

9 febbraio 2019

La lampada di Aladino

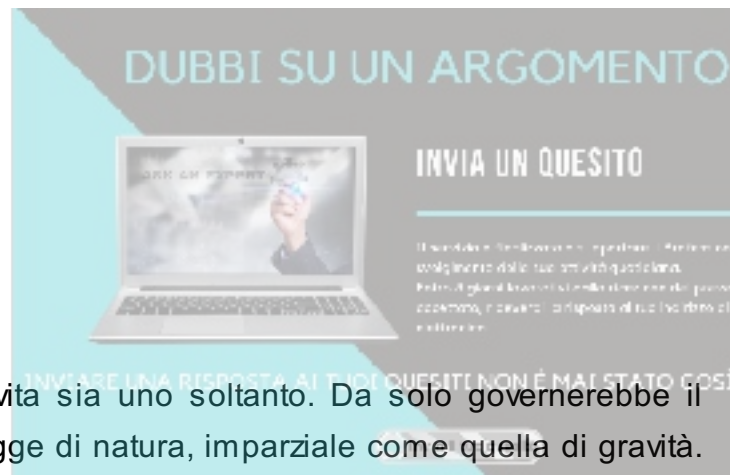
Autore: Andrea Ponzano

Dicono, alcuni, che il grande segreto della vita sia uno soltanto. Da solo governerebbe il mondo. Si chiama legge di attrazione. Una legge di natura, imparziale come quella di gravità. Secondo questa teoria il simile attira il simile e per i suoi seguaci ogni cosa diviene possibile. Ti direbbero: “Vuoi attrarre i tuoi bisogni, realizzare i tuoi sogni? Chiudi gli occhi, concentrati, libera la mente e osserva il tuo desiderio come se lo avessi già realizzato”. Per i miscredenti è solo fantasia, un’invenzione bizzarra per fanatici. Eppure “The secret”, il libro best seller di Rhonda Byrne, tradotto in tutto il mondo, ha fatto il giro dei continenti. Da Platone a Shakespeare, da Newton a Hugo, da Beethoven a Lincoln fino a Einstein. Secondo l’autrice i grandi della storia avevano capito e messo in pratica la legge di attrazione che era rimasta segreta.

Quando formuli un pensiero attrai pensieri simili. Sarebbero i tuoi pensieri attuali che creano la tua vita futura. Quello a cui pensi di più si manifesterà come parte della tua vita. Niente può entrare nella tua esistenza a meno che tu non l’abbia richiamato continuando a pensarci. Quando non stai bene attrai esperienze negative, quando ti senti bene attrai cose positive perché è impossibile sentirsi male e nello stesso tempo avere buoni pensieri.

Ma come si mette in pratica il Segreto? Per prima cosa devi prestare più attenzione ai tuoi pensieri. Non è facile, farlo sempre è impossibile. Al giorno abbiamo migliaia di pensieri però basta che ogni tanto ti fermi a osservare a cosa stai pensando. Se riesce a “catalogare” il tuo pensiero come buono o cattivo, significa che ci sei riuscito. Potresti scoprire una grande verità: per la maggior parte del tempo pensiamo a quello che non vogliamo.

Quali sono i tuoi sogni? Il primo passo è quello di capire esattamente cosa vuoi smettendo di pensare a ciò che non vuoi. Un altro passo che sembra facile ma a complicare la scelta è quello di concretizzarlo in qualcosa di reale, in una lista dei tuoi desideri pratici, dei tuoi sogni



da realizzare. Poco importa che riguardino la tua vita amorosa, quella lavorativa, familiare, quotidiana. L'importante è trasformare i tuoi desideri in qualcosa di reale, pratico e ben definito. Facciamo un esempio. Supponiamo che tu voglia conquistare una certa posizione lavorativa. Ad esempio attrarre nel tuo lavoro qualcuno, per esempio quel nuovo cliente. Vuoi che quella persona ti scelga. Visualizza nella tua mente questa situazione. Siete seduti intorno ad un tavolo. Mentre parlate noti che quella persona ti sta ascoltando dimostrandoti la massima fiducia, immagina proprio il suo volto reale, la sua espressione mentre ti presta attenzione rapito. Immagina di vedere su quel tavolo il contratto che aspetta solo la tua firma mentre il tuo nuovo cliente ha il braccio teso nella tua direzione con la penna in mano.

Dopo aver concretizzato nella tua testa il tuo desiderio, devi credere che il tuo sogno si possa realizzare. Devi immaginare di averlo già realizzato. Ogni volta che pensi al tuo desiderio dovrai sempre tornare a quell'immagine: quella persona con il braccio teso e la penna in mano. Devi avere una fede incrollabile. Non contraddire il tuo desiderio con i pensieri cattivi. Aiutati con pensieri simili. Trovi una foto su una rivista che ritrae persone sorridenti sedute ad un tavolo di lavoro? Ritagliala e appendila dove possa essere visibile. Torna sempre a quella immagine. Guarda la foto che hai appeso nel tuo ufficio.

L'ultimo passo è quello di sentirti bene con te stesso. È importante perché non puoi attrarre il tuo desiderio se ti senti a disagio. Non riuscirai mai a realizzare il tuo sogno se continuerai a essere critico nei suoi confronti. Realizzare il tuo desiderio comporta la capacità non solo di visualizzare quella foto ma soprattutto di immaginare come ti sentiresti quando il tuo desiderio sarà realizzato. È forse questo l'aspetto più rilevante del Segreto. Non devi solo immaginare la realizzazione del tuo sogno, devi sentire il sentimento che proverai quando l'avrai realizzato. Tutti i passi precedenti di autoanalisi servono per arrivare qui: sentire la sensazione reale come se avessi già realizzato il tuo obiettivo. È questo l'aspetto più importante. Sarebbe questa sensazione ad attivare la legge di attrazione.

Il Segreto è il processo che consiste nel creare immagini mentali in cui ti vedi già godere di quello che vuoi. Se riesci a immaginarlo e a sentire il sentimento che lo sorregge puoi realizzare i tuoi sogni. Tutti, anche il più ambizioso. Una tesi che può far ridere molti. Ma al di là di crederci o meno, "The secret" qualcosa può insegnarla anche all'ultimo dei cinici. A prestare più attenzione ai nostri pensieri e rendersi conto che spendiamo la maggior parte del tempo a pensare a quello che non vogliamo. Troppo spesso lasciamo al timone dei nostri pensieri la paura di non raggiungere i nostri obiettivi piuttosto che l'entusiasmo che potremmo provare se li raggiungessimo.

Smetti di aspettarti le cose che non vuoi. Pensa e aspettati le cose che vuoi.

© Informati srl. Tutti i diritti riservati. All rights reserved.

Via Alemanni 1 - 88040 Pianopoli (CZ) - ITALY

P.IVA 03426730796

E-mail: info@fiscal-focus.it