

Piernicola De Maria

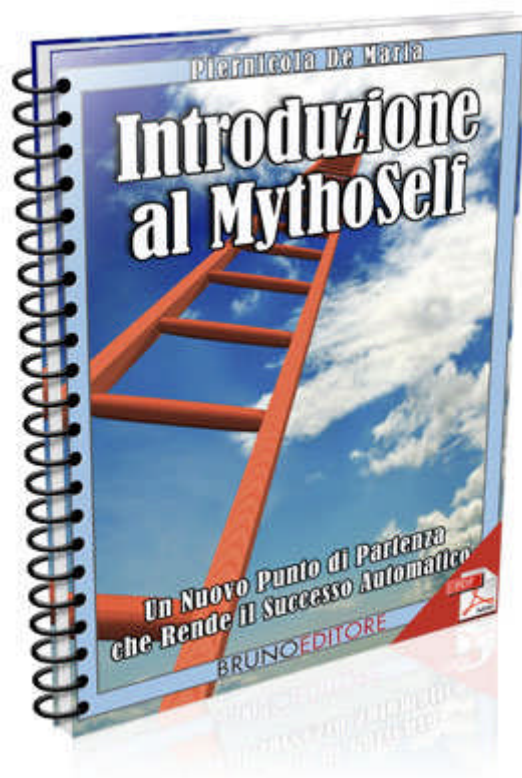
Introduzione al MythoSelf

**Un Nuovo Punto di Partenza
che Rende il Successo Automatico**

BRUNO EDITORE

PIERNICOLA DE MARIA

INTRODUZIONE AL MYTHOSELF



**Un Nuovo Punto di Partenza
che Rende il Successo Automatico**

2

Titolo

“INTRODUZIONE AL MYTHOSELF”

Autore

Piernicola De Maria

Editore

Bruno Editore

Sito internet

www.brunoeditore.it

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.

Sommario:

Introduzione	<u>pag. 5</u>
Giorno 1: Cosa vuoi?	<u>pag. 10</u>
Giorno 2: Un nuovo punto di partenza	<u>pag. 15</u>
Giorno 3: Segui la tua beatitudine	<u>pag. 25</u>
Giorno 4: Il Potere delle Storie	<u>pag. 28</u>
Giorno 5: Dimentica gli obiettivi	<u>pag. 32</u>
Giorno 6: Ritorna ad essere normale!	<u>pag. 37</u>

Introduzione

Qualche tempo fa il Presidente di Bruno Editore, Giacomo Bruno, mi ha chiesto di scrivere un ebook sul MythoSelf™ Process, il modello di sviluppo personale creato dal Dr. Joseph Riggio di cui mi occupo e del quale sono studente ed insegnante. Ho aspettato molto prima di dare un sì definitivo in quanto la sfida maggiore nel creare uno scritto di questo tipo sta nella enorme difficoltà che si riscontra nel tradurre in termini lineari quella che è una esperienza complessa ed unica come il modello MythoSelf™.

Quindi ti presento con estrema umiltà una breve guida a quelle che sono le idee principali che normalmente condivido con i partecipanti ai seminari dal vivo ed i miei clienti personali, sperando di averle rese abbastanza comprensibili ed interessanti, ma soprattutto immediatamente applicabili alla tua vita! Per esigenze legate allo strumento di comunicazione ho quindi necessariamente tralasciato la parte più tecnica di questo modello e tutti gli esercizi che necessitano interazione con il trainer o in

gruppo. Considera questo ebook come una conversazione tra me e te, per cui il modo migliore per goderne dei benefici è quello di leggerlo tutto d'un fiato, dedicando un paio di ore agli esercizi che ti propongo.

È importantissimo che tu decida di seguire passo dopo passo gli esercizi perché molto spesso sono la base di ciò di cui parlo successivamente, per cui senza l'esperienza di riferimento dell'esercizio correresti il rischio di non riuscire ad afferrare il senso di ciò che leggi nelle pagine che seguono. Se stai leggendo questo ebook sul tuo computer o su un lettore ebook, ti invito a procurarti carta e penna in modo tale da prendere i tuoi appunti e svolgere gli esercizi. E ora diamo inizio alla nostra conversazione... con una storia.

Come ho incontrato il modello MythoSelf™

Era il 2002. Ero a Puerto Vallarta (in Messico) per il mio corso Trainer's Training di PNL con il Dr. Richard Bandler e John Lavallo, suo numero due.

Alla fine del corso c'erano su un tavolo una serie di volantini e tra questi spuntava quello di un corso che si sarebbe tenuto a pochi mesi di distanza in Inghilterra: Kick Ass Consulting. Trainers del corso: John La Valle ed un altro personaggio a me sconosciuto, Joseph Riggio. Il corso sembrava interessante ma al momento avevo altri progetti per cui decisi di non partecipare.

Ma un mio amico, che era presente lì al corso e che in quel momento stava vivendo un brutto momento dal punto di vista economico, mi disse: “Io ci vado, dovrei avere ancora del credito sulla Diners e prima che me la blocchino provo a pagare il corso”. E così fece. Al suo ritorno mi disse una frase di questo tipo: “Joseph Riggio è un maestro assoluto del linguaggio, di sicuro la persona più elegante che abbia mai visto nell'uso della PNL”. Questa affermazione, fatta da una persona appena uscita dal corso Trainer's Trainer di Richard Bandler ebbe un particolare effetto su di me, ed in quel momento decisi di cercare maggiori informazioni su questo fantomatico Dr. Riggio.

Nell'anno successivo più di una volta questo nome iniziò ad essere presente in conversazioni che avevo con miei amici e colleghi in giro per il mondo. Fin quando nel 2004 decisi di frequentare un corso dal vivo, The MythoSelf™ Experience, e conoscere il Dr. Riggio.

Da allora non ho smesso di studiare con lui, e dopo essere stato certificato come Trainer nel modello MythoSelf™ (unico italiano ed una delle 7 persone al mondo ad avere questo livello di certificazione) ed aver passato gli ultimi due anni a lavorare gomito a gomito con Joseph negli Stati Uniti, ecco una breve introduzione a questo modello.

Ovviamente la mia gratitudine va a lui ed a Roye Fraser, suo insegnante ed ideatore del modello Generative Imprint™, sul quale molto del lavoro presentato in questo ebook si basa. Ed anche al mio amico che per primo mi ha parlato di Joseph Riggio, e che oggi non ha più bisogno di sfondare il massimale della sua carta di credito per andare ad un corso: Alfio Bardolla.

GIORNO 1:

Cosa Vuoi?

Mi trovavo in un posto bellissimo nelle campagne inglesi, in un bellissimo albergo. Ed era iniziato da pochi minuti un corso del quale avevo sentito parlare ed al quale mi ero iscritto per curiosità.

Si trattava di “The MythoSelf Experience”, ed in quella bella giornata di primavera non avrei nemmeno lontanamente pensato quanto avrebbe cambiato il corso degli eventi della mia vita!

Il gruppo di persone riunite era intimo ma molto variegato, con partecipanti da ogni angolo del mondo. E prima che ce ne accorgessimo il corso era già iniziato. Era una esperienza molto diversa da quella alla quale ero abituato.

Infatti il corso non era iniziato con una lunga introduzione o con delle informazioni trasferite dall’insegnante a noi, ma con una conversazione apparentemente rilassata e che aveva al centro

questa domanda: Cosa vuoi? Sembra una domanda innocua...
prova a rispondere anche tu.

Ti consiglio di stampare questa pagina e scrivere di pugno.

Cosa vuoi?

Non so cosa sia passato nella tua testa rispondendo a questa domanda. Ma posso dirti cosa è successo a me quando per la prima volta mi ci sono trovato di fronte.

Provenivo da una carriera nella Programmazione Neuro Linguistica, ed una delle abitudini che avevo preso era quella di definire gli obiettivi e di fare domande precise. Per cui alla domanda Cosa vuoi? La mia risposta fu: In che senso? Questa domanda così ampia era molto difficile per me. Molto più semplice sarebbe stato definire un ambito (lavoro, carriera, etc..) o limitarla temporalmente (ora, domani, in un anno, etc..).

Negli anni successivi ho notato anche in altre persone la stessa difficoltà a rispondere a questa domanda così ampia, per cui ti propongo un modo leggermente diverso di rispondere. Nella prossima pagina troverai una pagina completamente vuota. Prova a scrivere in questa pagina tutto quello che vuoi. Cerca di rispondere nel modo più libero possibile, senza nessun senso critico. Scrivi di tuo pugno tutto quello che ti viene in mente. Se ti viene in mente “voglio andare sulla luna”.... Scrivilo!

Scatena la tua fantasia e scrivi tutto quello che ti viene in mente.
Decidi di riempire il più possibile la pagina con le tue idee, i tuoi sogni, i tuoi desideri... e tutto quello che vuoi!
Ed ora preparati a voltare pagina e a scrivere.

Come è andata? (Se non hai riempito la pagina precedente torna indietro e fallo immediatamente.)

A questo punto dovresti avere un interessante elenco di cose (utilizzo il termine in modo totalmente generico) che vuoi. Rileggilo con attenzione. E per un secondo immagina di avere già tutto quello che desideri e che hai scritto nella pagina precedente. Come cambierebbe la tua vita? Come ti comporteresti con le altre persone? Come agiresti? Che tipo di decisioni faresti?

Ma soprattutto. Se avessi già tutto quello che desideri... cosa vorresti? Dedica del tempo a queste domande e rispondi con assoluta calma. E nota cosa succede all'interno di te.

GIORNO 2:

Un nuovo punto di partenza

Molto spesso, quando lavoro con i miei clienti personali intorno i temi dedicati alla performance, quello che succede è che un piccolo cambio nella posizione di partenza, determina un'enorme



incremento nei risultati che le persone ottengono. Ecco un esempio per farti capire a cosa mi riferisco quando parlo di posizione di partenza. Un mio cliente, avvocato a New York, qualche anno fa ha deciso di non voler più fare l'avvocato.

La sua prima idea è stata quella di ricercare una professione alternativa nella quale potesse utilizzare le sue abilità (scrive molto bene) e che potesse essere produttiva.



Ha quindi iniziato a cercare questa professione ed ha deciso di diventare un copywriter professionista. Un anno e 50mila dollari spesi dopo, mi contatta dicendomi: “credevo che il copywriting fosse la mia strada, ma ora mi annoia proprio come fare l’avvocato”.

E la cosa non mi ha stupito. In quanto la posizione di partenza era una posizione che partiva dal “problema”, e che normalmente chiamiamo mal formata o inibitoria all’interno del modello MythoSelf™.

Infatti quando la posizione di partenza ha un forte radicamento nella percezione di un problema molto spesso genera desideri che sono la immediata proiezione all’esterno di questo problema!

E che lo rinforzano generando il ciclo dell’insuccesso.

Come noterai nelle immagini, molto spesso una posizione di partenza inibitoria genera un desiderio mal formato, che inizia un ciclo di eventi risultante nel rafforzarsi della posizione inibitori.

Ed anche se non c'è lo spazio per entrare nei dettagli in questo ebook, credo che sia abbastanza intuitivo come la storia che ti ho appena raccontato del mio cliente sia facilmente schematizzata proprio da questo ciclo. Fortunatamente lo stesso è vero dell'opposto. Quando c'è un punto di partenza altamente orientato alle possibilità e generativo, questo produce a sua volta un desiderio ben formato che è totalmente in linea con questa posizione e che, quindi, la rinforza.

Uno dei benefici del modello MythoSelf™ è proprio quello di insegnare a resettare e ritornare al tuo punto di partenza ottimale in modo tale da ripristinare il ciclo del successo ogni volta.

La differenza tra questo ebook introduttivo e il seminario di MythoSelf™ è che il seminario dal vivo o con il personal coaching si lavora per tre giorni proprio su questo, su come rendere questa posizione il più presente possibile attraverso una serie di esercizi specifici volti soprattutto a portare la consapevolezza dei partecipanti su come poter rievocare con facilità il punto di partenza generativo.

Al tempo stesso, ciò che puoi fare da solo è imparare a riconoscere quali sono le caratteristiche di questo nuovo punto di partenza. L'aspetto che puoi iniziare a notare è riconoscere in quali attività è presente il nostro flusso.

Come avrai letto sicuramente in qualche libro o avrai osservato nella tua esperienza, ci sono dei momenti nei quali quello che facciamo è assolutamente naturale, ci sono dei momenti nei quali operiamo al meglio e quindi stiamo in uno stato quasi di grazia nel quale tutto è possibile.

In questi momenti, ciò che succede è che iniziamo a pensare, ad operare e produrre risultati in modo diverso, ed è per questo che un punto di partenza è cruciale ancora prima di tutto il resto.

Non so se hai mai visto una volta un bambino giocare ed essere totalmente trascinato nell'esperienza. Ti capitano mai momenti di questo tipo?

Nei prossimi giorni porta l'attenzione su tutti i momenti nei quali naturalmente ti trovi in una posizione di flusso, tutti i momenti nei

quali quelli che normalmente possono essere percepiti come problemi smettono di essere presenti.

Dico “smettere di essere presenti” perché ovviamente se hai le bollette da pagare ce le avrai da pagare sempre, indipendentemente dalla posizione nella quale sei, ma in quei momenti questo non ha importanza e quindi sei in grado di prendere decisioni e di esprimere desideri che si basano su una posizione che è totalmente diversa dalla quale normalmente ti trovi ad esprimere desideri.

Ecco quindi un altro esercizio.

Prendi qualche minuto del tuo tempo e scrivi tutte le esperienze che ti riportano nello stato di flusso.

Anche in questo caso, riempi il più possibile la pagina ed elenca il maggior numero di esperienze nelle quali sei “al meglio”.

Già facendo questo semplice esercizio inizierai a renderti conto di come, per il semplice fatto di raccogliere questi momenti e di scriverli, qualcosa succede dentro di te. Infatti inizi a reindirizzare la tua attenzione verso un tipo di configurazione nella quale, più che la percezione dei problemi, è presente l’eccitazione delle nuove opportunità.

Se vuoi amplificare questa condizione, ti suggerisco un secondo esercizio che è una semplificazione di uno degli esercizi chiave del modello MythoSelf™ e che normalmente necessita di una persona che osservi cosa succede. Nel tuo caso, puoi o reclutare un amico oppure metterti allo specchio ed osservarti da solo ☺!

Prendi l’elenco di esperienze che hai appena scritto e, ad alta voce ed utilizzando la prima persona singolare, descrivi la tua esperienza in questi momenti.

Ciò che devi tirar fuori è il linguaggio che per te meglio descrive l'esperienza. Quindi “mi piace il mare” diventa “una delle esperienze più belle per me è quando sono seduto sul balcone e sento l'odore del mare... bla bla bla”.

Mentre fai questo, guardati allo specchio e nota cosa cambia in te, puoi iniziare osservando I cambiamenti: nella voce, nel tuo volto, nella postura. Scrivi qui cosa hai osservato succedere:

Ed ora un piccolo esercizio per verifica. Ricrea volontariamente gli stessi cambiamenti che hai notato dall'esterno senza necessariamente pensare alle esperienze che hai preso come riferimento. Cosa cambia dentro di te?

Se hai fatto l'esercizio con la dovuta precisione dovresti iniziare a notare che I semplici cambiamenti fisici che hai generato ti riportano in una condizione mentale simile a quella delle esperienze che hai preso come riferimento.

Rafforza questo esercizio ogni giorno e noterai che - poco alla volta - ti sarà più facile riaccedere a questa potente configurazione personale ed aprirai le porte ad una potente trasformazione della tua vita! Per finire... dai un nome a questo tuo punto di partenza. Come ti definisci quando sei in questo modo? Scrivi qui il nome che dai a questa configurazione _____

GIORNO 3:

Segui la tua beatitudine!

Luisa, dirigente in una casa farmaceutica Svizzera, mi contattò qualche mese fa per delle sessioni di coaching personalizzato per migliorare la sua efficacia lavorativa. La posizione da lei rivestita era di enorme responsabilità e le aveva portato enormi risultati professionali, ma ad un prezzo abbastanza caro per la sua salute mentale (parole sue).

Una settimana media di lavoro di Luisa era di circa 60 ore, ed aveva raggiunto un altissimo livello di stress. Durante la prima conversazione insieme, quando le chiesi di parlarmi delle esperienze nelle quali si sente al meglio (vedi il capitolo “Cosa Vuoi?” di questo ebook), ogni sua risposta era collegata a suo figlio di 4 anni.

A quel punto le dissi per provocazione: “be’... sembra che la soluzione sia più vicina di quanto tu creda... passa meno ore a

lavorare e più ore con tuo figlio”. La sua risposta fu esattamente ciò che mi aspettavo. Infatti mi disse: “non posso, dopotutto mi ammazzo di lavoro per assicurargli un futuro”. Questo citato è uno degli esempi più comuni che riscontro quando mi trovo a lavorare con I miei clienti privati o durante I corsi ed una delle contraddizioni più diffuse.

Hanno una passione. E decidono che il modo migliore per servire questa passione è... fare altro! Uno degli obiettivi del modello MythoSelf™ è quello di avvicinare le persone a quelle che sono le proprie passioni, le attività che li fanno essere al meglio, ed utilizzare queste come il centro focale della vita di una persona. Quello che succede quando si riaccende alla consapevolezza di “come si è quando si è al meglio” è la riapertura di queste possibilità.

Per dirla con le parole di Joseph Campbell, studioso di Mitologia ed autore di numerose pubblicazioni a riguardo: “Se segui la tua beatitudine ti rimetti su una strada che è sempre stata lì, ad aspettarti; e la vita che dovresti vivere diventa la vita che vivi.

Dovunque tu sia, se segui la tua beatitudine, godrai della fresca sensazione vivere la tua vita, in ogni momento”

GIORNO 4:

Il Potere delle Storie

Nella pubblicità del mio corso “Il Potere delle Storie” racconto un episodio capitato qualche tempo fa. Stavo lavorando con un cliente/amico e l’argomento in questione erano le relazioni interpersonali, ed in particolar modo le relazioni di coppia.

Questa persona è di enorme successo professionale, la sua vita dall’esterno potrebbe sembrare molto simile a quella di una rockstar: estremo successo finanziario, grandi feste a base di champagne, avventure e viaggi in giro per il mondo. Al tempo stesso fatica a portare avanti una relazione soddisfacente. È divorziato (primo matrimonio), separato (secondo matrimonio), e non riesce a tenere una ragazza per più di un paio di mesi.

Ad un certo punto mi dice: “mi sento come tra due molle che mi attraggono in direzioni diverse... da un lato sogno di avere una famiglia perfetta... da Film... sai di quelle dove la moglie si alza

ed è già pettinata ed i bambini sono perfetti? Ecco... qualcosa del genere... dall'altro... ciò che contraddistingue il mio successo è il fatto di essere un pò un imprenditore ribelle, un avventuriero, e sento una grande spinta in quella direzione”.

La mia risposta - immediata - è stata questa: “e grazie al cXXX! (perdona la volgarità ma è esattamente quello che gli ho detto, è un mio amico e siamo in confidenza :p) Hai due mitologie contrastanti che ti attraggono in direzioni diverse!”. Due mitologie contrastanti. Cosa significa?

Devi sapere che c'è un aspetto nel modo in cui organizziamo la nostra esperienza e la nostra vita che definisco mitologico. Sono le storie che ti racconti e che influenzano la tua vita. Non si tratta di semplici convinzioni (come dirsi “non sono fatto per X”), ma hanno un vero e proprio aspetto narrativo che le contraddistingue. Ed una delle caratteristiche che abbiamo, come esseri umani, è quella che ci nutriamo di storie sin da piccoli... e continuiamo a farlo per tutta la vita... modificandole... aggiornandole... ma senza che esista mai un momento nel quale siamo privi di mitologia.

Queste storie sono tanto più potenti quanto sono nascoste, presenti inconsapevolmente, ed assorbite fin da piccoli. E nella maggior parte dei casi non le abbiamo scelte. Sono “capitate”. Uno degli aspetti fondamentali del modello MythoSelf™ è che, man mano che si resetta il punto di partenza, diventa sempre più facile accedere alle nostre storie personali e trasformarle. Anche perchè le nostre storie contengono contemporaneamente I segreti del nostro successo, ed anche quelli del nostro insuccesso!
Esercizio. Prova a scrivere qui la tua storia finora:

Ed ora continua la storia verso il futuro:

Quali sono i temi presenti? E quali quelli che non sono presenti?

Quali sono le logiche conseguenze della tua storia? E come dovrebbe cambiare per poter avere il tipo di vita che desideri? Dedica del tempo a riscrivere la tua “nuova” storia.

Fai l’ultimo esercizio del capitolo “Un nuovo Punto di Partenza” e rimettiti nella configurazione fisica alla quale accedi quando sei al meglio. E riscrivi la tua storia. Rafforzala ogni giorno raffinandola e raccontandola a te stesso!

La tua nuova storia:

GIORNO 5:

Dimentica gli obiettivi

Chiunque abbia passato più di 2 giorni ad avere a che fare con persone che si interessano di sviluppo personale, saprà che esiste il rituale di porsi regolarmente degli obiettivi. Il praticante medio si mette al tavolino, prende un foglio di carta ed inizia a sistemare tutte le proprie aree della sua vita:

Finanze: voglio 2 Milioni di euro entro la fine dell'anno

Relazioni: voglio sposarmi con una persona perfetta

Carriera: voglio smettere di fare il mio lavoro ed aprire una agenzia di viaggi

Salute: voglio perdere 20 chili e correre I 100 metri in 2 secondi (ok, esagero ☺).

E la lista può continuare. Ovviamente questo schema operativo e di pensiero non si limita alle sole persone interessate allo sviluppo

personale, ma è presente in varie culture. Ecco uno schema esplicitato per te.

- 1) Ti metti a riflettere sulla situazione attuale della tua vita. Questo punto è spesso amplificato da una data o un evento al quale culturalmente si dà importanza (es. Compleanno, capodanno, Ramadan, Natale, etc..)
- 2) Si inizia a cercare quali sono le aree di insoddisfazione. Anche per chi si pone obiettivi ambiziosi questo punto è presente. Infatti se hai già una moglie perfetta non te lo poni come obiettivo, no?
- 3) Ci si pone degli obiettivi che compensano la situazione problematica. Es. Sono solo -> Voglio una Relazione. Sono disoccupato -> Voglio un lavoro. Etc...

Il tutto senza il minimo senso di direzione. Quindi voglio proporti qualcosa di diverso. Per un attimo dimenticati dei tuoi obiettivi. E sposta la tua attenzione molto verso il futuro. Talmente tanto oltre da portarla in un punto del futuro nel quale tu non sei più presente. Che tipo di eredità vuoi lasciare?

Prenditi un paio di minuti per riflettere su questa domanda adesso e scrivi qualche nota:

Ora riporta la tua attenzione sempre sul tuo futuro. Ma questa volta diciamo quando avrai 90 anni. Che tipo di vita vuoi avere?

Prenditi un paio di minuti per riflettere su questa domanda adesso e scrivi qualche nota:

Come avrai notato, questi esercizi reindirizzano la tua attenzione in una direzione che non necessariamente è presente in questo momento. Il suggerimento che ti do è quello di tenere sempre presenti questi punti di riferimento tutte le volte che prendi una decisione e stabilisci un obiettivo, e di verificare la congruenza delle tue decisioni e dei tuoi obiettivi con questi due cardini:

- Come sei quando sei al meglio
- La tua direzione a lunghissimo termine

Più impari ad agire utilizzando questi due perni e più diventa facile trasformare e dare una nuova direzione alla tua vita. Inizia anche a notare cosa succede quando le limitazioni del tuo presente ti riportano nella posizione inibitoria.

Normalmente questo processo ha forma di obiezione. È qualcosa del tipo “Sì, Piernicola, bello tutto... ma io ciò da pagare la rata della macchina”. Quello che ti sto invitando a fare non è di ignorare le tue obbligazioni e ciò che è necessario fare nell’immediato presente e relativamente al futuro prossimo.

Ma semplicemente di vagliare ogni piccola azione nella tua traiettoria attraverso il filtro dato da queste due considerazioni.

Perchè solo se metterai attenzione ad essere in ogni minuto al meglio e sul creare il tipo di vita che vuoi otterrai quello. Una delle citazioni più famose del Dr. Joseph Riggio è: “Laddove metti la tua attenzione ottieni risultati”

Se metti attenzione sull'arrivare a fine mese otterrai il fatto di arrivare a fine mese. Se metti attenzione sul fatto di essere in ogni minuto al meglio otterrai il fatto di essere in ogni minuto al meglio. Se metti attenzione sull'avere una vita spettacolare otterrai una vita spettacolare. Ha senso, no?

Allora come mai la maggior parte delle persone pensano che se mettono attenzione ai problemi otterranno una vita spettacolare?
Non fare anche tu lo stesso errore!

GIORNO 6

Ritorna ad essere normale!

In questo breve ebook ti ho fornito un facile accesso a quelle che sono le idee principali del modello MythoSelf™. Come preannunciato nell'introduzione, il modo migliore per usufruire di questo ebook è viverlo! Consumalo, fai gli esercizi giorno dopo giorno, nota cosa cambia e cosa succede a livello di percezione della tua realtà, e nota come la tua vita si trasforma e si evolve man mano che sposti la tua attenzione verso ciò che vuoi davvero. E soprattutto trasforma in azione quello che hai imparato.

Il punto nodale di ogni processo di miglioramento è ciò che succede quando sei "normale". È facile che dopo la lettura di un libro, dopo la frequenza di un seminario o dopo una sessione di coaching ci sia un picco di azione e risultati. Ciò che ti invito a fare, invece, è di riportare la tua attenzione verso le idee di questo ebook nel contesto della tua vita ordinaria.

Inizia a decidere di essere al meglio anche quando guardi la TV, quando parli con un amico, quando guidi. Sposta la tua consapevolezza su ciò che hai notato essere presente in te quando sei in condizione di flusso, e da questa posizione vivi ogni momento ordinario della tua vita. E ti accorgerai che in questo modo... anche l'ordinario diventa straordinario!

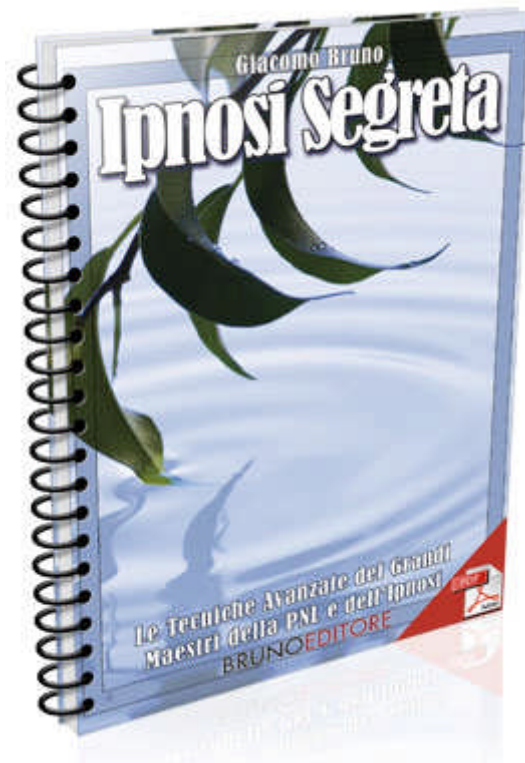
Se poi volessi approfondire il modello MythoSelf™ ti invito a visitare il sito MythoSelfItalia.com, dove troverai tutte le informazioni per poter frequentare il corso base “The MythoSelf™ Experience” e i corsi avanzati e di certificazione.

Ti aspetto!

Piernicola De Maria

EBOOK CONSIGLIATO

IPNOSI SEGRETA



Le Tecniche Avanzate dei Grandi Maestri della PNL e dell'Ipnosi

EBOOK CONSIGLIATO

[PNL SEGRETA](#)



Raggiungi l'Eccellenza con i Segreti dei più Grandi Geni della PNL

EBOOK CONSIGLIATO

[LA NUOVA LEGGE DI ATTRAZIONE](#)



Come Trasformare i Tuoi Sogni in Obiettivi Concreti e Realizzabili

TI È PIACIUTO QUESTO EBOOK?

Visita questi siti:

www.effettoleva.com/

www.piernicola.com/

www.mythoselfitalia.com/

www.30decisioni.com

www.mythoself.com/

www.JosephRiggio.com

Per il Catalogo aggiornato visita il sito

WWW.BRUNOEDITORE.IT