



Chris Prentiss

DIVENTA
CIÒ CHE VUOI,
OTTIENI
CIÒ CHE VUOI



Cambia il tuo modo di pensare,
cambia la tua vita

EDIZIONI IL PUNTO D'INCONTRO

Chris Prentiss

DIVENTA CIÒ CHE VUOI, OTTIENI CIÒ CHE VUOI

Cambia il tuo modo di pensare,
cambia la tua vita

INDICE

Ringraziamenti	11
Come leggere questo libro	13
1. Reinventate il vostro mondo	17
2. La coscienza	23
3. Le prime luci della stella polare	41
4. L'io perfetto	67
5. Il mondo perfetto	91
6. Voi siete il centro	125
7. Il vostro universo personale	157
8. Possibilità	175
9. Tutto di voi	191
10. Impegno	209
11. Parlate in forma positiva	227
12. Basta stress	237
13. Il prezzo del fallimento, il prezzo del successo	253
14. Della massima importanza	275
Nota sull'autore	283

1

REINVENTATE IL VOSTRO MONDO

Il progresso è impossibile senza il cambiamento e coloro che non possono cambiare le loro menti non possono cambiare nulla.

— GEORGE BERNARD SHAW

Vi prometto che leggendo questo libro imparerete come diventare ciò che volete e ottenere ciò che desiderate e che vi divertirete nel farlo. Il premio extra è imparare anche a essere felici, che in sé è già un'arte.

C'è un vecchio detto: "Ognuno è artefice del proprio destino". È un detto valido perché fare quello che avete sempre fatto vi ha condotto a un punto della vostra vita in cui siete ciò che siete e avete ciò che avete. Se ciò che siete e ciò che avete è quello che volete, allora va tutto bene. Continuate a fare ciò che avete sempre fatto e otterrete sempre di più. D'altro canto, se ciò che siete e ciò che avete è inferiore o diverso da ciò che volete, allora dovete cambiare qualcosa per ottenere ciò che desiderate. *Dovrete reinventare il modo in cui vedete il vostro mondo.*

Parlo del "vostro mondo" perché ognuno di noi vive in un mondo diverso. La vostra infanzia è diversa, i vostri genitori sono diversi, la

loro assenza è diversa, le vostre esperienze sono diverse, le vostre relazioni sono diverse, i vostri traumi sono diversi, l'anamnesi personale è diversa, le lezioni di vita che avete imparato sono diverse e, di conseguenza, la vostra comprensione di come va il mondo è diversa da quella di chiunque altro. Anche se le discrepanze sono impercettibili, sono proprio queste a fare la differenza.

Questa percezione del mondo e di come vi vedete in esso ha creato nella vostra mente un'idea, una filosofia, di come pensate che siano le cose. Tutti noi abbiamo una filosofia personale. Anche se forse non avete mai definito la vostra, essa è pienamente attiva e opera tutti i giorni della vostra vita, continuamente. Determina ciò che pensate del mondo, del modo in cui gli eventi e le circostanze influiscono su di voi e di come voi influite su di essi.

Agire in base alla vostra filosofia, quello che credete sia vero del mondo e come funziona, ha prima di tutto creato ciò che siete ed è responsabile di quello che è la vostra vita ora, nel momento in cui leggete. In merito alla vostra filosofia ne saprete di più nel capitolo 5. Per ora, ecco alcuni esempi di com'è composta una filosofia e di come una filosofia costruisca e mantenga l'immagine che avete del mondo e determini il modo in cui reagite agli eventi. Alcuni di questi esempi fanno parte della vostra filosofia.

Il mondo è una giungla.

Fidarsi è bene, non fidarsi è meglio.

Solo gli sciocchi dicono sempre la verità.

La gente non se ne lascia scappare una.

In ogni vita deve cadere un po' di pioggia.

La vita non è tutta rose e fiori.

Non puoi averla sempre vinta.

Le brutte cose capitano alle brave persone.

Le brutte cose capitano alle persone cattive.

Le brutte cose capitano.

*Non sono un tipo tanto fortunato.
Se non fosse per il destino avverso, non avrei alcun destino.
È Dio che mi punisce.
Il diavolo semina il mio cammino di trappole.
Dio è cattivo.
Dio non esiste.
La legge di Murphy: “Se qualcosa può andare storto allora lo farà”.*

oppure

*Di solito le persone sono buone.
Sono un tipo fortunato.
Le cose vanno sempre nel verso giusto.
Non tutto il male vien per nuocere.
Mi aspetto di incontrare tante cose belle sulla mia strada.
È come se incontrassi solo cose belle.
Riesco sempre a scorgere la bontà della gente.
Posso prendere qualunque evento, per quanto brutto possa apparire, e trasformarlo in una gran fortuna.
Essere la migliore persona possibile mi porta sempre dei vantaggi.
Ogni fine contiene un nuovo inizio, una nuova opportunità.
Credo nell'esistenza di Dio.
Dio veglia su di me.
Dio è buono.
Va sempre tutto nel verso giusto.*

Ora fermatevi un istante per vedere se vi viene in mente qualche esempio che possa definire la vostra filosofia. Volendo, potete ricorrere alla lista sopracitata.

Forse non siete consapevoli del potere che ha la vostra filosofia, di come plasma la vostra vita, di come guida le vostre azioni, di quanta responsabilità abbia per le scelte che avete fatto nel

corso della vita, di come vi ha condotto al punto in cui siete ora, ma prima di aver terminato questo libro ne sarete pienamente coscienti.

LA VOSTRA VISIONE DEL MONDO

Non siete soli in questa ricerca per diventare ciò che volete e ottenere ciò che desiderate. Essere felici è l'obiettivo finale di *tutti*, senza eccezioni. Il fatto che solo pochi fra noi l'abbiano raggiunto è dovuto soprattutto a ciò che abbiamo imparato da bambini, quando si è formata la maggior parte della nostra filosofia, e a come abbiamo vissuto finora. Se le persone dalle quali avete imparato, la famiglia, gli insegnanti, gli amici, non sapevano come raggiungere l'obiettivo per se stesse, come potevano insegnarvi a farlo? Ora potete rilassarvi: state per scoprire come cambiare le cose.

Uno degli obiettivi di questo libro è aiutarvi a correggere quelle imperfezioni della vostra filosofia che vi impediscono di diventare ciò che volete e ottenere ciò che desiderate. Uno dei modi per conseguirlo è cominciare a cambiare il modo in cui vedete il mondo e il criterio con cui ragionate su ciò che vedete.

Ecco un esempio facile. Immaginate che voi e io decidiamo di andare a vedere un film. Ci hanno detto che è un giallo fantastico, il migliore mai girato. Andiamo al cinema, compriamo i biglietti, ci sediamo e comincia il film. Ce ne stiamo seduti lì in cerca di indizi, un omicidio, un furto, un complotto, un crimine qualsiasi, ma non vediamo niente del genere. Dopo venti minuti di visione siamo confusi e perplessi. È del tutto diverso da come ce lo aspettavamo. Niente di ciò che vediamo ha senso.

A quel punto la persona accanto a noi si china e sussurra: "Che splendida storia d'amore, eh?". E all'improvviso, tutto quanto acquista un senso. Ora gli avvenimenti del film quadrano, perché

lo stiamo vedendo per ciò che realmente è e non per come ci era stato descritto. Lo stiamo osservando con uno “sguardo nuovo”.

È lo stesso tipo di trasformazione che si verificherà col proseguimento della lettura del libro: comincerete a vedere voi stessi, il mondo e gli avvenimenti per quello che *realmente* sono e non come ve li avevano descritti. Quando cambierete il modo di vedere e interpretare gli avvenimenti, di punto in bianco sarà tutto diverso. Tutto quanto acquisterà un senso. *Riesaminerete gli avvenimenti del passato in modo diverso, reagirete a quelli nuovi in modo diverso e immaginerete quelli futuri in modo diverso.* Vi piacerà molto questa differenza, capita a tutti. All’inizio sarà difficile credere che ciò che leggerete possa essere vero ma via via con l’acquisizione delle informazioni comincerete a sorridere, e di gusto.

Quello che imparerete in queste pagine è che avete *veramente* il potere di *reinventare* il vostro mondo. Siete esseri potenti, gli esseri più potenti nella vostra vita, e create il futuro con pensieri e azioni. Cambiando il modo in cui percepite le cose e il modo in cui reagite in base a queste percezioni, *cambierete* la vostra vita.

Nel libro troverete affermazioni che andranno contro le vostre convinzioni, contro tutto ciò che vi ha insegnato l’esperienza, contro quello che vi hanno detto gli altri e contro i dettami di qualunque religione seguite. Ecco cosa vi dovete aspettare. Alcune delle cose che leggerete vi sembreranno impossibili o sciocche, perfino ridicole, e potrebbero urtare la vostra suscettibilità e offendere il vostro buon senso, spingendovi a deridere il libro, a ridicolizzarlo e infine a volerlo rifiutare.

Il mio consiglio, prima di rifiutarlo, è quello di ispirare profondamente e trattenere il respiro. Poi espirate lentamente, aprendo la mente per accettare l’idea che ciò che sembrava impossibile possa essere possibile, e andate oltre, chiedendovi se non sarebbe bello se fosse proprio così.