

Ciao e grazie per aver scaricato questo contenuto tratto dal mio libro, che ho pensato di donarti. Come tutti i contenuti anche questo ha alla fine dei brevi e soprattutto semplici consigli immediatamente applicabili alla vita reale. Alla fine del capitolo troverai anche il modo di metterti in contatto con me. Buona lettura.

Liberamente tratto da: *ReStart*

Qualche tempo fa, nell'estate nel 2016, mentre me ne stavo "sprofondato" in una brandina a prendere il sole, dopo un lungo bagno al mare di oltre un'ora in quel di Sabaudia, giocando col telefonino e curiosando tra i siti, m'imbattei in un corso sul Coaching.

M'incuriosì molto l'approccio della pubblicità circa la formazione che avrei potuto ottenere e richiesi degli ulteriori chiarimenti. Di lì a poco venni contattato da Marco, che mi diede tutte le risposte ai quesiti che gli posi. Mi iscrissi subito. Il corso era articolato in sei mesi.

Alcuni dei concetti li conoscevo, ma l'approccio per il quale non devi dare consigli, partendo dal presupposto che ognuno le risposte le ha già dentro di sé, mi sembrò il coronamento naturale di anni di studio e di corsi fatti per poter dare le giuste motivazioni e spronare gli altri nel giusto modo, che tra l'altro è un approccio da me utilizzato sin da tempi lontani nei miei corsi di formazione.

Il Corso con Marco era molto interessante e alcuni concetti per me nuovi, la difficoltà di metterli in pratica e un metodo che non avevo mai sperimentato, mi davano il giusto *grip* per apprendere e rimanere concentrato.

In realtà per alcune cose era un piacevole ripasso e, mentre seguivo il corso molto attentamente, **mi trovai a soffermarmi sul fatto che nonostante avessi la conoscenza di alcune delle nozioni spiegate, non le avevo a mia volta più messe in pratica.** "Molto strano" pensai.

Anni di studi di applicazione sulla motivazione, sulla leadership, sul raggiungimento degli obiettivi, per poi ritrovarmi a constatare quasi di non ricordare o quasi di non sapere e comunque di non utilizzare.

Era come se entrassi in un garage e ritrovassi un baule impolverato, in cui oltre alle nozioni, vi fossero anche le foto delle cose che avevo messo in pratica, sperimentato e insegnato e quelle dei momenti più belli della mia vita lavorativa.

Mano a mano, le scatole contenute nel baule venivano aperte, alcune per gli argomenti del corso, altre perché l'aprirne talune mi risvegliava la memoria di quelle ancora chiuse. La situazione che si stava creando diventava molto interessante per me, ma nulla di più. Pensai inoltre che con qualche intervento, durante il corso, sicuramente avrei fatto la figura del saputello, ma effettivamente avevo la conoscenza di molte cose e la mia non era solo didattica, poiché l'avevo molte volte messa in pratica.

Un giorno successe qualcosa di straordinario. L'esercizio consisteva nel rivivere un'esperienza positiva, per crearne un'ancora cui potersi vincolare nei momenti di difficoltà o di stress, o comunque per ricreare uno stato di benessere psicofisico positivo.

Ve la racconto così come me la ricordo: «Marco chiede un volontario ed essendo un esercizio semplice, che avevo avuto già modo di far fare in qualche corso del mio passato, mi offero come candidato. Marco mi fa alzare in piedi e mi chiede di rivivere il momento.

Racconto che quando uscivo dal porto con la barca lasciavo a terra ogni preoccupazione, ogni stato d'animo negativo e comunque ogni pensiero non produttivo, per entrare in un mondo nuovo, in un'altra dimensione dove trovavo pace e serenità. Marco mi fa il riassunto di quello che ho detto e mi chiede di rivivere nuovamente il momento di eccellenza della mia vita, guidandomi lui stesso, attraverso le parole da me pronunciate con cui ho descritto poco prima la situazione.

Mi rivedo e rivivo il momento in cui sono a bordo, accendo i motori che iniziano a borbottare nella fase di riscaldamento, ritiro i parabordi e stacco le cime, dapprima quelle a prua e poi quelle a poppa. Quando butto sul pontile le cime di poppa, come sono solito fare, capisco che è il vero momento in cui stacco la spina. È proprio quello il mio istante, il momento in cui entro in uno stato di pace, benessere e serenità. Poi i motori al minimo per uscire dal porto e una volta fuori abbasso le manette per raggiungere la velocità di crociera, pronto a una nuova avventura. A questo punto la prua si abbassa e la barca si stabilizza con una velocità di crociera di trenta nodi circa e con punte massime di quaranta. Nella visualizzazione riporto un episodio straordinario accaduto circa dieci anni fa. Era il 28 di dicembre, mi recavo all'isola Favignana, partendo dal porto di Marsala. Non c'è nessuno durante la traversata e solo in prossimità dell'isola incontro un pescatore con una piccola barca che passa in lontananza, e qualche gabbiano. Il cielo è azzurro e il mare è calmo di "Albaria", come si dice dalle nostre parti, cioè mare piatto e assenza di vento. Faccio scendere l'ancora dentro la splendida Cala del Preveto. Sono fermo, poi la barca ha un leggerissimo rollio. Mi godo il momento. Dopo un po' tiro fuori dalla cambusa qualche pezzo di pane raffermo e dei biscotti in scadenza. Ci penso un attimo, poi li spezzetto e li getto in mare. La barca al rientro doveva essere rimessata e quindi si sarebbe buttato via tutto. Subito, in pochi secondi, una moltitudine di pesci di varie dimensioni, fece capolino unitamente a uno stormo di gabbiani. È un'immagine bellissima, che porto nel mio cuore e che ricordo con piacere.

Marco mi fa notare il mio cambio di postura e gli dico che ho notato anche di avere modificato il mio modo di stare in piedi. Mi fa cenno di averlo visto. È un bellissimo momento. Poi andiamo in pausa».

Il corso continuò nella tre giorni prevista di quella sessione. Nel pomeriggio Marco mi diede un'altra dritta: «Tony Robbins ha fatto un film di un suo corso con la regia di Joe Berlinger che ha curato anche la regia di un documentario sugli Oasis ed è in esclusiva su un network privato».

Quella notte stessa alle due mi svegliai. Senza un particolare motivo rimasi a occhi aperti. Mi ricordai dell'esperienza di eccellenza che avevo rivissuto con Marco e di lì a poco mi ricordai del film. Aprii l'Ipad, mi collegai e iniziai la visione con il pensiero che di lì a poco avrei ripreso a dormire.

È qui che mi accadde l'imprevisto! Infatti, durante la visione, mi ritornarono vividi quei momenti in cui partecipavo anch'io personalmente a uno degli eventi di Tony, mi ricordai di tutto quello che era accaduto dopo, degli straordinari risultati ottenuti, della motivazione che avevo, di come mi sentivo e per quali ragioni facevo quello che facevo. **Mi ritornò in mente il quaderno in cui avevo scritto i miei valori di base e con la mia missione di vita.** Fu come se quel garage impolverato si fosse ripulito di colpo, in un attimo. Fu come se tutto avesse ripreso forma, come se tutte le informazioni fossero nuovamente chiare, disponibili e fruibili. Mi ritrovai addirittura proiettato indietro nel tempo.

In un lampo mi ricollegai fino al momento in cui avevo mollato tutto e avevo deciso di lasciare perdere, quando avevo variato la rotta di un grado, quasi inconsapevolmente e poi avevo inseguito e cercato di porre rimedio a qualcosa che avrei dovuto lasciare andare. **In mezzo alle scatole,**

ritrovai quella dei sogni che pensavo mi avessero portato via. Ma la ritrovai lì, intatta, con il libro da scrivere come priorità, libro che avevo programmato e che poi avevo rimandato fino a riuscire a dimenticarmene completamente, volendo farlo e seppellendolo con le mitiche frasi giustificatorie del tipo “dovrei scrivere il libro” oppure “in qualche tempo a venire scriverò il libro” ecc. All'improvviso tutto mi giunse chiaro e di una limpidezza incredibile.

Ebbi delle forti emozioni e dei momenti di gioia e di entusiasmo. Continuai a guardare il video, ritrovando con la fine della proiezione esattamente il punto in cui avevo fatto il cambio di rotta per me epocale, il punto dal quale avevo iniziato la discesa, in cui avevo smarrito la mia via, il momento in cui avevo virato di un grado la mia rotta.

Cominciai a pensare e tra le cose che meditai c'era che forse **per poter parlare di successo e di bei momenti, di risultati e di strategie, dovevo passare anche dai momenti più tosti e difficili,** arrivare a contatto intimo con punti critici, in situazioni dove sembrava impossibile il ritorno, creando nuove zone di confort dalle quali mai più uscire, per poter poi apprezzare quello che già avevo, di cui disponevo e di cui inspiegabilmente non avevo fatto uso per uscire dai miei guai. Hai capito bene: **capivo e conoscevo il metodo per uscire dal problema e lo avevo addirittura insegnato, ma trovandomici dentro, non ero stato in grado di utilizzarlo.** Avevo capito in un attimo cosa fosse successo.

Avevo compreso che in certi momenti il cervello si chiude a riccio sui problemi impedendoti di vedere oltre, che non riesci più a capire la rotta, che il GPS è in un capo magnetico e dà informazioni errate. Che avrei dovuto, in tempi non sospetti, crearmi prima delle soluzioni, dei riferimenti, dei sistemi di allerta. Se avessi avuto questi strumenti e una sirena che si accendeva e che mi ricordasse di utilizzarli in un momento di panico, prima di uscire dal mio sentiero o anche appena uscito, o che mi avessero consentito comunque di poterlo riprendere, anche in momenti di difficoltà, sarei stato salvo.

Questa era la mia idea del libro, quella che avevo sospeso, rimandato e da ultimo messa in un pacco in garage, in attesa che la polvere la ricoprisse fino a farla sparire. Spensi l'Ipad e mi girai per dormire. **Mi sentivo però l'adrenalina dentro, mi giravo e mi rigiravo.** Molte idee mi frullavano per la testa, molti ricordi, molto di tutto. **Sentii un'irrefrenabile voglia di scrivere.**

Dovevo scrivere. Riaccesi l'Ipad e scrissi la traccia e il contenuto di quelli che sarebbero diventati poi gli undici capitoli del libro. Erano oltre le quattro di mattina. Spensi tutto e mi riaddormentai in un sonno propiziatorio molto rilassante. Il giorno dopo ero felice, energico e rigenerato. Andai al corso, ma mentre ero lì mi sopraggiungevano ancora ricordi, cose da scrivere, cose da fare, cose che stavo trascurando e altre da chiudere.

Era come vivere dentro un fiume in piena. È incredibile ma è come se avessi ricominciato a vivere, ma con un'esperienza più consapevole, più forte. Adesso avevo la certezza che per potere scrivere quello che volevo scrivere, ci dovevo prima passare dentro, sporcarmi le mani, i piedi e il corpo, per poi ritrovarmi ripulito ma pronto e preparato a poterlo fare.

Adrenalina a mille, al corso mi aspettavano dodici ore incluse le pause. Non avevo quasi dormito ma ero sveglissimo come se avessi riposato per dieci ore di fila. I flash di azione che mi arrivavano erano continui. Mi trovavo spesso a prendere appunti nelle pause. Incredibilmente tutto girava come se mi fossi sbloccato, come se fossi ritornato nel pieno flusso della mia vita, come se da ieri a oggi fosse intercorso un semplice switch, un interruttore on/off che aveva immediatamente ridato luce a tutto quello che facevo.

Mi venivano in mente una marea di cose, consecutivamente, come se dovessi colmare un tempo in cui non avevo più avuto informazioni corrette. Era una sorta di download di aggiornamento che ti cambia il desktop e i tasti funzionali del PC. Motivazione “a mille” e grande intensità.

In quel ReStart cominciai a notare che le cose che stavo facendo funzionavano alla grande. Cioè, mi accorgevo delle stesse cose che il giorno prima già funzionavano ed erano proattive, ma delle quali non avevo piena percezione, che non vedevo, immerso nei miei pensieri con punti di vista che si erano modificati nel tempo, cioè tendenzialmente di resa pressoché totale alla situazione creatasi. Questo accadde dopo tanto tempo, troppo tempo, passato ad accettare quello che mi capitava. **Avete presente quando da un canile viene adottato un cane,** preso dalla strada? Che magari ha subito angherie di ogni tipo? Quando lo avvicini per dargli una carezza, o ringhia o abbassa le orecchie, e mette la coda tra le gambe nella posizione di attesa della prossima legnata.

Le sessioni di Coaching che stavo facendo andavano benissimo. I miei coachee stavano avendo dei risultati straordinari e notavo il loro cambiamento e la grande motivazione che avevano addirittura nel sollecitarmi gli appuntamenti. Ero felice quando, attraverso il mio lavoro, qualcuno aveva dei successi. Ne godevo come se ne fossi stato direttamente interessato. Era una sensazione meravigliosa. Anche nel lavoro di consulenza alle aziende stava funzionando tutto bene. Avevo ricevuto dei solleciti su alcune nuove iniziative e mi venivano offerte nuove opportunità.

Incredibile! On/off. Nel tempo di un lampo!

Che fosse accaduto qualcosa di migliorativo lo avevo capito anche se, abitualmente, sono abbastanza controllato nell'esternare le mie emozioni, e quindi attendevo qualche altro risultato prima di parlare di vero cambiamento della rotta. Ma era successo qualcosa di straordinario, rivedendo il film. **Si era aperto un fiume in piena, avevo riso di cuore, avevo pianto, non solo lacrime salate, ma dei veri e propri singhiozzi,** forse non avevo capito molto del contenuto della storia, ma alcuni elementi mi avevano riallacciato alle mie aspirazioni, attività in corso e al mio passato imprenditoriale e personale. **Ciò che era avvenuto, in pratica, era che avevo ripercorso alla velocità della luce la mia vita, tagliando di netto gli anni più bui e ricollegandomi come per magia al punto esatto in cui i miei sogni si erano fermati.**

Analizzando correttamente in realtà, avevo constatato di aver ripreso con costanza da circa due anni a riscrivere i miei obiettivi, ponendoli in maniera dapprima misurata, poi alzando l'asticella di trimestre in trimestre, notando che ero riuscito di nuovo a raggiungerli. Avevo anche posto degli obiettivi di risultato di team in azienda, anche questi raggiunti regolarmente, con grande entusiasmo da parte di tutti.

Gli obiettivi! Quante volte li avevo spiegati, fatti mettere in pratica e raggiungere. Quante volte mi ero ritrovato a immaginarli, a scriverli, a inseguirli e ad avere il piacere di constatare, dapprima, come anche quelli più difficili li superavo con successo e, negli anni a seguire invece, l'impossibilità di raggiungerli, sia quelli più ambiziosi, sia quelli più semplici, arrivando a pensare che tanto era inutile scriverli (anche se non ho mai smesso di farlo).

Ero arrivato ad attribuire loro un peso relativo nel contesto della mia vita, come un lavoro che fai per abitudine, ma che non mi dava più alcuna emozione, sentendoli e vedendoli molto lontani dalle mie possibilità. Certo prima erano anche molto legati al fatto che era per me importante raggiungerli per la mia famiglia, per essere da esempio ai miei figli, ma ora come è naturale che sia, diventando grandi, hanno iniziato ormai a percorrere le loro strade della vita: mia figlia andando a vivere con il suo amore e impegnatissima nella sua carriera, mio figlio prendendo dapprima le dovute distanze da me, fatto spesso naturale e legato alla crescita e alla ricerca della propria indipendenza, per poi ritrovarlo, qualche anno dopo, con immenso piacere, al mio fianco nel lavoro.

Scoprendo con ammirazione di avere accanto una persona che lavorativamente parlando presenta qualità eccelse, essendo ricercato dai clienti in maniera diretta, i quali spesso bypassano anche me, con mia grande soddisfazione. **Scoprendo un giorno meraviglioso che, a sua volta, ha la propria scaletta di obiettivi**, di cose da raggiungere, che gli danno una fortissima motivazione e che lo fanno agire in piena libertà e divertimento per ciò che fa.

Durante il corso, avevo anche fatto un lavoro sulla domanda guida e sui valori, scoprendo che le cose da me scritte, circa la mia situazione, ormai venti anni prima, erano per me ancora attualissime. **La mia missione di vita di essere forza dell'amore per gli altri e per me**, è quella che ancora pulsa nel mio intimo, che mi appartiene, che mi identifica. I valori a me cari e scolpiti a livello più profondo nel mio DNA, quali l'amicizia, l'amore, la passione, la determinazione, l'umiltà e il rispetto, sono ancora fermamente saldi nella mia persona, mi appartengono e mi ci identifico da sempre. **Li avevo solo momentaneamente parcheggiati, messi dentro nel baule dei ricordi**, pensato che appartenessero a un mondo che oggi forse non c'era più, dimenticando che invece sono essenziali nel mio di mondo, nelle persone di cui mi interessa e che di me si interessano, e nella mia vita. Li avevo letti di nuovo qualche anno fa, archiviandoli però come se fossero cose che facevano parte del mio passato e del passato di tutti e che a causa del cambiamento del mondo, in evoluzione priva di questi significati, non fossero più attuali.

I pensieri sono importanti. Quando cominci a ripeterteli più volte, quando li hai fatti tuoi, si trasformano in vere e proprie credenze e le credenze ti fanno agire in un certo modo anziché in un altro. Ti muovi in piena considerazione di esse, ti portano nella loro direzione, a prendere decisioni e iniziative che ne tengono conto e incredibilmente ciò che semplicemente era un pensiero poi si trasforma in realtà. Diventano la mia realtà, la tua realtà e la realtà di tutti. Ecco cosa era veramente accaduto. Se ci pensi, è lo stesso processo che può aiutare a trasformare, migliorare, far progredire una persona, ma che se fatto al contrario, con credenze demotivanti o bloccanti, conduce a risultati non voluti, non desiderati e a volte incredibilmente negativi.

Sono consapevole oggi, che se non avessi vissuto tutto questo in prima persona, non avrei potuto scriverne, per raccontare anche a te che mi leggi. Non sottovalutare l'importanza di avere delle giuste credenze e l'importanza ogni tanto di verificarle. Ancora oggi ogni tanto, scrivo per un paio di settimane su un taccuino tutti i pensieri negativi, che mi vengono in mente durante la giornata. Alla fine del periodo mi rendo conto che i pensieri principali sono spesso ripetuti durante il quotidiano e, in quasi tutti i giorni, non sono mai superiori a tre. Dopo averli identificati, li smonto con un ragionamento e con una frase che scrivo accanto e che mi ripeto ogni qual volta in cui, nei giorni a seguire, mi viene in mente il pensiero negativo da cui sono partito. Questa tecnica è uno strumento molto potente.

Due persone di famiglia mi avevano ispirato nel passato, entrambe con posizioni economiche di rispetto, ma di cui mi dispiacevano delle cose. Al primo, il fatto di essere diventato ricco e poi poverissimo per via della metodologia con la quale aveva avuto accesso al denaro, ma di cui ammiravo e tenevo ad esempio la sua energia, la sua vitalità, unità a un grande senso di ironia e divertimento non comuni. Al secondo il fatto di avere avuto delle conoscenze importanti, sulle metodologie del suo lavoro e della creazione della sua ricchezza, che avrebbe potuto condividere con i suoi familiari, **permettendo loro di trovarne una traccia, un sentiero già percorso, una mappa e una cartina degli ostacoli**, per poterne proseguire le orme o per avere una rotta da seguire sicura. Molto spesso ho fatto cose divertenti, un po' pazzarelle, ispirandomi al primo, e altrettante volte ho avuto modo di essere concentrato, di ragionare e di metterci la testa pensando al secondo.

Questo mio cruccio di poter ricevere una traccia di famiglia è uno dei forti motivi per cui nacque in me l'idea di scrivere un libro da lasciare ai miei figli, ai miei nipoti e alle persone di famiglia che

avessero voluto seguire un sentiero già segnato. Agli amici del cuore, persone che, trovandosi magari su una strada di montagna innevata, avevano la possibilità di scorgere ai margini dei paletti segnaletici per poter avere sempre dei riferimenti che permettessero loro di restare costantemente nella carreggiata, senza pericoli e soprattutto per non arrendersi di fronte alle prime avversità. Per sapere cosa fare al fine di tirarsi fuori dai guai e procedere nella direzione dei propri sogni.

Pensandoci bene, due cose avevano determinato la mia effettiva crescita di patrimonio e di successo personale e la mia momentanea disfatta economica. **Avevo continuato a essere cocciutamente determinato al raggiungimento dei risultati** e a lavorare alacremente e con grande impegno, senza risparmiarmi. Il primo fattore è tra i miei valori prediletti unitamente all'importanza del team di lavoro, della squadra, che mi consentivano di eccellere e di far eccellere: il team con cui di volta in volta mi rapportavo nelle aziende in cui conseguivamo risultati non comuni, straordinari. Nel secondo caso, avendo delle credenze non positive, ho usato la determinazione per arrivare a inesorabili traguardi negativi accettando di lavorare con persone con le quali non avevo valori base condivisi e quindi condannandomi a vivere rapporti superficiali, destinati sin dall'inizio a esaurirsi e a non progredire.

Ricordo un giorno a Palermo di qualche anno fa, in cui il tempo era stato davvero inclemente. Strade bloccate dal maltempo e dalla neve, pioveva e tuonava all'inverosimile. Avevo organizzato la formazione per cento persone, il catering, la sala, avevo provato e riprovato più volte e l'ultima volta addirittura il giorno prima nella stessa sala nella quale si sarebbe tenuto il convegno. Si presentarono appena in nove più lo staff, che quel giorno era di sette unità, dato il numero elevato degli invitati.

Nove che avevano sfidato il maltempo per venire a sentire cosa avevo di bello da dire. In realtà, secondo me, alcuni approfittarono della notizia del mal tempo per non venire, d'altronde si trattava della presentazione di un nuovo progetto che si sarebbe ripetuta e pensarono: "C'è tempo, ci posso andare anche la prossima volta". Attendevamo un gruppo che sembrava essere partito da Catania e mano a mano che passava il tempo, pensavo di convocare un altro corso di formazione e i presenti li avrei rimandati a casa per la prossima sessione.

Poi mi fermai a pensare. Ricordo che andai nel bagno dell'hotel e ragionai tra me e me davanti allo specchio: **"Ma se queste persone, a differenza delle altre, hanno affrontato il mal tempo e sono qui nonostante tutto per ascoltarmi, non solo debbo fare il corso ma debbo pure dare il mio meglio.** Avrò il massimo rispetto per loro, anche a scapito di qualche esercizio, che ho pensato per un numero di presenti maggiore".

Decisi immediatamente. Mi presi qualche secondo per entrare nello stato giusto ed entrai in sala. Feci un cenno ai miei, che mi capirono al volo, tanto era il feeling che avevamo, e impartimmo una formazione fantastica, che onestamente durò un'ora in meno del tempo previsto, ma di cui tutti alla fine furono entusiasti e motivati. Ricevetti anche molti complimenti per il progetto e addirittura per la formazione! Considera amico mio, che da questo gruppo vennero fuori i miei migliori team leader della nuova azienda in relazione alla nuova attività.

Oggi, la formazione che sto erogando nella piccola azienda di Jeffrey sta creando un gruppo di fuoriclasse, di campioni. Semplice per me, con un gruppo così contenuto, ma altrettanto divertente e soprattutto motivante. La sfida consisteva nel fatto che non avevamo bisogno di professionisti, ma che avremmo avuto i migliori. Con i giovani sembra più semplice ed è nettamente più tosta con chi è già formato, soprattutto in altri ambiti. Per me, invece, molto tosta perché a seguire i miei corsi c'è anche mio figlio e sicuramente è anche una grande opportunità di crescita per me, data la complessità. Il risultato è davvero divertente. Ciascun cliente ritiene che la persona che lo segue sia

migliore degli altri e lo vuole avere sempre e solo come unico riferimento. Divertente ed entusiasmante ritengo, quale feedback di tanto impegno.

Imparo: una volta stabiliti obiettivi e rotta devo essere focalizzato e concentrato. Ricordiamoci che un grado di sfasamento non ci farà arrivare alla meta.

La prima lezione guida: teniamo una rotta scritta, ci servirà nei momenti difficili. Da qualche anno proprio per non incorrere negli errori del passato tengo una Moleskine [marca di taccuini e agende; *N.d.R*] su cui appunto giornalmente cosa accade; anche un semplice PC, per chi preferisce, potrà andare benissimo. Poi tengo anche un diario dei successi. Mi ricorderà, quando le cose non vanno bene, che posso farcela comunque.

La seconda lezione guida: scopri i tuoi valori, la tua visione e la tua missione. Scrivili e tienine conto sempre anche quando stai formulando gli obiettivi. Saranno tuoi preziosissimi compagni di viaggio.

La terza lezione guida: scrivi su un foglio i pensieri negativi, poi risolvili sull'altra parte e mettili in pratica. Avrai acquistato una marcia in più di rapido effetto.

La quarta lezione guida: scopri chi ti ispira e, se ti sembra di non avere riferimenti, leggi autobiografie che ti possano ispirare, anche di personaggi che non hanno nulla a che fare con la tua vita personale o lavorativa. Scoprirai mondi ed esperienze che non avresti mai immaginato.

Grazie per essere arrivato fin qui. Sarebbe interessante per me sapere cosa hai apprezzato di questo mio scritto e cosa invece non ti ha dato la giusta carica.

Mi puoi scrivere ad alby@albertolago.it oppure direttamente sul mio sito www.albertolago.it o ancora su facebook <https://it-it.facebook.com/albertolagocoach/>

A presto e buon ReStart
Alberto Lago