

**Italo Pentimalli**

*"C'è un modo diverso di vedere le cose"*

# Crea la Vita come Tu la Vuoi

## Come diventare Padrone della tua Vita

A livello Personale,  
Finanziario, di Salute  
e Benessere

**CONTIENE  
5 OMAGGI**

(audio e video)  
da scaricare subito!

Edizioni **MyLife**.i

**BRUNO EDITORE**

---

**ITALO PENTIMALLI**

**CREA LA VITA COME TU LA VUOI**

**Come Diventare Padrone della tua Vita.**

**A livello Personale, Finanziario, di Salute e Benessere**



*In collaborazione con*



*Ebook a cura di*



---

Titolo  
“CREA LA VITA COME TU LA VUOI”

Autore  
Italo Pentimalli

Editore  
Bruno Editore

In collaborazione con  
MyLife Edizioni

**ATTENZIONE:** le strategie riportate in questo libro sono frutto di anni di studi e specializzazioni, quindi non è garantito il raggiungimento dei medesimi risultati di crescita personale o professionale. Il lettore si assume piena responsabilità delle proprie scelte, consapevole dei rischi connessi a qualsiasi forma di esercizio. Il libro ha esclusivamente scopo formativo e non sostituisce alcun tipo di trattamento medico o psicologico. Se sospetti o sei a conoscenza di avere dei problemi o disturbi fisici o psicologici dovrai affidarti a un appropriato trattamento medico.

---

# CAPITOLO 1

## **Benvenuto!**

Ciao, sono Italo Pentimalli direttore di PiùChePuoi.it.

Mi fa piacere tu stia leggendo queste mie parole, che, sono fiducioso, potranno darti spunti preziosi per... creare la vita che hai sempre sognato di vivere!



Probabilmente mi conosci proprio perché mi hai visto su [www.piuchepuoi.it](http://www.piuchepuoi.it), un sito che attira oltre 2 milioni di persone ogni anno, oppure da qualche altra parte, in un seminario, in un libro o in un film (fra le altre cose sono stato uno dei protagonisti di *“The Secret of the Web”*). Forse mi hai visto, ma probabilmente sai poco di me. Ecco perché voglio raccontarti chi sono, così potrai capire da dove arriva... tutto ciò che ho scritto in questo libro. Inizio subito allora! Chi è Italo Pentimalli?

---

Posso dire con tutta tranquillità di... essere una persona felice.

Oggi ho uno **stile di vita straordinario**, sono sposato da 10 anni con una donna che amo ogni giorno di più, ho due splendidi bimbi, e fra le cose più straordinarie c'è... il mio lavoro!

**Si, perché... è anche la mia passione!**

Sai cosa significa **non subire** “l'ansia del lunedì mattina”?

Avere la sensazione di **lavorare per il proprio futuro e non per quello di qualcun'altro**? Queste cose sono, per me, la regola oggi. Eppure (l'ansia da lunedì mattina e lavorare per il futuro di qualcun'altro) sono sensazioni che conosco benissimo. È vero che oggi la mia è una realtà straordinaria, ma non è sempre stato così.

Per arrivare a viverla ho dovuto superare tantissime prove, moltissime pressioni, sia interne che esterne. Ho dovuto superare grandissime difficoltà e ho spesso incontrato ostacoli nei quali mi sono incagliato e dai quali mi sembrava di non riuscire a liberarmi. Sono stato legato a realtà delle quali mi sentivo **schiaivo** e che spesso hanno letteralmente provocato in me il terrore per il futuro.

---

Ho vissuto *l'ansia da inizio settimana* e quella dell'*abbastanza poco denaro per potermi permettere una qualsiasi cosa*, di poterla permettere ai miei figli e alle persone che amo.

Hai presente un bimbo che chiede al suo “babbo natale” il regalo che si è tanto meritato (e che ha tanto desiderato) e quel suo babbo natale non se lo può permettere?

Allora gli dici: “*Magari il prossimo anno, magari devi essere più buono*”, ma sai che è una delle più grandi e peggiori bugie che un uomo possa dire. Quel bimbo è un angelo. Sì, ma è l'amore quello che conta (starai pensando). Non posso che essere completamente d'accordo con te. Eppure ci sono momenti in cui vorresti fare di più. Non so se anche tu hai mai vissuto qualcosa del genere.

Ma allora, ti chiederai, come sono passato dal conoscere tutte queste sensazioni “negative”, alla vita di alta qualità di oggi?

Beh, per iniziare devi sapere che durante gli anni ho letto tantissimi libri e frequentato una marea di corsi.

Ognuno di questi ha lasciato dentro me un segno profondo e, ognuno di loro (bello o brutto) è stato **fondamentale** per farmi

---

diventare la persona che sono ora. Malgrado questo, però, mi sono accorto che nella maggior parte dei casi in tutti quei libri e in tutti quei corsi mancava qualcosa: mancavano i fallimenti. Mancavano gli errori, quelli terrificanti, quelli che ti fanno sentire perso e preso a calci nello stomaco.

Mi sono accorto che mancavano tutti quei momenti in cui uno si guarda intorno e gli sembra di non avere nessun appiglio al quale sorreggersi, grazie al quale poter riemergere. Mancavano i momenti in cui *“tutte quelle belle parole”* non servono proprio a niente, anzi, ti fanno sprofondare ancora di più se possibile!

Per esempio... hai mai vissuto la sensazione di “sentire” di essere sulla strada giusta, di fare tutto ciò che è necessario e, malgrado questo, le cose continuano a non andare per il verso giusto? Anzi, vanno sempre peggio fino a farti pensare che forse sei tu quello sbagliato?

A me è capitato tantissime volte, e non riuscivo a darmene una spiegazione. Per questo ho deciso di partire proprio da qui, da PiùChePuoi, da tutto quello che c'è stato dietro e di come ci sia arrivato.

---

Ho deciso di partire dalla mia storia, dai miei fallimenti, dalle mie disperazioni e dai miei errori.

Dalle mie ansie del lunedì mattina e dal mio sconforto quando mi accorgevo che stavo lavorando per tutto fuorché per il mio futuro. Forse puoi capire cosa intendo, magari è accaduto in qualche momento della tua vita e oggi spero che, anche attraverso la mia esperienza personale, tu possa trarre spunti utili per ottenere ciò che veramente vuoi. Quello che vedi ora, i miei successi, la vita che “volevo” finalmente realizzata, sono solo la punta dell’iceberg.

Ma la strada per arrivare fino a qui è stata tortuosa e niente di tutto quello che “sono” o che “ho” in questo momento è arrivato per caso. Proprio il capire che niente accade per caso, in effetti, è un primo passo che puoi fare per mettere la tua vita nella direzione di ciò che vuoi. Ecco perché la cosa sulla quale mi sono concentrato per te è stata guardarmi indietro e cercare di individuare quali sono le cose che hanno fatto **la differenza** per me: ho individuato 5 elementi che hanno veramente...**cambiato la mia vita.**



---

Mi piaceva l'idea di paragonare queste 5 cose, idealmente, a 5 chiavi. 5 Chiavi che aprono una porta, quella che schiude il mondo del possibile. Voglio raccontarti la mia esperienza perché, guardandomi dall'esterno, a molti può sembrare che per me “sia sempre stato così”. Ricevo moltissime e-mail che me lo confermano.

Dicono cose del tipo “*Ma tu sei fortunato, beato te che sei così ecc. ecc. ecc.*”, tutta questa gente non sa che sono stato nelle condizioni più disperate, a livello sia personale che finanziario. È giunto il momento di raccontarlo.

Spesso guardiamo le persone che riteniamo “di successo” come persone “diverse”, come supereroi, come quelli che “hanno la soluzione in tasca” e alle quali va sempre tutto bene, che prendono sempre le decisioni giuste e che sanno sempre dove andare. Niente di tutto questo.

Il percorso all'interno di questo mio lavoro sarà questo: partirò dalla mia storia, ma sarà solo un pretesto per... passare subito dopo alla tua!

---

Sarà come se fossero mescolate, quasi facessero parte dello stesso *percorso*. Ti farò vedere come, molte volte, le storie si incrociano. In questo caso si incroceranno la mia e la tua.

Crea la vita che vuoi.

Promessa forte vero?

Immagina una porta davanti a te, uno di quei bei portoni antichi, di legno massiccio, di quelli con le maniglie dorate, di quelli che solo a guardarli ti viene da dire: cosa ci sarà dietro? Su questa porta ci sono 5 serrature all'interno delle quali devi inserire le 5 chiavi.

È la porta che apre **il mondo del possibile**. Scopriamo insieme quali sono queste 5 chiavi. Benvenuto!

---

## **CAPITOLO 2**

### **La Prima Chiave**

Per introdurre la prima chiave, come ti ho detto, voglio prima di tutto presentarmi raccontandoti la mia storia. Ti dico subito che non sarò brevissimo, voglio scendere nei particolari perché molte volte sono quelli a fare la differenza. Sarà lì, proprio in quei particolari, che potresti trovare punti in comune o “idee preziose” per la tua vita.

Dopo la mia storia, infatti, parleremo della tua, vedremo come si incastra perfettamente in alcuni punti chiave di cui ti parlerò più avanti e, soprattutto, scopriremo insieme la Prima Chiave che apre il mondo del possibile, la prima cosa che ha fatto una grande differenza nella mia vita (e visto che l’ha fatta nella mia può farla benissimo anche nella tua).

Ti dico anche che è la primissima volta in assoluto che svelo la mia vera storia in pubblico, e quindi mi accompagna una grande emozione. Emozione che spero ti arrivi attraverso le mie parole.

---

Vediamo insieme la mia..e la tua storia?

## **2.1 La mia Storia**

Sono nato a Roma, il **15 Giugno del 1974** e posso dire con tutta tranquillità di aver vissuto un'infanzia serena.

Mio padre e mia madre, pur partendo da 0 (anzi, da sotto zero) e non senza pochi sacrifici, erano riusciti comunque a crearsi una situazione più che dignitosa. Mio padre artigiano, mia madre lavorava in un grande albergo. Il periodo per l'Italia era anche molto buono, non ci mancava davvero nulla. Per di più... nella prima parte della mia vita ero considerato **“un piccolo Chopin”** !

Mia madre mi racconta sempre di quando avevo più o meno 2 anni, ancora non parlavo, lei mi metteva sul seggiolone mentre mi preparava la pappa. Per farmi stare buono mi dava in mano di tutto! Fra questo “di tutto” c'era l'organetto a bocca di mio padre. Le piace raccontare che un giorno, mentre mi preparava la pappa, sentì una melodia uscire da quell'organetto, era un “tanti auguri a te”. Si voltò pensando fosse arrivato mio padre, invece ero io! Un bimbo di 2 anni che neanche parla ma già suona... lo credo fossi considerato un piccolo Chopin!!

---

Come ti dicevo ho vissuto un'**infanzia felice e serena**.  
Qui avevo 4 anni ed ero vestito da Zorro (carino eh?!)



A 5 anni ho iniziato a studiare pianoforte (avevano già provato svariate volte a portarmi da insegnanti di musica ma fino ai 5 anni non mi prese nessuno, avevo le manine troppo piccole, così dicevano) e verso i 6 a giocare a pallone.

Mi riuscivano bene entrambe le cose direi. La musica... beh, era la mia passione e per quanto riguarda il calcio vinsi diversi campionati, diversi trofei come miglior portiere, feci parte della rappresentativa regionale e partecipai ai provini per alcuni dei più importanti settori giovanili di squadre di serie A.

---

Insomma, era tutto praticamente **PERFETTO!** Una specie di favola.

Verso i **15 anni** però la mia vita ha avuto un brusco cambio di rotta. Così, da un giorno all'altro, senza che nessuno ci avvisasse o ci desse il tempo per prepararci mentalmente.

Si, è vero, qualche avvisaglia a ricordare bene c'era stata, ma sai quando uno vive lasciando scorrere le cose e senza pensarci dice "Beh dai, sarà un momento".

Arrivò il giorno della verità, nel modo più duro e crudele possibile, come un timbro indelebile messo con forza su un foglio: mio padre fu vittima di una grandissima truffa. Purtroppo non aveva saputo gestire quel momento.

Il momento della verità fu come un tonfo, un pugno allo stomaco che ti lascia senza fiato, improvvisamente in pochi secondi il silenzio piombò dentro di noi...ma uno di quei silenzi che diventano assordanti, che rischiano di farti impazzire. Quello che fa male di un silenzio così non è il silenzio stesso, ma l'eco che

---

produce nel silenzio in cui è immerso. Se ne hai mai sentito uno sai di cosa sto parlando.

Improvvisamente era venuto a mancare in quella casa non solo il denaro, ma anche la serenità. Ci ritrovammo scaraventati in una nuova realtà che ci era assolutamente sconosciuta. Ti è mai successo qualcosa di così stravolgente che ti guardi intorno e dici: e ora? Ecco, a noi non veniva da chiederci neanche: *e ora?*

Completamente intontiti, inermi, del tutto in balia degli eventi come una nave sbattuta a forza sugli scogli senza possibilità di poter in qualche modo reagire.

Ti assicuro che il denaro che era venuto a mancare non era poco (ti parlo di centinaia di milioni delle vecchie lire) ma per uno come me, cresciuto in un ambiente “ovattato”, se così possiamo definirlo, la cosa più importante che era venuta a mancare era la serenità, improvvisamente perduta in quella famiglia ormai “*ex felice*”. Non più un sorriso, non più una parola dolce, non più le risate all’ora di cena. Niente, nada, così, da un istante all’altro.

---

Quell'estate **iniziai a lavorare**, prima in un bar, poi in un ristorante (poi in tutte e due insieme). A settembre, ricominciando il periodo scolastico, iniziai a dividere il mio tempo fra lo studio e il lavoro.

Furono le mie prime esperienze lavorative e, seppur avessi solo 15 anni, almeno di quelle porto un bel ricordo dentro di me. Devo dire di avere incontrato dall'altra parte persone sempre disponibili (come i miei titolari per esempio). Ripensandoci ora forse lo erano semplicemente perché gli facevo tenerezza, ma questo non conta, sta di fatto che mi trattarono sempre molto bene.

Alla **fine degli anni scolastici** arrivò il primo vero punto di svolta. In quei 3 anni che intanto erano passati i guai di famiglia non si erano per nulla addolciti, al contrario ogni giorno sembravano aprirsi voragini sempre più grandi.

Come ti ho detto infatti la situazione era completamente sfuggita di mano a mio padre, tanto che prima del “giorno della verità”, per cercare di mettere delle toppe, si era rivolto anche a persone... poco raccomandabili, diciamo così, per farsi prestare dei soldi.



---

Quei visi li ricordo ancora, li vedevo in ogni angolo di strada, li trovavo sotto il portone, sembrava scrutassero ogni nostro movimento (anzi, non sembrava, era proprio così). Ho vissuto con il terrore di vivere e uscire di casa. Come ti dicevo la fine degli anni scolastici ha coinciso con il primo grande momento di svolta...la scelta. Avevo avuto due proposte.

La prima era quella di aprire un locale in società con il principale del bar in cui avevo lavorato in quegli anni (mi disse “*Non preoccuparti, lo apriamo in società e i soldi me li ridai un po’ alla volta.*”). La seconda, di fare un tour con un importante gruppo musicale italiano (ah, dimenticavo, nel frattempo il piccolo Chopin aveva studiato musica ed aveva iniziato a fare serate con alcuni gruppi musicali composti da amici... i mitici Elisendra!! Neanche ricordo più perché avevamo scelto quel nome!)

Arrivò però anche la terza proposta (o meglio possibilità). Per far contenti i miei, infatti, avevo partecipato a vari concorsi e colloqui.

---

Uno di questi lo avevo passato per cui c'era la possibilità del fatidico “**posto fisso**”.

**Cosa scegliere in quel momento?** La possibilità del *poco ma sempre e sicuro*? Oppure **seguire i miei sogni** (o comunque qualcosa che fosse più in sintonia con il mio modo di essere)?

Guardandomi adesso cosa risponderesti? “Sicuramente hai seguito i tuoi sogni!”.

Invece no.

Per quanto mi riguarda posso dirti che, con assoluta certezza, fosse stato per me non avrei avuto difficoltà a scegliere! Quel “posto fisso” era talmente distante da quelle che erano le mie caratteristiche personali da essere...l'ultimo dei miei pensieri!

Però è anche vero che venivo da anni difficili, sapevo che avere un “figlio sistemato” avrebbe regalato serenità ai miei (quella che mancava da così tanto tempo). La scelta non fu semplice, lo ricordo benissimo (così come ricordo benissimo tutte le telefonate di zii, nonni, cugini, parenti, amici e amici degli amici, ognuno di loro pronto a dirmi cosa dovevo fare).

---

Per questo dico sempre: scegli con la tua testa!...Eppure quella volta, per far felici i miei, alla fine decisi per quel posto fisso. Mi sono ritrovato così all'età di **19 anni** ad andare a vivere a **600 km da casa**, con un lavoro che, come ti dicevo, non poteva essere il più distante da quelle che erano le mie caratteristiche personali. Probabilmente per la prima volta nella mia vita mi sentii davvero solo.

Sono stati **anni difficili** quelli, molto difficili. Non ti nego che ci ho messo molto per riprendermi, che ho passato momenti di angoscia, di solitudine, di tristezza asfissiante. Da una parte i miei, felici per quel "*figlio sistemato*", dall'altra io, con quella vita così distante da come l'avevo sempre immaginata.

**Perché stava accadendo proprio a me, mi chiedevo? Perché proprio io?**

Ricordo un giorno, ero all'ultimo piano di un palazzo, sul corridoio, lunghissimo. E mi venne un'idea assolutamente... malsana, totalmente censurabile. Alla fine di quel corridoio c'era una finestra...non puoi neanche immaginare per quanto tempo l'ho fissata e... di quanto mi attirasse. Sì, avevo proprio

---

quell'idea in testa, quella che oggi non voglio nemmeno nominare!

Avanzai di qualche passo, poi indietreggiai, poi avanzai di nuovo avvicinandomi fino a guardare giù. Era il 14 di Febbraio, gli innamorati si scambiavano dolcezze sul prato che si estendeva quasi a perdita d'occhio sotto quel palazzo. Probabilmente avrei rovinato la loro festa ma... non fu quello a fermarmi, non ricordo cosa sia stato. Ricordo solo che dopo quegli interminabili minuti girai le spalle a quella finestra e indietreggiai, questa volta definitivamente.

Nella vita capitano, a volte, momenti particolari. Che hanno la funzione di "spartiacque". Magari qualche volta sono accaduti anche a te. Quello fu uno dei miei, avevo raggiunto condizioni troppo esasperate per poterle definire "vita".

Avevo ormai voltato le spalle a quella finestra, era dunque il momento di iniziare a reagire o almeno a cercare di farlo. Iniziai a cercare qualcosa che mi facesse stare bene.

---

A livello personale ricominciai a fare **volontariato** (prima con il Telefono Azzurro / Rosa e poi con i City Angel, a stretto contatto con le realtà “di strada”). Nel frattempo mi ero sposato.

Con mia moglie è stato un amore “fulminante”. Decidemmo di sposarci in brevissimo tempo (lei è straniera per cui abitavamo molto distanti). È stato uno di quegli amori appassionati, dolci, pieni di tante piccole cose. Ricordo anche che mentre preparavo la casa nella quale avremmo abitato attaccai sul soffitto della camera da letto tante stelline fluorescenti, in modo che, io e la mia principessa, avessimo potuto dormire ogni notte sotto un cielo stellato.

A livello sentimentale andava tutto benissimo, ci amavamo alla follia, così come ci amiamo ancora. Alcune scelte affrettate, però, fatte comunque con molta leggerezza, mi avevano portato a vivere una **situazione finanziaria disastrosa**.

Per sposarmi avevo dovuto chiedere dei prestiti, i miei non potevano certo supportarmi. E anche per prendere casa in affitto, versare i tre mesi di anticipo, acquistare quei pochi mobili. Prestiti

---

su prestiti e presto arrivò il momento in cui... lo stipendio non bastava più per pagare i creditori, tutto qui. In poche parole i prestiti (le uscite) superavano le entrate (lo stipendio). Immagina, bancomat bloccato..carte di credito bloccate...

Non raccontai mai niente ai miei (ancora oggi non lo sanno).

Ricordo le loro telefonate, insieme a quelle di mia sorella: “*Tutto bene Italo? Sì, tutto bene*”.

Probabilmente risale ad allora quello che posso definire “**il giorno più brutto della mia vita**”. Ricordo che a casa avevamo il frigo vuoto (e se dico vuoto intendo VUOTO) e che andai al supermercato per vedere se c’era qualcosa da mettere sotto i denti che potessi comprare con quei pochi spiccioli che avevo in tasca. Non c’era nulla, o quasi. C’era un pacco di fette biscottate in offerta, la sorpresa però arrivò quando fu il mio turno alla cassa. La signorina passò le fette biscottate sotto il lettore ottico e... magia... non leggeva lo sconto (per cui quelle fette biscottate erano a prezzo pieno).

---

La differenza non era molta, qualcosa come 150 delle vecchie lire... eppure io non le avevo. Ricordo ancora i visi della gente in fila dopo di me, in quel momento mi sembrava avessero un'espressione di accusa, ero lì e stavo facendo perdere tempo a tutte quelle persone per 150 lire. Mi sentivo annichilito dai loro sguardi, come se fossero dei giudici per molti versi.

Dovetti riposare le fette biscottate. Quella sera piansi nel letto, piansi disperato. Pensavo e ripetevo di essere **un fallito**.

Fu quella sera che mia moglie mi guardò negli occhi e asciugandomi le lacrime mi disse: *“Non sei un fallito, tu sei un eroe. Hai scelto l'amore piuttosto che il denaro e queste sono scelte che fanno solo gli eroi. Non sei un fallito, tu sei un eroe”*.

In effetti non era stata una scelta vera e propria, ovvero non “o l'amore o il denaro”: la vera scelta era stata quella di affrontare la situazione. Volevo qualcosa (lei) e non mi importava cosa ci fosse di mezzo, ero pronto a rischiare tutto. Questa era stata la vera scelta.

---

Poche semplici parole “*non sei un fallito, sei un eroe*”, ma che hanno avuto la capacità di cambiare la mia prospettiva.

Aveva ragione, avevo combattuto soldati e draghi dalle lingue infuocate, ero stato catapultato da un giorno all’altro da una realtà “ovattata” a una di profondo bisogno e disperazione. Ero stato solo, tremendamente solo, molte volte con la perfida sensazione dell’*io contro tutti*, avevo cercato di riprendermi, avevo lottato, ero caduto, mi ero fatto male ma non mi ero mai lasciato andare. Ero lì, è vero, in un momento di debolezza, ma chi non ha momenti di debolezza nella propria vita?

Aveva ragione lei: **ero un eroe**. Fu così che da quel momento i miei pensieri e le mie azioni iniziarono ad adeguarsi al mio nuovo ruolo. Ti direi una bugia dicendoti che cambiò subito tutto all’istante, ci furono ancora momenti difficili ma... non era più come prima, tutti i pezzi del puzzle avevano ormai iniziato a ricomporre il grande disegno.

Iniziai a cercare **alternative lavorative**, lavorai nel **Network Marketing**, feci il **venditore** di contratti telefonici, fui sul punto



---

di aprire una **società di informatica** insieme ad alcuni amici. La situazione economica aveva iniziato a sistemarsi, non dico che potevamo andare a cena fuori tutti i sabati sera ma sicuramente il frigo era sempre pieno (e le bollette pagate (quasi sempre!)).

La verità? Tuttavia scoprii ben presto che neanche quella era una soluzione: si trattava di un palliativo. Sì, dal punto di vista economico risultarono tutte ottime e utili opportunità (che oggi consiglieri), fu grazie a questi lavori che iniziai a riprendermi economicamente.

Ma il vero problema era un altro: ricordo... come **una grande idea** che mi girava in mente, anche se ancora non definita, informe. Era qualcosa che volevo realizzare ma che... non riuscivo a mettere a fuoco. Qualcosa che mi faceva perdere interesse in altre cose, benché fossero valide opportunità di sistemarmi economicamente. Poi un giorno nacque il mio primo figlio, Manuel.

Ero sul tavolo intento a scrivergli una lettera, volevo lasciargli qualcosa che avrebbe potuto leggere quando sarebbe stato più

---

grande, qualcosa che racchiudesse i miei auguri per quella sua nuova vita insieme alle mie emozioni.

Eppure mi accorgevo che più scrivevo e più... ecco, quelli non erano auguri, ma un riflesso dei miei desideri. Io ero il padre, dovevo essere un esempio per lui e non riversargli addosso i miei desideri inespresi o irrealizzati. Allora presi tutti quei fogliettini e li strappai, ne presi uno più piccolo e ci scrissi sopra:

*“Più che puoi è il nostro semplice augurio. Benvenuto Manuel”.*

Ecco, “più che puoi” sì che mi sembrava un augurio, voleva dire che auguravo a quella piccola persona che qualsiasi cosa avesse voluto fare o essere nella sua vita, avrebbe potuto esprimerla al 100%.

Iniziai da quel momento a scrivere i miei pensieri online e quell'individuo “costretto” in qualche modo a seguire giornalmente quella specie di blog che avevo aperto (e che si chiamava proprio “PiùChePuoi.it”) ebbe un notevole impatto sulla mia vita. Mi accorsi improvvisamente di **vivere**

---

**quotidianamente** quelle “belle parole” e che, finalmente, iniziavano a funzionare nella mia vita (proprio perché le vivevo ogni giorno).

Sono stato da sempre appassionato alle tematiche dello **sviluppo personale** nel senso più ampio. Già da giovanissimo le mie letture erano state *Dale Carnegie*, *Anthony Robbins*, ma non solo, leggevo testi di *Medicina Naturale*, di *Metafisica*, delle più importanti *discipline spirituali*. Per questo mi ero chiesto spesso come mai la mia vita potesse essere così distante da quella che leggevo nelle loro parole.

Non so se hai presente cosa intendo... queste persone definiscono la vita come una cosa meravigliosa... ma a te non va proprio in quel modo. Quella era la mia situazione, e mi sono chiesto tante volte: “perché”? In quel momento, finalmente, avevo visto e toccato con mano che la mia vita stava cambiando grazie a tutto questo, grazie al fatto che ero in qualche modo “costretto” a seguire ogni giorno quel “più che puoi” che avevo creato.

---

Ero stato obbligato in qualche modo a pensare costantemente in modo diverso. La mia vita improvvisamente si stava trasformando. **Ecco cosa volevo...**

Il resto è storia recente. PiùChePuoi come sai non è più un blog ma un vero e proprio PORTALE della crescita personale, che attira **oltre 2 milioni di visitatori ogni anno**. Non ci scrivo più solamente io (anzi, a dire il vero ci scrivo pochino) ma un Team... permettimi di definire STRAORDINARIO.

Prima che “professionisti ed esperti” cerco di contornarmi soprattutto di persone che non solo abbiano studiato quello che dicono ma che, soprattutto, ne abbiano esperienza diretta. Questo fa una grande differenza, la differenza che c’è fra quelli che *“l’hanno fatto”* e quelli che *“ne hanno sentito parlare”*. Sono persone straordinarie, credimi.

Ecco cosa volevo: un posto che, in contrapposizione al mondo che ci ricorda in ogni momento tutto ciò che **NON** possiamo fare, essere, realizzare, ci ricordasse proprio il contrario, ovvero tutto ciò che **POSSIAMO** essere, fare, realizzare, non solo dandoci la

---

spinta motivazionale (quella che mi è mancata per così tanto tempo, per questo mi sentivo spesso sfiduciato!) ma anche e soprattutto gli “strumenti operativi”.

Tante volte mi ero sentito sul punto di ripartire, di rinascere, ma era come... come se ogni volta mancasse qualcosa. Non sapevo da dove iniziare. Ecco cosa significa “strumenti operativi”. Strumenti operativi significa: “**come.**” Oggi quel “posto fisso” è solo un vago ricordo. La mia passione, infatti, è diventata anche il mio lavoro. Vivo una vita felice, con una moglie fantastica e due splendidi bimbi. Continuo ogni giorno ad imparare, a crescere, a fare cose nuove, cercando di... ecco, cercando di **ispirare gli altri a fare altrettanto**, perché la mia esperienza sia di utilità a più persone possibile.

## **2.2 Cosa è successo?**

Ora mi sono presentato, l’ho fatto sicuramente perché mi faceva piacere conoscerci, ma anche perché credo che guardandosi indietro si possano scoprire delle cose straordinarie.

Sono stato “fortunato”? “Ho” o “ho avuto” sempre la soluzione in tasca e a portata di mano?

---

Una delle cose più importanti che ho imparato nella vita è che **non conta da dove parti, ma dove vuoi arrivare**. Spesso la routine, la poca attenzione e la fretta ci impediscono di farlo, eppure hai visto quali erano i miei sogni, quali sono stati i miei momenti più difficili, i miei punti di svolta.

E se ora ti chiedessi: **quali erano i tuoi sogni da bambino/a? Quali sono stati i tuoi momenti più “pericolosi”? Quali i tuoi punti di svolta?** Dopo essermi presentato io, vorrei che ora lo facessi tu. Non posso ascoltarti in questo momento ma, ti assicuro, se chiudi gli occhi e cominci a pensare, sarà come se fossi lì con te

Vorrei che ritornassi indietro nel tempo, a quando eri bambino, alla tua infanzia, agli anni della tua adolescenza. Vorrei che riportassi alla mente i tuoi momenti più importanti, quelli che “hanno fatto la storia”, la tua di storia ovviamente, che è quella che conta davvero. Vorrei che iniziassi questo viaggio a ritroso anche perché è il requisito fondamentale per scoprire insieme **la prima chiave**, quella che inseriremo nella prima serratura di quel bellissimo portone che schiude il mondo del possibile.

---

## **La tua storia**

Vorrei che dedicassi in questo istante qualche minuto alla tua persona, qualche minuto tutto per te. Ti spiego la breve e semplice procedura:

- 1) Chiudi gli occhi e fai 3 respirazioni profonde. Calma la mente e liberala da tutti i pensieri
- 2) Con gli occhi della mente torna indietro nel tempo, fino al giorno in cui sei nato/a. Osserva le persone che ti circondano, senti le loro voci, ascolta le reazioni e le sensazioni del tuo corpo. Vivi questo viaggio in prima persona, associati a quello che vedi.
- 3) Una volta tornato/a al primo giorno inizia a ripercorrere la tua vita e soffermati su ognuna di quelle che, riguardandola a posteriori, potresti definire una tua “tappa importante”. Rivivi quella tappa, senza giudizio. Che sia un evento positivo o negativo non importa, fa comunque parte di te. Vivi con intensità ogni tappa importante della tua vita e, una volta che l’hai rivissuta, passa alla successiva.
- 4) Una volta che hai rivissuto tutte le tappe più importanti della tua vita prenditi il tempo necessario per tornare all’oggi e, quando sarai pronto/a riapri gli occhi e prosegui nella lettura.

---

Per aiutarti ho preparato un file mp3 nel quale ti guiderò con la mia voce “indietro nel tempo” che se vuoi puoi scaricare gratuitamente da internet a questo indirizzo: [\(troverai](#) l’indirizzo all’interno del libro). Una cosa prima di iniziare: siamo tutti (me compreso!) abili “rimandatori” ☺. Nel senso che spesso diciamo “*ok, lo faccio dopo*”... bene, ti avverto che in questo caso non vale!

Ovvio, nessuno può controllare se farai questo piccolo esercizio o se ascolterai l’mp3 adesso o no, ma ti dico che se non lo farai ora, in questo preciso istante (se è stato inserito qui non è un caso, credimi) **tutto quello che leggerai dopo, perderà gran parte della sua efficacia**. Ti invito quindi a “prestarti attenzione” per qualche minuto. Chiudi il libro e fai questo piccolo “viaggio nel tempo” oppure scarica il file mp3.

Alla fine ritorna qui, su questa pagina, perché insieme, scopriremo la prima chiave.





## OMAGGIO

Scarica l'mp3 "La tua Storia" **NOTA: ALL'INTERNO DEL LIBRO TROVERAI L'INDIRIZZO PER SCARICARE QUESTO E ALTRI BONUS**

### 2.2 Fatto?

Fatto? Bene. È stato bello riportare alla mente i tuoi ricordi vero? Hai rivissuto con tutti i sensi le tue esperienze, hai riscoperto i sogni che avevi da bambino, hai individuato i momenti più duri e quelli di svolta. Come hai visto se ci guardiamo indietro possiamo definire la nostra vita come **un percorso a tappe**. Sei d'accordo?

E se ora ti chiedessi: **qual è la prossima tappa?**

Cosa vuoi per il tuo futuro? Quali sono i tuoi obiettivi? La nostra promessa iniziale è: vivi la vita come tu la vuoi. Ma **cosa significa per te "vivere la vita che vuoi"**? Rispondi a questa domanda: cosa significa per te "vivere la vita che vuoi?"

Hai risposto? Bene, se la tua risposta è qualcosa del tipo: "*voglio essere felice*", "*voglio essere sereno/a*", "*voglio essere*

---

*realizzato/a*” ecc. ecc. ecc... mi dispiace ma sono tutte risposte sbagliate!

~~Voglio essere felice~~

~~Voglio essere sereno/a~~

~~Voglio essere realizzato/a~~

### 2.3 Cosa vuoi dalla tua vita?

Perché “*voglio essere felice, sereno/a, realizzato/a*” sono tutte risposte sbagliate? Perché **non significano nulla**, tutto qui.

È come se salissi in macchina e dicessi: vado al nord. Quando sapresti di essere arrivato? Mai! Il nord può essere la Svizzera, la Norvegia, può essere la Finlandia. Capisci che dicendo qualcosa del tipo “voglio essere felice, sereno/a, realizzato/a” (=voglio andare a nord!) non hai detto

---

praticamente nulla? **La gente è insoddisfatta non perché non ottiene risultati ma perché non sa cosa vuole.**

Infatti, questa è la prima chiave:



## **2.4 Quando arrivi?**

Durante un seminario incontrai alcuni amici. Mi chiesero subito come andava PiùChePuoi, sapevano che era il mio sogno, la mia passione, sapevano che era tutto quello che volevo dalla vita e che il mio desiderio più grande in quel momento era poter vivere di quello.

---

“Allora Italo, hai lasciato il tuo vecchio lavoro? PiùChePuoi è ora la tua attività principale?” Guardando da fuori la risposta non potrebbe che essere stata “sì”. PiùChePuoi.it era già un sito conosciuto, uno di quelli che nell’area di interesse attirava più visitatori, che sfornava ogni giorno nuovi contenuti, al quale collaboravano moltissimi professionisti.

“Allora Italo, è diventata la tua attività principale? Hai lasciato il tuo vecchio lavoro?” Avrei voluto rispondere di sì a quelle domande, non sai quanto avrei voluto ma, ahimè, dovetti rispondere la verità: no. Allora iniziai (convintissimo) a snocciolare una serie di motivi per i quali PiùChePuoi non era ancora la mia principale attività: *“ho comunque una famiglia sulle spalle, prima di farlo devo avere le spalle coperte, ancora non sono così sicuro della solidità del progetto, ho ancora bisogno di vedere come va, ecc. ecc. ecc.”*

Ero convintissimo di tutto ciò che dicevo, infatti quando abbiamo una convinzione (di qualsiasi tipo, quindi sia positiva che negativa) il nostro cervello fa di tutto per rendere questa convinzione plausibile, fornendoci una serie di dati e prove

---

concrete che possano in qualche modo appoggiarla. Alla mia risposta le reazioni dei miei amici erano generalmente del tipo: *dai, sicuramente ce la farai, magari serve ancora un po' di tempo*. Quella di uno di loro, però, mi incuriosì. Non fu una risposta, ma una domanda.

Dopo aver “snocciolato” per l’ennesima volta tutte le ragioni per le quali PiùChePuoi non era ancora la mia attività un mio amico mi disse: *“Ok Italo, quando credi di poter definire tutto questo concreto? A quale cifra metti “il paletto” per dire: ok, è quello che mi serve per potermi dare da vivere? Quanti visitatori dovrai avere per dire: ok, è una cosa solida? Per quanto tempo di seguito dovrai avere questi risultati per farti capire che non era ‘un momento’?”*

La verità? Non lo sapevo. Rimasi lì a bocca aperta: stavo andando da qualche parte ma non sapevo quando sarei arrivato.

Mi sembra di ricordare un viaggio che feci in un paese latinoamericano anni fa. Le autostrade erano semplicemente “strade più grandi” e le indicazioni... semplicemente non c’erano. Dovevo andare da una città all’altra e, credimi, avrei potuto

---

camminare per anni senza sapere di essere arrivato. Non c'era un cartello "Benvenuto a XXX", capisci? Non che lo volessi in italiano, bastava anche un "Bienvenidos en XXX", lo avrei capito ugualmente! Soltanto non c'era. Quanto sarei potuto andare avanti? Direi all'infinito e se non fosse stato per la guida, un ragazzo del posto che si era offerto di farci strada, sicuramente sarei stato ancora lì a girare intorno al medesimo punto... senza sapere di essere già arrivato da tempo!

La stessa cosa stava accadendo con PiùChePuoi. Andavo avanti, ma non sapevo quando sarei arrivato. Nota: a quel punto PiùChePuoi mi permetteva già di guadagnare in modo costante circa il doppio di quello che guadagnavo con il mio "posto fisso", i visitatori erano in continuo e concreto aumento da circa 2 anni. Ma io non avevo un punto di arrivo, capisci?

Quel giorno stesso misi nero su bianco i miei "paletti", i miei punti di riferimento. Qualche mese dopo ero all'ufficio amministrativo per consegnare la domanda di licenziamento. A quel punto, sapevo di essere arrivato, ma se non avessi definito prima i miei desideri, se non li avessi messi in chiaro con me

---

stesso in modo da comprendere quale fosse il punto di arrivo così da avere dei riferimenti, non sarei mai arrivato.

Per questo dire “voglio essere felice”, “voglio essere sereno/a”, “voglio avere successo”, non significa niente. Potresti girare per anni intorno al risultato senza sapere di essere arrivato. Per questo è importante snocciolare in qualche modo i tuoi sogni, i tuoi obiettivi, i tuoi desideri. Renderli concreti dandoti dei punti di riferimento, appendere virtualmente quel cartello con scritto “Benvenuto a...”

## **2.5 La Differenza che fa la differenza...**

Capisci qual è “la differenza che fa la differenza”? Quando ho cercato alternative lavorative nel Network Marketing, nel lavoro da venditore, nella società informatica, cosa stavo facendo? Stavo semplicemente “andando verso nord”, capisci? E tu? Stai andando “verso nord” o verso una città specifica?

Malgrado quelle attività mi abbiano lasciato dentro qualcosa di veramente importante, ognuna di loro però rappresentava per me semplicemente l’andare verso nord, per questo ero insoddisfatto!

---

Tutto è **cambiato radicalmente** quando ho deciso **dove volevo andare di preciso**. Tutto è cambiato quando ho definito **cosa** voleva dire per me **libertà**. Per te cosa significa libertà? Ancora: stai “andando a nord” oppure verso un luogo specifico? Quali sono le tue prossime tappe?

## **2.6 Cosa significa e come stabilire le tue prossime tappe**

A questo punto se sei una persona intelligente (e sono sicuro che tu lo sia) avrai sicuramente capito che quello di cui hai bisogno in questo momento è di **fermarti** e capire **dove stai andando, dove vuoi andare e come farai a capire quando sarai arrivato**, vero? Si possono stabilire delle tappe in tantissimi modi, questa cosa potrebbe mettere in imbarazzo alcuni, potrebbe trasformarsi in “pressione” e *fattore di stress* per altri.

Volevo prima di tutto tranquillizzarti su questo punto: stabilire delle tappe è qualcosa di **assolutamente normale** ed è qualcosa che fai ogni giorno (anche se la maggior parte delle volte in modo inconsapevole). Vediamo: ti svegli al mattino, sai che devi andare a lavorare e decidi che prima di tornare a casa passerai al negozio di ferramenta per acquistare i chiodi con i quali la sera potrai



---

attaccare il quadro che hai comprato qualche giorno prima. Hai stabilito delle tappe o no? Certo, andare al lavoro, passare dalla ferramenta, acquistare i chiodi, attaccare il quadro. Questo è tutto.

È tutto qui te lo assicuro. Semplicemente stabiliamo tappe per molte cose ma, spesso, non per quelle **più importanti**. Cosa vuoi dalla tua vita? Cosa significa per te “libertà” e come ti accorgi di averla raggiunta? Cosa significa essere felice, sereno, realizzato e cosa ti serve per esserlo?

Tutto qui, te lo assicuro. Ci sono tantissime strategie per porsi degli obiettivi (chiamali obiettivi, tappe o nel modo che ritieni più adatto al tuo modo di esprimerti, nel modo che ritieni a te più familiare) e fare in modo che diventino in qualche modo “*auto realizzanti*” ovvero che siano talmente ben formati che si realizzano da soli. Sì, sono proprio quelli che io chiamo “**obiettivi autorealizzanti**”. Ci sarebbe da aprire un discorso a parte ed **entusiasmante** sugli obiettivi autorealizzanti, quello che voglio darti ora, però, sono i principi chiave, le leve che possono aiutarti a **trasformare i tuoi desideri in obiettivi autorealizzanti**.

---

## 2.7 Obiettivi autorealizzanti

Quando quel mio amico mi disse: *ok Italo, quando ti renderai conto che sarà il momento di lasciare il tuo vecchio lavoro? Quando saprai che la tua passione può darti da vivere?* Beh, si è aperto un mondo davanti a me. In realtà era una cosa che sapevo ma alla quale non avevo mai pensato in modo concreto.

Come ti ho già accennato quella sera stessa misi nero su bianco i miei obiettivi, mi diedi dei punti di riferimento e, qualche mese dopo, mi ritrovai ad essere arrivato (e cosa più importante ebbi così la possibilità di accorgermene). In realtà capii di essere molto vicino al punto di arrivo, bastava qualche piccola correzione o, meglio ancora, bastava semplicemente rendersene conto.

Riguardando quella che è stata la mia esperienza ho preparato per te uno **schema** che puoi seguire, ti aiuterà a chiarire la tua situazione, a fissare i tuoi obiettivi e a fare in modo che diventino autorealizzanti ovvero che si **realizzino in modo spontaneo**. Quello che sto per dirti è semplice ma, come molte cose semplici, ha un potere incredibile: **quello di cambiare la tua vita**.

---

Sebbene come ti dicevo gli obiettivi autorealizzanti possono essere formati con una serie di strategie capaci di aggiungere velocità e concretezza alla realizzazione, posso sicuramente dire che le leve (o i punti più importanti) per la realizzazione di qualsiasi obiettivo sono i seguenti:

**Obiettivo Chiaro.** L'obiettivo deve essere chiaro (in fondo è la prima chiave quindi ormai questo dovrebbe essere stato compreso come **fondamentale**). Quindi gli obiettivi “essere felici”, “essere sereni”, “avere successo”, “essere realizzati” ecc. non significano niente. I nostri obiettivi e le nostre prossime tappe devono essere concrete.

**Obiettivo espresso in tono positivo.** Anche questo è un passo fondamentale. Mettiamo tu voglia dimagrire. Puoi dirlo in due modi: il primo è dire “*non voglio più essere grasso*”, il secondo è “*voglio dimagrire*”. Gli obiettivi autorealizzanti sono obiettivi **espressi in positivo**. Non perché il pensiero positivo sia bello ma perché ogni parola che pronunci crea un'immagine nel tuo cervello.

---

In questo caso se dici “non voglio più essere grasso” l’immagine che si crea nel tuo cervello è sempre quella di una persona in sovrappeso. L’esempio più classico è il seguente: **ti prego di non pensare, mi raccomando, di NON PENSARE, ad un elefante di colore giallo con grosse righe rosse e con in testa una scimmietta con un cappellino da baseball.**

Ci hai pensato almeno per un secondo vero? Meno male che ti avevo raccomandato di non pensarci! Ma funziona così: *ogni parola che pronunciamo (o che udiamo) crea delle immagini nel nostro cervello.* Dobbiamo creare nella nostra mente le immagini dello *stato desiderato* per fare in modo che tutte le risorse si convogliano verso di esso.

Quindi, il secondo passo per rendere un obiettivo (o una tappa) auto realizzante è esprimerla in forma positiva (mettendo come punto di arrivo il nostro stato desiderato e non ciò da cui stiamo in qualche modo fuggendo).

---

## Misurabile

Ricordi cosa mi chiese il mio amico? *Quando ti accorgerai che è giunto il momento di lasciare il tuo lavoro? Quanto dovrai guadagnare per farlo? Quanti visitatori dovrai avere?*

Quello che mi stava chiedendo era di **quantificare**, di rendere quell'obiettivo in qualche modo **misurabile** e quindi concreto.

Facciamo ancora l'esempio del dimagrire: voglio dimagrire, cosa significa?

Quanto vuoi dimagrire? 5, 10 kg? In quanto tempo? Questo significa rendere un obiettivo misurabile. Anche io da bambino, come molti altri, volevo fare l'astronauta! Ma non sapevo in quale ruolo (pilota, scienziato ecc.) in quanto tempo e, soprattutto, perché ☺.

A parte gli scherzi, ricordo che la sera che scrissi quel bigliettino con i miei obiettivi, feci mente locale e, in modo sereno e lucido, scrissi a quanto avrebbero dovuto ammontare le mie entrate per permettermi di lasciare il mio posto fisso e garantire ugualmente alla mia famiglia una vita dignitosa, quanti visitatori avrei dovuto avere e per quanto tempo, per fare in modo che nella mia mente,

---

non fossero visti come “un evento dovuto al caso” ma come “qualcosa di concreto, reale e duraturo”.

Una delle leve che permettono agli obiettivi di diventare autorealizzanti è quella di dargli concretezza rendendoli misurabili.

### **Controllo della direzione e obiettivi intermedi**

Una volta espresso l'**obiettivo misurabile** in **tono positivo** possiamo metterci in viaggio e, una delle cose più intelligenti che possiamo fare, è effettuare dei controlli lungo il percorso.

Anche questa è un'operazione che facciamo in modo continuativo e con naturalezza in molti ambiti quindi possiamo farlo anche per quanto riguarda le cose importanti. Se abbiamo deciso che dopo il lavoro passeremo in ferramenta, acquisteremo i chiodi e torneremo a casa per attaccare il quadro, sarà del tutto normale che strada facendo guarderemo a che punto siamo, non è vero? Ti è mai accaduto qualcosa del genere?

---

Devi fare qualcosa nel pomeriggio, quindi guardi l'orologio per vedere se sei in tempo, capisci che se l'obiettivo è attaccare il quadro alle 20, per capire se sei sulla strada giusta, alle 18:30 dovrai essere in ferramenta ad acquistare i chiodi, vero? Accade, in *modo naturale*, semplicemente non siamo abituati a farlo per le cose importanti come ti dicevo, tutto qui.

Ecco perché è fondamentale fare dei check intermedi. Uno dei miei "sensori", per esempio, uno dei "segnali" che mi avrebbe permesso di sapere se ero sulla strada giusta e avrei potuto lasciare il mio lavoro, era il numero di iscritti alla Newsletter. Le iscrizioni alla newsletter sono un dato molto importante perché segnalano l'interesse che i lettori hanno verso quello che dici e quello che fai. Si dice che il successo o l'insuccesso di una comunicazione è nel feedback che si riceve. Gli iscritti a una Newsletter sono, in questo caso, un feedback importante per capire come stai lavorando.

Se fai un buon lavoro avrai molte persone pronte a seguirti, se fai un cattivo lavoro ne avrai molte meno. Mi dissi così che per

---

essere sicuro di poter lasciare il mio vecchio lavoro avrei dovuto raggiungere i 20.000 iscritti alla Newsletter entro Dicembre.

Ovviamente non stetti lì con le mani in mano, cercai di fare tutto il possibile affinché questo si realizzasse. Misi più contenuti e aggiunsi valore a quanto avevo da offrire. Mancava ancora qualche mese a Dicembre così quello che avevo visto era che per arrivare a 20.000 iscritti a Dicembre sarei dovuto arrivare a 18.000 a Ottobre, e a 19.000 a Novembre.

Cosa feci dunque? Controllai. Il fatto che i miei iscritti aumentavano di 1000 unità al mese mi diede il segnale di essere sulla strada giusta. Non fosse stato così avrei dovuto aggiustare il tiro.

In fondo quando ti metti in auto lo fai sulla tua carreggiata, ma ogni tanto controlli di non aver superato la linea bianca di mezzera, no? Se vuoi arrivare a X in Y tempo, a che punto dovrai trovarti nel viaggio, in diversi momenti, per sapere che sei sulla strada giusta? Questa è un'altra leva importantissima, avere il controllo, segnare dei punti intermedi (anche perché il



---

raggiungimento di un qualsiasi punto, anche intermedio, dà autostima e ci riempie di energia!).

Ho fatto il percorso che porta da Roma a Brescia (e il contrario) non so neanche quante volte. Sono 520 chilometri, non sono tantissimi, non sono pochi, soprattutto se fatti con un'utilitaria.

Ogni viaggio era una storia a sé. Da una parte la voglia di arrivare, dall'altra la prudenza, quel viaggio che sembrava ogni volta più infinito, specie se era un'andata e ritorno in un fine settimana (e soprattutto all'inizio, dopo poco che mi ero trasferito a Brescia, si trattava spesso solo di un fine settimana).

Pensare di partire da Brescia e avere come punto di arrivo Roma significava avere un viaggio lunghissimo davanti, almeno 5 o 6 ore di macchina. Ho imparato così a suddividere il viaggio in tappe, solitamente erano 3. La prima era quando partivo da Brescia e arrivavo a Bologna (tempo di percorrenza medio 1 ora e tre quarti). Il secondo da Bologna a Firenze (circa un'ora, un'ora e mezza). Il terzo da Firenze a Roma (due ore, due ore e mezza).

---

Mettendo dei punti di arrivo intermedi la grandezza del viaggio diminuiva nella mia mente o, per meglio dire, avevo più punti di arrivo. Questo mi incoraggiava ad andare avanti. Non dovevo attendere di essere arrivato a Roma per considerarmi “arrivato” ma potevo darmi una pacca sulle spalle già a Bologna e a Firenze. Questo accade anche nella vita di tutti i giorni. Se ci poniamo obiettivi molto lontani potremmo trovare durante il percorso numerosi *punti di scoraggiamento*.

Se lavoriamo, lavoriamo, lavoriamo e vediamo che il punto di arrivo è sempre lontano tendiamo a credere che sia irraggiungibile. Per questo motivo uno degli elementi chiave degli obiettivi autorealizzanti è mettere degli obiettivi intermedi. Prima di tutto perché questo ci aiuta ad avere un feedback di come stiamo lavorando; inoltre sono convinto che raggiungere un qualsiasi obiettivo, grande o piccolo, ci dia autostima, infonda fiducia nelle nostre possibilità, e forse questa è la cosa più importante. Vedo studenti con libri giganteschi sottomano, stanchi, depressi e delusi, come? Dico io!

---

L'obiettivo è quello di terminare il libro...obiettivo lontanissimo vista l'enorme mole di pagine. Perché non suddividere l'obiettivo più grande in obiettivi più piccoli? Se l'obiettivo finale è "terminare il libro in due settimane" possiamo mettere come obiettivi intermedi i vari capitoli. Entro due giorni i primi tre capitoli, entro la prima settimana i primi cinque, ecc. ecc. ecc.

Lo stesso discorso vale per qualsiasi altra attività e per qualsiasi altro tipo di obiettivo. Vale per tutti, anche per gli imprenditori. Come hai visto, quando mi hanno chiesto "come farai a sapere quando potrai lasciare il tuo lavoro?" mi ero dato una risposta (un obiettivo): 18.000 iscritti a Ottobre e 19.000 a Novembre per arrivare a 20.000 a Dicembre. I punti intermedi (obiettivi a breve e medio termine) danno forza, vigore, autostima. Decidi quello che vuoi, suddividi l'obiettivo (la tappa) più grande in obiettivi e tappe più piccole.

## **2.9 Come faccio a sapere quello che voglio?**

Una delle domande che spesso ricevo è: **ho le idee confuse, come faccio a sapere quello che voglio?** C'è una tecnica molto pratica

---

e ad applicazione immediata: **trasforma le tue lamentele in qualcosa che vuoi!** È semplice.

Se ti ritrovi a dire spesso: *non ce la faccio più a pagare tutte queste bollette*, trasforma la frase in qualcosa del tipo “*voglio avere tutto il denaro necessario (e quantifica quanto) per pagare in serenità tutte queste bollette*”. Se dici spesso “*non voglio più essere triste*” trasformalo in “*voglio essere felice*” (e aggiungi in che modo, mi raccomando).

Questa è una tecnica semplice ma di un'**efficacia incredibile**. **Trasformare le lamentele in qualcosa che vogliamo ci permette di concentrarci sul risultato (e non sul problema), preparando la mente a cogliere i segnali che possono farcelo raggiungere.**

È come un piccolo miracolo che avviene ogni volta. Il nostro cervello è un grande selezionatore. Arrivano al nostro cervello centinaia di migliaia di segmenti di informazioni al secondo, passano allo stato cosciente tutti quei segmenti che lo stesso cervello ritiene “utili” a noi.

---

Seleziona quindi tutto ciò su cui ci concentriamo e cancella automaticamente tutto ciò che ritiene non interessante. Vicino Roma, per esempio, c'è una zona con acque solfuree. Quando ci si avvicina l'odore non è dei migliori te lo assicuro (e se sei mai stato in una zona con acque solfuree sai di cosa parlo, quel misto uovo marcio-cibo andato a male 😊 ), ma basta poco perché quell'odore improvvisamente svanisca. È come se all'arrivo dell'odore il nostro cervello ci avvertisse: ehi, hai sentito questa cosa? La nostra risposta è: sì, l'ho sentita, sono le acque solfuree. Allora per lui diventa subito “non importante” e lo passa in secondo piano (l'odore continua a esserci ma noi non lo sentiamo più).

È un vero miracolo.

La stessa cosa avviene quando siamo in procinto di compiere un'azione importante o quando dobbiamo fare un acquisto particolare, per esempio quando stiamo per acquistare una macchina o quando sta per venire al mondo un bimbo.

---

Improvvisamente intorno a noi vediamo tutto ciò che è compatibile con la cosa sulla quale ci stiamo concentrando: pubblicità di auto, di concessionarie, prove su strada (nel caso dell'acquisto macchina), passeggini, negozi per neonati, pubblicità di libri per neogenitori, sarò mamma, sarò papà, sarò zio, nonno, cugino, nipote e pronipote ☺ e cose del genere (nel caso dell'arrivo di un nuovo bimbo).

Cos'è, prima non c'erano? Ovviamente no, c'erano anche prima, solo che non le vedevamo. La nostra concentrazione non era puntata su queste cose per cui il nostro cervello le scartava in automatico non portandole alla nostra attenzione. Accade sempre, in continuazione, in modo del tutto naturale (è un normalissimo processo neurologico) ma, quando ne siamo consapevoli, è ogni volta come un piccolo grande miracolo. Prova a farci caso, esercitati.

Uno di questi piccoli miracoli, se vuoi saperlo, è appena accaduto. Avevo appena acceso il mio portatile per scrivere un capitolo di questo libro quando, proprio mentre aspettavo che si accendesse completamente e mi desse la possibilità di lavorare, ho visto sulla

---

mia scrivania un libro di Deepak Chopra che era lì chissà da quanto tempo, “Le Coincidenze” (Sperling & Kupfer, 2004). L’ho aperto a caso, come per sfogliarlo, ed è saltata subito alla mia attenzione questa frase: *“tutto ciò di cui abbiamo bisogno, in realtà, è la chiarezza dell’intenzione. A quel punto, se riusciamo a liberarci dal nostro ego, le intenzioni si realizzano da sé”*.

Non fossi stato concentrato sulla scrittura di queste pagine (e in quel particolare momento proprio di questo capitolo e quindi sul potere degli obiettivi e dell’intenzione) probabilmente avrei letto ugualmente quella frase, ma non me ne sarei neanche accorto, non mi avrebbe colpito. Ecco perché è importante conoscere i propri obiettivi e porli in modo positivo. A quel punto le intenzioni, come dice Deepak Chopra, si realizzano da sé.

## **2.10 Le profezie autoavveranti**

Forse avrai già sentito parlare delle profezie auto avveranti, o forse no. Voglio comunque parlarne perché sono qualcosa che viviamo tutti i giorni, spesso senza accorgercene.

---

Ti è mai accaduto (o hai mai sentito qualcuno al quale è accaduto) di acquistare un'auto nuova e, dopo poco, strusciarla, abbozzarla da qualche parte, fare un piccolo incidente? Capita spesso e, spesso, ci ritroviamo a dire: *“guarda tu, con quella vecchia neanche un graffio, appena ho preso questa nuova invece subito, ecco, lo sapevo”*. Capita vero?

Oppure quando ti vesti a puntino, magari per un appuntamento e, prima di uscire, in qualche modo macchi il vestito...*ecco, lo sapevo*. Il problema è proprio questo: lo sapevo.

Ricordati che **la vita è uno specchio dei nostri pensieri**, ci viene presentato davanti sempre ciò su cui ci concentriamo. Nel caso dell'auto nuova, molto spesso, siamo impacciati all'inizio. Non siamo molto pratici e abbiamo paura di graffiarla in qualche modo..ed ecco che, magicamente, la graffiamo. Viviamo nella paura di farlo e, questo, attira tutte le condizioni necessarie per farlo (sia dal punto di vista metafisico, energetico che da quello neurologico). Lo stesso discorso vale per il vestito nuovo, che non deve macchiarsi.



---

### **La vita è uno specchio.**

Uno degli amichetti di mi figlio Manuel ha una mamma molto apprensiva (molto è dire poco). Ogni volta che inizia a sudare ha paura che prenda un raffreddore, per farti un esempio. La stessa cosa capita quando si avvicina qualche festa: il natale, la festa di qualche amichetto ecc. ecc. Il primo pensiero che gli viene in mente è: *“speriamo che a Marco non venga la febbre proprio in quei giorni”*.

Sai già cosa accade. Puntualmente quel bimbo deve saltare le feste degli amichetti, non può godersi un natale e nessuna delle altre feste.

Questo è il potere delle profezie auto avveranti. Che tu lo voglia o no il tuo cervello, ciò che pensi, crea la tua realtà (approfondiremo questo concetto più avanti). Per questo è importante sapere con precisione dove vogliamo andare, avere in mente obiettivi chiari. Le profezie auto avveranti funzionano sempre, in ogni caso, meglio fare delle profezie a nostro favore, vero?

---

## 2.11 Schema pratico obiettivi autorealizzanti

Ricapitolando, dunque, le basi per porsi degli obiettivi (o delle tappe) autorealizzanti sono: **obiettivo chiaro**, **misurabile** ed espresso in tono **positivo**, **check/controlli** lungo il percorso per sapere se sei sulla strada giusta (gioire dunque se ti accorgi di esserlo o modificare qualcosa, nel caso tu non lo sia, per rimetterti sulla strada giusta).

**OBIETTIVO CHIARO → ESPRESSO IN TONO POSITIVO  
→ PUNTI INTERMEDI DI VITTORIA!**

## 2.12 L'albero dei desideri

Adoro le storie, sono piccole metafore che portano con sé un grande significato. Ci aiutano a capire, a comprendere, a ricordare. Hanno la grande capacità di fissare i concetti nella nostra mente.

Per questo sono un “avido” (nel senso più positivo della parola) divoratore di storie, come quella che voglio raccontarti ora e che ricordo di avere letto da qualche parte su internet.

---

Un giorno un contadino camminava per i suoi campi, la giornata era stata lunga, l'uomo era sfinito. La sua distesa era grandissima ma dopo anni di duro lavoro conosceva ogni angolo di quel posto, avrebbe potuto camminarci a occhi chiusi senza paura di andare a sbattere da qualche parte o di non arrivare nel posto desiderato. Eppure un giorno, proprio mentre camminava, notò un albero che non gli sembrava di avere mai visto.

Era un albero bellissimo, dal busto enorme e dalle foglie verdi lucentissime. Regalava ombra, sollievo ed energia con la sua maestosità.

L'uomo rimase a bocca aperta, si avvicinò all'albero per scrutarlo, per conoscerlo meglio e ammirare la sua bellezza. Se ne stava lì a guardarlo e mentre ammirava la sua maestosità pensò: "che bello questo albero, mi ha regalato serenità, mi piacerebbe ci fosse un letto proprio qui sotto, per poter riposare alle sue radici".

Non fece in tempo a pensarlo che...puff, apparve un grande letto con delle lenzuola bianchissime, la struttura in oro e un materasso sofficissimo. Il contadino si distese sul letto, estasiato, e mentre si

---

godeva quella bellissima atmosfera pensò: “le mie gambe sono stanche, così come la mia schiena e le mie mani, che bello sarebbe se ci fosse una bella fanciulla che facesse passare tutti i miei dolori massaggiando il mio corpo con le sue mani vellutate”.

Anche questa volta non fece in tempo a pensarlo che...puff, una bellissima fanciulla dai capelli d'orati e dagli occhi profondi come il mare apparse ai suoi piedi ed iniziò a massaggiarlo con le sue mani vellutate.

L'uomo era in estasi, se ne stava beatamente sotto quel bellissimo albero, le sue gambe e la sua schiena trovavano finalmente il meritato riposo dopo lunghi anni di lavoro e di fatica, stava quasi per addormentarsi in quella atmosfera da sogno quando pensò fra sé e sé : “che bella la vita, non sono mai stato così bene. Ora dormirò un po' per godermi questo meraviglioso momento, l'unica cosa che potrebbe accadere, pensò in tono scherzoso, è che passi una tigre e mi mangi in un sol boccone”.

L'uomo chiuse gli occhi, passò una tigre... e se lo divorò.

---

L'uomo non sapeva e non aveva capito che quello, l'albero che aveva visto per la prima volta all'interno della sua distesa, era **l'albero dei desideri**, qualsiasi cosa l'uomo chiedesse la trasformava in realtà.

La vita funziona proprio in questo modo, credimi, è uno specchio dei nostri pensieri, dei nostri desideri, delle nostre paure o delle nostre frustrazioni. La vita è il nostro albero dei desideri, cosa hai intenzione di chiederle?

### **2.13 No, Italo, no no no per favore, noooooooooooooo!!!!!!!!!!**

Ora so già cosa stai pensando... “Ehi Italo, non vorrai che mi metta a fare un nuovo esercizio vero?” Noooo... stai tranquillo, non sono uno di quelli... e invece sì! Personalmente sono stato sempre allergico agli esercizi sai? Quando li trovavo nei libri di “formazione” dicevo sempre... “uff, eccone un altro!”. Poi ho scoperto che sapere senza mettere in pratica era come non sapere, ho scoperto come l'esercizio che facevo mi portava semplicemente... a un livello di comprensione più profondo! Per cui quello che ti chiedo in questo momento (e giuro che è l'unico esercizio che ti chiederò di fare in tutto questo mio lavoro!) è di

---

mettere nero su bianco quali sono i tuoi obiettivi (o, se ti spaventa la parola “obiettivi”, quali sono le tue prossime tappe, le tue prossime “mete”).

Anche in questo caso è importante che tu lo faccia ora (ovvero in questo momento, ovvero adesso, ovvero SUBITO!!) Non voglio stressarti né diventare il tuo peggior incubo, però... potrei anche diventarlo! Semplicemente...questo è il momento giusto. Hai letto la mia storia, hai ripercorso la tua (e se non l’hai ancora fatto, torna subito indietro e fallo ora!), hai scoperto come l’insoddisfazione non nasca dall’insuccesso ma dal “non sapere dove andare”. Non sappiamo cosa vogliamo, tutto qui!

Tu lo sai cosa vuoi?

### **Come utilizzare le schede sugli “Obiettivi Autorealizzanti”**

Nelle prossime pagine troverai delle schede realizzate appositamente per creare Obiettivi Autorealizzanti.

Come utilizzarle? Vediamolo insieme in 5 passi:

1) **Stabilisci il tuo obiettivo** (espresso in tono positivo) e scrivilo sotto la scritta “Obiettivo”

- 
- 2) **Rendilo concreto** (scrivi come fai ad accorgerti quando sarai arrivato, quali dati concreti avrai)
  - 3) **Scrivi i motivi** che ti spingono a realizzare quell'obiettivo.
  - 4) **Riempi la scheda che ti accompagnerà durante il viaggio:** Suddividi l'obiettivo in tappe più piccole (troverai 5 tappe, puoi suddividere il tuo obiettivo in più o meno tappe, non per forza in 5).
  - 5) **Per ogni tappa scrivi la data** entro la quale ci arriverai e le azioni che devi compiere per arrivarci. Una volta arrivata la data della tappa scrivi se l'hai raggiunta e riempi il campo "Come può andare meglio?". Quando arriverai ad ogni tappa vedrai cosa è andato bene e cosa è andato male. Tieni le cose che sono andate bene e cambia quelle che sono andate male. Il campo "Come può andare meglio" rappresenta la tua direzione per la prossima tappa!

**Nota importante:** gli obiettivi autorealizzanti sono un argomento davvero interessante e necessiterebbero di uno studio a parte. Le informazioni che hai ora a disposizione rappresentano in ogni caso l'**essenza** di ciò che ti serve per realizzare i tuoi sogni. Se inizierai a seguire questo schema ti meraviglierai di quante cose belle accadranno nella tua vita.

---

Una domanda che mi sento rivolgere spesso è: **come stabilire obiettivi?** La prima risposta la sai già, **usa le lamentele trasformandole in positivo** (sono stanco di pagare bollette => voglio guadagnare di più). La seconda è **renderli credibili**: mettiamo tu voglia realizzarti economicamente. Puoi dire qualcosa del tipo “voglio guadagnare un milione di euro entro tre mesi”? Sì, certo che puoi dirlo, ma chi ci crede? Neanche tu (anzi, tu sei il primo a non crederci).

Ecco perché gli obiettivi devono essere abbastanza grandi per farti spingere un po' oltre, ma non troppo per non farti perdere il contatto con essi. Se non sei tu a crederci, prima di tutto, non c'è obiettivo che possa realizzarsi. Quindi, se l'obiettivo è di guadagnare un milione di euro non metterlo negli obiettivi a medio termine, ma in quelli a lungo termine (magari 1 anno o 2). Ricorda questa cosa perché è fondamentale: **obiettivo abbastanza grande da permetterti di spingerti un po' oltre ma non così grande da farti perdere la fiducia.**



---

Nel frattempo, ovviamente, **aumenta la tua soglia del “possibile”**. Ora prima di passare alle schede guarda l’esempio che segue.

### **Obiettivo**

Rendermi libero finanziariamente

**Entro la data:** 25 Giugno XXXX

**Come ti accorgi di essere arrivato?:**

Avrò un’entrata mensile di almeno 1000 euro

**Scrivi qui tutti i motivi per i quali vuoi raggiungere questo obiettivo (espressi in tono positivo):**

Perché voglio vivere serenamente la mia vita, finire di pagare il mutuo il prima possibile, regalare a mia moglie quella collana che desidera da tempo e a mio figlio il gioco che ha visto in televisione. Nel giro di un anno poi voglio anche comprarmi una macchina nuova.

---

## Schema Autorealizzante

	<b>Data</b>	<b>Azioni</b>	<b>Raggiunto?</b>	<b>Come può andare meglio?</b>
<b>Tappa 1</b> Conoscere per filo e per segno la mia situazione finanziaria	5 Febbraio XXXX	Tenere contabilità	Sì	Ottimizzo le spese
<b>Tappa 2</b> Lista di tutte le attività lavorative che posso fare	5 Marzo XXXX	Cercare su internet e in giro tutte le opportunità lavorative facendo una lista	Sì	Valutare opportunità che magari ho scartato
<b>Tappa 3</b> Iniziare una nuova attività lavorativa	25 Marzo XXXX	Seleziona lavoro e inizia	Sì	Tenere in considerazione anche altre attività alternative e ridurre i costi

<b>Tappa 4</b> Guadagnare almeno 400 euro in più al mese	15 Maggio XXXX	Lavorare le ore giuste	No	Lavorare meglio o di più. Ottimizzare il modo in cui lavoro
<b>Tappa 5</b> Guadagnare almeno 700 euro in più al mese	15 Giugno XXXX	Incrementare le ore o l'impegno	Sì	Continuare a ottimizzare
<b>Obiettivo Finale</b> Realizzarmi economicamente con almeno 1000 euro in più al mese	25 Giugno XXXX	Incrementare ore, impegno e modalità	Sì	Prossimo obiettivo guadagnare per tot mesi (o di più)

## E ora?

... ora tocca a te.

Per ogni obiettivo (per ogni tua prossima tappa) ora sai come si fa. Fotocopia le pagine seguenti, riempi ogni volta che devi raggiungere una “prossima tappa” e tienile sempre con te.

---

**Obiettivo:**

-----

**Entro la data:**

---

**Come ti accorgi di essere arrivato?**

-----  
-----  
-----  
-----

**Scrivi qui tutti i motivi per i quali vuoi raggiungere questo obiettivo (espressi in tono positivo):**

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

---

	<b>Data</b>	<b>Azioni</b>	<b>Raggiunto?</b>	<b>Come può andare meglio?</b>
<b>Tappa 1</b>				
<b>Tappa 2</b>				
<b>Tappa 3</b>				
<b>Tappa 4</b>				
<b>Tappa 5</b>				
<b>Obiettivo Finale</b>				



### OMAGGIO

Scarica "I 3 acceleratori degli Obiettivi"

**Nota: all'interno del libro troverai il link per scaricare questo ed altri bonus**



- **I 3 Acceleratori degli Obiettivi (Audio Mp3)**
- 5 idee pratiche per rimanere focalizzati + 10 Libri che devi avere assolutamente sul comodino
- **2 Tecniche a presa rapida per liberarti dal giudizio degli altri**

- C'è un modo diverso di vedere le cose (3 modelli pronti) -

**"Benvenuto/a nel Mondo del Possibile" (Video) + 2 sorprese**

Clicca qui per comprare il libro completo: [mylifestore.it](http://mylifestore.it)

---

**ITALO PENTIMALLI**

**CREA LA VITA COME TU LA VUOI**

**Come Diventare Padrone della tua Vita.**

**A livello Personale, Finanziario, di Salute e Benessere**



*In collaborazione con*



*Ebook a cura di*

