCIZIO. UN MONDO DI POSSIBILITÀ**

Ripeti almeno tre volte: «Ho tutto il mondo a mia disposizione!».

Agire secondo le possibilità significa capire che la nostra mente è più grande delle apparenti limitazioni della realtà. Ed è proprio questo atteggiamento mentale che ci spinge a cercare nuove opportunità.

## **Imparabile o misterioso?**

La realtà è semplice. In ogni situazione ci sono due elementi: l'essenziale e l'apparente. L'essenziale delle cose è sempre semplice: è importante riconoscerlo.

Notiamo che ci sono persone che si dedicano a studi complessi. Tuttavia magari non riescono. Come mai? Forse è più difficile l'arte del successo che la matematica? O non è il contrario? Arricchirsi e raggiungere posizioni di successo è in realtà semplice e può essere appreso.

Esiste una regola fondamentale: ogni cosa sulla quale concentriamo l'attenzione si amplifica e invade il nostro campo mentale. Ne consegue che, se concentriamo l'attenzione sulle difficoltà, queste ci appariranno più grosse. Ma se la rivolgiamo alle possibilità, scopriremo nuove vie.

Il ricco inoltre si rende conto che imparare è un processo continuo. Per riuscire in questo sistema, dovete pensare che diventare ricco e ancora più ricco è possibile, raggiungibile e *imparabile*: questo crea una disponibilità nella mente.

Può darsi che dobbiamo affrontare dei problemi. Anche in questo caso la differenza tra pensare ricco e pensare povero è che i ricchi sono più grandi dei problemi, mentre i poveri sono più piccoli.

Il problema deve essere più piccolo di voi, poiché è il vostro atteggiamento mentale che ne definisce la grandezza. Che grandezza ha il problema rispetto a voi?

Se voi crescete e aprite la mente, il problema diventa più piccolo. Infatti non è mai la dimensione del problema che è in gioco, bensì la vostra dimensione mentale. Se voi vedete un grande problema, significa che voi siete piccoli. Vi sono persone che vedono solo difficoltà su difficoltà.

Se tutto sembra nero, cambiate i vostri occhiali. Crescere personalmente è la chiave del successo e parte da voi.

### **Sapere cosa si vuole**

Non potete acquisire qualcosa, se non avete neanche idea di cosa sia e perché lo volete. L'esercizio che segue serve quindi a chiarirvi le idee. È anche fondamentale per il successo di questo corso.

#### **ESERCIZIO. COS'È LA RICCHEZZA?**

Cosa immagini rispetto alla ricchezza:

- un'auto lussuosa?
- una grande casa?
- aiutare gli altri?

Scrivi qui sotto le tue idee riguardo al successo e alla ricchezza:

.....

.....

.....

#### **ESERCIZIO. QUEL CHE LA RICCHEZZA NON CAMBIA**

Cosa cambieresti se fossi ricco:

- i tuoi amici?
- il lavoro?
- il luogo in cui vivi?

Con questo semplice esercizio acquisiamo coscienza della ricchezza. I punti ai quali rispondete negativamente, quelli in cui non cambiereste nulla sono le aree dove siete già ricchi.

Creare coscienza della ricchezza è importante per sapere cosa si vuole. La nostra mente va verso quel che conosce. Possiamo quindi insegnarle cosa significa essere ricchi, partendo dalle nostre esperienze personali.

### *Se ho i soldi, cosa voglio dopo?*

Come abbiamo detto i soldi sono un amplificatore. Se li aveste, cosa ne fareste? Cosa ampliereste? Pensate alle maggiori possibilità di aiutare gli altri, fare beneficenza, realizzare opere ecc.

Più forti sono i tuoi obiettivi e le tue ragioni per raggiungerli, maggiore sarà la tua motivazione.

### **ESERCIZIO. LIBERTÀ DI SPESA**

Cosa farei se avessi totale libertà finanziaria?

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