



 *Amore oggi*

LA STRADA PER LA FELICITÀ

COME RAGGIUNGERE LA FELICITÀ CAPENDO LA NATURA UMANA

VERSIONE PER DONNA

Testo a cura di Luca Leonardi

© Luca Leonardi & Amore Oggi

www.amoreoggi.it

INDICE

Indice generale

INDICE.....	3
PRIMA DI COMINCIARE.....	7
INTRODUZIONE.....	9
PRESENTAZIONE DELL' AUTORE.....	14
LA NOSTRA FELICITA' BIOLOGICA.....	22
DA COSA DIPENDE LA FELICITA'?.....	23
MANCANZA DI CONSAPEVOLEZZA + SOFFERENZA = ?.....	38
L'IMPORTANZA DEI SOGNI.....	55
TUTTE QUELLO CHE TI IMPEDISCONO DI RAGGIUNGERE LA FELICITA'.....	62
NON CI CREDI ABBASTANZA E NON SAI QUAL'E' IL TUO OBIETTIVO.....	63

NON DAI LA GIUSTA IMPORTANZA ALLE COSE...	73
STAI CERCANDO DI FARE TUTTO DA SOLO.....	85
CERCHI DI IMITARE GLI ALTRI.....	92
STAI PROCRASTINANDO.....	97
TI ARRENDI E BUTTI GIU QUANDO LE COSE NON VANNO.....	100
COME RAGGIUNGERE LA FELICITA'.....	102
CAPISCI QUALI SONO I TUOI DUE OBIETTIVI.....	103
STRUTTURA UNA STRATEGIA D'AZIONE.....	110
AFFIDATI A CHI PUO' DARTI LE COMPETENZE E LE CONOSCENZE GIUSTE PER AVERE SUCCESSO	115
AGISCI ORA!.....	123
NON ARRENDERTI MAI!.....	125

PARLIAMO DI AMORE, RELAZIONI E SEDUZIONE	129
IL PIU' GRANDE NEMICO DI UNA DONNA.....	130
QUALI SONO LE EMOZIONI PRINCIPALI DI AMO- RE ED INNAMORAMENTO?.....	142
PENSAVI FOSSE AMORE? INVECE E' OSSESSIONE	152
L'ILLUMINAZIONE SENTIMENTALE.....	160
LE TUE EMOZIONI TI FREGANO.....	170
CI SONO UOMINI E UOMINI.....	176
IMPARA A SELEZIONARE.....	181
LO FACCIO SOLO PER ME STESSA...?.....	189
COME FAR INNAMORARE UN UOMO E VIVERE RE- LAZIONI FELICI.....	193
L'ILLUMINAZIONE SENTIMENTALE.....	197

CONCLUSIONI.....	200
------------------	-----

PRIMA DI COMINCIARE

Prima di cominciare è opportuno io ti dica come puoi fare a contattarmi per ricevere ulteriore aiuto o pormi domande.

Essendo il progetto Amore Oggi totalmente NO PROFIT non ci serviamo di alcun servizio email nè per il marketing nè per l'aiuto ai clienti.

Quello che abbiamo invece, è un gruppo facebook chiuso all'interno del quale pubblichiamo costantemente materiali didattici e grazie a cui è possibile entrare in contatto direttamente con noi.

Tieni a mente che, proprio perché non ci paga nessuno per quello che facciamo, il nostro tempo è molto importante e generalmente lo impieghiamo solo per le persone che dimostrano una reale volontà d'azione e che sono attive.

Per raggiungere il gruppo puoi **CLICCARE QUI**.

Se poi trovassi il nostro lavoro valido e d'aiuto e volessi aiutarci a mantenerlo online e vivo, puoi diventare uno sponsor (*la sponsorizzazione minima è di 2 euro al mese, veramente minima*) **CLICCANDO QUI.**

Ti lascio all'introduzione ed ai contenuti dell'ebook con un abbraccio,

Luca.

INTRODUZIONE

Felicità.

Una sola, piccola parola intorno alla quale gira la vita di ogni persona del pianeta.

Dubito fortemente che se ti chiedessi "*vuoi essere felice?*" la tua risposta sarebbe "*no*".

Il semplice fatto che tu stia leggendo questo ebook dopotutto è prova sufficiente che essere felice fa parte dei tuoi desideri.

La domanda è "come si arriva ad essere felici?".

Facendo questa domanda a persone diverse è possibile ricevere innumerevoli risposte, tutte diverse tra loro.

Qualcuno ti dirà che la vera felicità puoi trovarla solo dentro di te e non dipende da nient'altro.

Ci sono poi delle persone che ti diranno che per essere felici bisogna essere capaci di accontentarsi

di quello che ci da la vita.

Qualcun altro partlerà d'amore, qualcuno parlerà di soldi, qualcuno citerà o scriverà poesie a forte impatto emotivo e qualcun altro ti dirà semplicemente che lui *"ha deciso di essere felice e da quel momento lo è sempre qualsiasi cosa succeda"*.

Ma nessuna di queste risposte, prese a se stanti, possono realmente descrivere il processo della vera ricerca e scoperta della felicità.

Dobbiamo sempre ricordare infatti che ogni persona è, in quanto essere umano, un essere biologico, guidato da istinti naturali e meccanismi psicologici che vanno a delineare nel dettaglio chi siamo e quello di cui abbiamo bisogno per vivere felicemente.

Magari potresti pensare che non siamo solo ammassi di carne guidati dagli istinti, che siamo esseri superiori, che vivono anche seguendo cuore ed anima.

Niente di più corretto!

Il problema è in un concetto sbagliato di quello che cuore ed anima, nonché istinti e meccanismi psicologici sono.

Le persone tendono a credere che vi siano differenze tra queste cose ma cosa succederebbe se riuscissimo a pensare che forse invece... sono tutte la stessa cosa?

Gli istinti ed i meccanismi psicologici fanno parte di noi sia da un punto di vista carnale che da un punto di vista spirituale.

Il nostro cuore ci fa provare determinate sensazioni in base alle esperienze che vive, alle convinzioni che hai, alle sostanze chimiche che si creano ed agitano all'interno della tua mente.

L'elemento che va a creare confusione su questo concetto altro non è che la corruzione che dilaga su tutto il pianeta come se fosse un manto che copre e sommerge ogni cosa ed ogni persona.

Uomini che insegnano la spiritualità, per poter essere superiori a chi insegna il lato scientifico, affermano che spirito e carne sono diversi e che lo

spirito è più importante.

Gli scienziati invece spesso e volentieri affermano il contrario per lo stesso identico motivo.

Veniamo poi bombardati fin dalla nascita da un'infinità di informazioni che vanno a delineare quelle che saranno le nostre convinzioni e quello che arriveremo a considerare "vero".

Da quel momento in poi considereremo vero quello che vogliamo sia vero a prescindere dal fatto che lo sia realmente o meno.

Quella di cui parleremo all'interno di questo ebook è la realtà biologica dell'essere umano.

Di come il nostro stesso essere, composto sia di carne che di spirito, sappia già di cosa ha bisogno per essere felice ma questo bisogno viene spesso cancellato o annichilito dalla società e dalle altre persone.

Nella seconda parte di questo ebook oltretutto, ti fornirò anche delle conoscenze base riguardanti proprio i rapporti sentimentali e la seduzione: il

punto principale del progetto amore oggi.

PRESENTAZIONE DELL' AUTORE



Credo che quando ci si appresti a leggere un libro come questo, che tratta argomenti di grande importanza che possono influenzare la propria vita, sia importante capire a chi ci si sta affidando.

Pertanto, nel caso in cui tu non mi conosca già o non abbia seguito *Amore Oggi*, reputo necessario scrivere qualche riga di presentazione.

Io sono Luca, una persona assolutamente normale

con pregi e difetti come tutti ma che, da sempre, ha uno spiccato talento per materie psicologiche e sociologiche.

Quando avevo 15 anni, solo osservando il comportamento altrui e ragionando su di esso, ho tirato fuori dalla mia testa concetti di Psicologia che solo anni dopo ho scoperto essere materia di studio universitario.

Cresciuto bistrattato, maltrattato e soprattutto rifiutato, ho deciso ben presto che, inizialmente per una questione puramente egoistica di migliorare la mia vita e, successivamente, per riuscire ad aiutare gli altri a migliorare la loro, il mio focus doveva essere sulle relazioni sentimentali.

Rifletto, studio e faccio ricerche sulla Sociologia e sulla Psicologia da quando avevo undici anni. A venti ho cominciato a studiare le specifiche della seduzione maschile concentrando ogni mia forza fisica ed economica per poterle apprendere. Per poter far pratica e per poter sperimentare le mie ricerche, gli anni sono passati tra: i turni di notte, che facevo per ottenere giorni liberi, lo studio continuo, andando avanti a drink energetici per non

crollare e, spesso, la rinuncia di un pasto sano durante la giornata pur di potermi permettere di frequentare determinate lezioni.

All'età di 26 anni ho avuto la possibilità di dedicarmi all'insegnamento facendo da Co-Trainer a un mio insegnante e lavorando come Ghost Writer per il suo sito web principale. Ho fatto l'insegnante principale per un sito web secondario associato alla scuola dello stesso insegnante e supportando la parte pratica dei corsi dal vivo.

Da quel momento in poi i miei sforzi nello studio, nella ricerca e soprattutto nella sperimentazione si sono moltiplicati creando non pochi problemi.

Non sono mai stato una persona che si accontenta di sentirsi dire come fare le cose, quanto più una persona che mette in discussione gli insegnamenti, le scritture e le esperienze provando, sperimentando e ricercando fino a quando non riesce ad arrivare all'essenza delle cose... e questo non è mai andato a braccetto con persone che invece insegnavano, affermando cose del tipo: <<*Io dico che è così, quindi è così a prescindere!*>>.

E tra queste c'era anche il mio capo.

Man mano che studiavo ed evolvevo, infatti, cominciai a mettere in discussione molti dei concetti che mi erano stati insegnati e quando da me è stato preteso lo smantellamento di un libro, in cui spiegavo come mai non serviva a niente cambiare se stessi per attrarre qualcuno, a favore di un libro in cui avrei dovuto insegnare a dei ragazzi delle fra-settine pre-confezionate per “*rimorchiare*”, ho capito che il mio tempo come collaboratore doveva finire e che dovevo cominciare ad insegnare le cose di cui ero davvero convinto. Così, con molta fatica, impegno ho cominciato a lavorare sulla creazione di una nuova Scuola di seduzione online chiamata “Nuova Seduzione Naturale”.

A partire da un anno dalla creazione, Nuova Seduzione Naturale aveva superato il 95% delle altre scuole di seduzione maschile esistenti su internet, arrivando di diritto nella prima pagina di Google come piazzamento nei motori di ricerca e ricevendo la bellezza di 150.000 visualizzazioni al mese.

Proprio in quel periodo su un altro sito, partiva un concorso online in cui si sarebbe deciso tramite

votazione popolare chi era in quel momento il miglior insegnante di questa particolare materia in Italia. Io non ero presente nella lista dei partecipanti e non ero neanche a conoscenza del concorso, ma l'evento non passò inosservato ad alcune delle persone che seguivano il mio sito e che si presero la briga di commentare l'iniziativa richiedendo la mia inclusione.

Il creatore del sito e del concorso, leggendo le segnalazioni decise di controllare Nuova Seduzione Naturale per poi contattarmi e chiedermi se potevo inserirmi tra i partecipanti.

Inizialmente non ero molto propenso ad accettare pensando si trattasse del solito egocentrico che creava un concorso solo per potersi auto-eleggere a migliore d'Italia (*ne avevo già visti tentare questo giochetto*), ma constatato che proprio per una questione di trasparenza ed onestà aveva deciso di auto-escludersi dalle votazioni, diedi il mio benestare.

Alla fine del concorso, in maniera totalmente inaspettata, ero stato votato dal popolo del web come miglior insegnante di seduzione in Italia, nel 2014.

Nuova Seduzione Naturale cresceva, aumentava il pubblico, aumentavano i corsi da fare e aumentava la fama. Fino a quando, circa due anni fa, a seguito di diverse faccende personali, sono stato colpito da alcuni problemi di salute abbastanza gravi che mi hanno tenuto immobilizzato (*nel vero senso della parola dal momento che non potevo camminare*) e impossibilitato a parlare con facilità.

A causa di ciò (*il tutto è durato più di un anno*) ero incapace di portare avanti il progetto Nuova Seduzione Naturale ed essendo solo a gestire il tutto, sono stato costretto a chiudere il sito dall'oggi al domani... e sparire.

Nel 2016, quando ancora non mi ero ripreso totalmente dal mio malessere, sono stato contattato da un gruppo di vecchi studenti che ci tenevano a farmi sapere quanto grande fosse il vuoto che avevo lasciato nel settore e uno di loro, in particolare, si è offerto di mettere da parte ogni mese un tot di soldi dal suo stipendio pur di finanziare la creazione di un nuovo progetto.

Nel nuovo progetto, sono stati due i punti sui quali non ho mai ceduto terreno quando abbiamo co-

minciato a studiarne la struttura:

- non doveva essere solo per i Maschi, come quello precedente, ma anche per le Donne.

- non doveva essere incentrato sull'aspetto seduzione quanto invece sull'amore, quello vero e ben più importante dell'atto di "conquistare" e basta.

Così è nato il progetto **Amore Oggi**.

Dopo due anni di lavoro per la creazione di sito, prodotti, articoli e struttura del progetto stesso, ho avuto la fortuna di arricchire lo staff con due ulteriori collaboratori che, al contrario di come succedeva in passato quando dovevo fare tutto da solo, mi permettono di gestire la parte grafica e testuale del sito, permettendomi di concentrarmi solo ed esclusivamente su una cosa, che è la più importante: **la qualità** di quello che devo trasmettere a te se deciderai di seguirmi.

In questo progetto quindi, riverso tutti gli studi, le esperienze, le analisi e le sperimentazioni che ho fatto letteralmente per tutta la vita, con unico obiettivo: quello di

aiutarti.

**LA NOSTRA FELICITA'
BIOLOGICA**

DA COSA DIPENDE LA FELICITA'?

C'è una frase importante da cui voglio cominciare.

Una frase di tre parole.

“Io sono felice”.

Forse ti sembrerà semplice e banale ma posso assicurarti che non lo è, soprattutto visto tutto quello che ho dovuto passare prima di poterla dire.

La persona che hai appena letto dire essere felice infatti, ha sofferto per buona parte della sua vita a partire dall'infanzia fino all'età adulta vera e propria.

Al mondo d'oggi la società insegna.

Non esiste giorno, dal momento della nostra nascita in poi, che non veniamo bombardati da informazioni divulgate con lo scopo di indirizzare la nostra crescita nella direzione desiderata.

Il punto, la domanda, è... desiderata da chi?

Nel mio caso sono stati i genitori (*mio padre per l'esattezza*) a desiderare un certo tipo di formazione formata da numerosi dettami cristiani (*considerando che era pastore protestante è abbastanza comprensibile*).

Non reagire alle provocazioni, non cedere alla violenza, porgi l'altra guancia, sii sempre gentile con tutti, eccetera, eccetera, eccetera...

Una persona che segua questi insegnamenti, se vogliamo analizzare la cosa, si ritroverà ad essere qualcuno che non farà altro che chinare la testa davanti agli altri, che avrà paura ad esprimersi perché tenderà a non voler interrompere o “contrastare” nessuno e, soprattutto, che non reagirà mai qualsiasi cosa gli facciano.

Ovvero la preda perfetta per i bulli, che non vedono l'ora di poter sfogare su qualcuno tutta la loro rabbia.

Infatti questo ero io: la preda preferita per i bulli. La mia vita andava avanti tra prese in giro e botte su botte.

Poi c'è stata l'educazione che mi è stata data da videogiochi e cartoni animati, che erano le cose che guardavo di più in televisione.

Questi mi insegnavano l'importanza del far emergere noi stessi, della giustizia, del lottare per i propri sogni e per quello che era giusto.

Cosa che non piaceva particolarmente a mio padre che, invece, essendo affetto da una deviazione di personalità conosciuta come narcisismo perverso, mi voleva educare ad essere una sorta di schiavetto senza una volontà propria e sottomesso alla sua autorità.

Ricordo ancora le discussioni che avevo con lui quando avevo appena 5-6 anni in cui gli urlavo contro che “*non sono il tuo schiavo!*” prima di cominciare a prendere cinghiate.

Allo stesso modo in cui, quando sono cresciuto ed ho imparato ad ignorarlo invece di risponderli, mi prendeva per il collo spingendomi contro il muro perché si sentiva “*urtato*” dalla mancanza di attenzione.

A seguito di questo ci sono stati gli insegnamenti delle pubblicità che mi proponevano giochi ed articoli che, a loro dire, mi avrebbero fatto essere felice e ben accettato dagli altri ragazzi.

Insegnamento che, nella disperazione di un bambino maltrattato, mi spinse a rubare dei soldi a mio padre per comprare una vecchia console per videogiochi, pensando che avendola poi sarei stato più felice ma che servì solo a cacciarmi in una situazione ancora peggiore.

I ragazzi che volevano vendermela infatti cominciarono ad assediare lo spiazzo sotto casa mia mettendomi pressione per avere questi soldi, creando una situazione di stress sia esterno alla famiglia che interno alla famiglia visto che, ovviamente, non ci volle molto a mio padre per scoprire quello che avevo fatto.

C'erano poi gli insegnamenti forniti dagli altri ragazzi.

Li stessi che da ragazzini si ritrovavano tutti insieme dentro stanze caldaie nascoste o in angoli sperduti dei parchi per abbassarsi i pantaloni e fare a

gara a chi ce lo aveva più lungo, a chi pisciava più lontano e a chi sputava meglio.

Cose “*necessarie*” secondo loro a far parte del gruppo ed importanti all'inclusione sociale.

Ci sono stati gli insegnamenti dei maestri a scuola, dei genitori degli altri ragazzi, dei film...

Ogni singola persona che ha interagito con me ha cercato di insegnarmi qualcosa durante l'arco dell'intera vita e, pensa un po, molte ci provano (*e qualcuno ci riesce visto che tengo sempre la mente aperta durante qualsiasi comunicazione o interazione sociale*) ancora oggi.

Fatto sta che tutti quanti cercano di insegnare qualcosa che, a loro dire, ti farà bene e renderà felice.

La realtà è che nel 99% dei casi quello che ti insegnano è qualcosa che fa comodo solo a loro.

Quindi per quanto riguarda questo libro e, più nello specifico, la domanda a cui voglio tentare di rispondere, ovvero: “*da cosa dipende la felicità?*” l'insegnamento che voglio darti (*e che, poco ma sicuro, per*

me ha funzionato) è prettamente scientifico.

Se andiamo ad analizzare la natura genetica, biologica e psicologica degli esseri umani possiamo scoprire che in realtà sono tanti i compiti che ci sono stati affidati dalla natura.

Partiamo dal fatto che la natura (*o se sei credente e preferisci... Dio*) vuole che continuiamo ad esistere.

Per facilitare il proseguo della nostra esistenza in quanto razza quindi, ci ha dotati di due forti istinti: quello di **sopravvivenza** e quello di **riproduzione**.

L'istinto di sopravvivenza ci spinge a lottare, per l'appunto, spinti dalla voglia di continuare ad esistere.

L'istinto di riproduzione ci rende attratti dal sesso opposto con unico fine la procreazione che, a sua volta, è sinonimo di “*sopravvivenza genetica*”.

Procreare significa passare i nostri geni alle generazioni future permettendo alla razza umana, ed a qualcosa di noi stessi, di continuare ad esistere.

La risposta alla domanda quindi è semplice: ***la felicità degli esseri umani, da un punto di vista biologico, arriva quando riusciamo a soddisfare entrambi questi istinti.***

Legati a questi istinti sono poi nati altri bisogni umani, come ad esempio quelli relativi all'accettazione sociale.

La razza umana è considerata facente parte delle razze “*sociali*”.

Il nostro bisogno di appartenenza ad un gruppo, il piacere che deriva l'accettazione da parte degli altri... sono tutte quante cose legate all'istinto di sopravvivenza.

Più la nostra esistenza è “*radicata*” in un gruppo definito infatti, più aumentano le nostre chance di riuscire a sopravvivere e soddisfare il primo dei nostri istinti.

L'educazione che riceviamo a mezzo “*media*”, ovvero televisione, radio, riviste, politica... è praticamente tutta finalizzata a fornire dei “*mezzi*” attraverso i quali riuscire a soddisfare i nostri bisogni.

La società, ad esempio, è fortemente strutturata in base ai soldi e quindi, le persone, crescono dando importanza ai soldi ed alle possibilità lavorative (*e qualcuno al crimine...*).

Questo perché all'interno della nostra società “*lavoro*” e/o “*soldi*” sono sinonimo di “*sopravvivere*”.

All'interno di società diverse, come magari quelle di nazioni in guerra, le persone crescono con un concetto molto diverso di quello che si deve fare per riuscire a sopravvivere e si concentrano su altre caratteristiche.

Probabilmente più sulla capacità di lottare che non sulle questioni economiche.

Diventa chiaro quindi che il contesto di crescita influisce enormemente sulla convinzione di quello che è necessario per soddisfare i nostri istinti.

A seconda del nostro percorso di crescita infatti, decideremo quali sono gli aspetti migliori su cui concentrarsi per soddisfare i nostri istinti di sopravvivenza e di riproduzione.

E su questo la società marcia e specula per creare un popolo sottomesso e/o clienti per le aziende.

Leggi complicate, tasse e punizioni che vanno ad insegnare alla gente che il miglior modo per sopravvivere è quello di “*essere sottomessi*” alla società stessa ed ai suoi insegnamenti.

Certo: spesso queste leggi e queste punizioni sono giuste (*ad esempio se uccidi qualcuno vai in galera a vita, giustissimo*)... ma ce ne sono anche tante altre che sono totalmente prive di ogni senso e tutto fanno tranne che aiutare le persone che vi si devono sottomettere.

Regole ed insegnamenti creati solo con obiettivo “*sottomissione sociale*” in testa per poi essere giustificate in modi molto più “*morali*”.

La religione stessa spesso altro non è che un mezzo di controllo della massa.

E sia chiaro che non sto parlando di “*Dio*” ma di “*religione*” che sono due cose molto diverse.

Se non riesci a capire la diversità pensa ad esempio

agli scandali della pedofilia in ambito clericale: i preti coinvolti sono parte della religione... ma non di Dio.

Un altro esempio che posso farti è relativo alla bibbia stessa.

Avendo avuto un padre pastore di chiesa ho dovuto crescere a pane e bibbia ed una cosa che posso dirti è che la maggior parte delle religioni sono incentrate su regole ed insegnamenti che addirittura vengono condannati dalla bibbia stessa.

Ti potrei dire ad esempio che la religione più famosa di tutte, il cattolicesimo, è la religione cristiana che, tra tutte, è quella che si allontana di più dalla parola di dio descritta nella bibbia.

Ti faccio anche degli esempi pratici.

I cattolici hanno deciso di cambiare il “*giorno sacro*” dal sabato (*citato nella bibbia come giorno di riposo*) alla domenica per una questione politica.

Nella bibbia c'è scritto chiaro e tondo che nessun cristiano dovrebbe mai avere nessuna immagine o

oggetto da “*riverire*” eppure la religione cattolica non fa altro che divulgare santini, immagini di santi, ecc che, nella bibbia, vengono condannati.

La bibbia, e la parola di dio con essa, non contempla l'esistenza dei santi né la venerazione che essi ricevono.

Le litanie e le preghiere che vengono effettuate dai cattolici vanno, di fatto, contro il concetto di preghiera descritto nella bibbia.

Il battesimo, la comunione e tutti questi “*riti cattolici*” nella bibbia non sono contemplati anzi, nella bibbia è specificato che l'unico battesimo che conta è quello fatto consapevolmente, da adulti ed ha come significato l'accettazione consapevole di Dio nella propria vita.

Allo stesso modo l'assoluzione dei peccati che viene praticata all'interno della chiesa cattolica va direttamente in contrasto con l'assoluzione dei peccati descritta dalla bibbia.

Nella chiesa cattolica infatti, per l'assoluzione dei peccati è richiesta la recita di diverse preghiere a

seguito confessione (*comprese preghiere alla madonna ed ai santi che nella bibbia vengono condannate*).

Nella bibbia invece, l'assoluzione dei peccati funziona molto diversamente.

Gesù non fa altro che dire: “*pentiti sinceramente ed i tuoi peccati ti saranno perdonati*”.

Fine della storia.

Si potrebbe andare avanti ancora per intere pagine ad elencare punto per punto tutto quello che viene fatto dalla chiesa cattolica che va contro la parola stessa di dio e bibbia ma l'obiettivo è farti capire come anche le associazioni religiose si basano su regole e riti creati da uomini e, quindi, strutturati per insegnarti ad essere controllabile, non quello di demolire la chiesa.

Le pubblicità sono esattamente identiche solo che si basano sul “*bisogno di appartenenza*” delle persone a determinati contesti sociali per convincere a comprare.

Se ci fai caso infatti, molte pubblicità non fanno al-

tro che mostrare uomini e donne che sono felici all'interno della società in base al prodotto che hanno acquistato: che sia una macchina, un profumo o un aperitivo.

La società fa in modo di infilarci nella mente una “*modalità*” programmata a tavolino per raggiungere questa soddisfazione.

Modalità che nella maggior parte dei casi non ci porta davvero ad essere felici perché falsa.

Ci sono persone che ti insegnano che “*essere felici è accontentarsi*”.

Solo che non è vero!

Prova ad essere felice, ad esempio, senza avere da mangiare o da bere!

Non è possibile perché “*accontentarsi*” spesso significa avere bassissime possibilità di sopravvivere e riprodursi.

Ci si accontenta di un lavoro mediocre che ci dà a

malapena da mangiare.

Ci si accontenta del un compagno o della una compagna sbagliati perché sono quelli che ci sono “*capitati*”.

Qualcuno dice che per essere felici dobbiamo avere i soldi.

La società ci insegna fin troppo bene cosa bisogna fare per avere i soldi: sottoposti ad un lento e frustrante processo formativo che uccide la tua intelligenza e la tua inventiva in maniera tale da ricevere, alla fine, un certificato che ti permetterà di fare un lavoro che nel 90% dei casi neanche ti piace fare.

Ti ritrovi poi a vivere una vita all'interno della quale la mattina ti alzi, vai a lavoro, torni a casa, dormi... e ricominci da capo.

Una vita che neanche i robot dei film di fantascienza!

Qualcuno ti dirà che l'unica cosa importante per essere felici è la famiglia.

A questo punto mi chiedo quanto queste persone sarebbero felici ritrovandosi a morire di fame sotto un ponte insieme a tutta la famiglia.

Ci sono persone che studiano, hanno un lavoro e magari hanno anche una famiglia o un compagno.

Si accontentano di quello che hanno... e sono infelici ugualmente.

Questo perché nonostante sia vero che per raggiungere la felicità, in quanto esseri umani, è necessaria la soddisfazione di entrambi gli istinti che ci guidano, la modalità che usiamo per farlo è sfortunatamente controllata da altri aspetti della natura umana.

MANCANZA DI CONSAPEVOLEZZA + SOFFERENZA = ?

Per “*istinto riproduttivo*” molte persone intendono “*possibilità riproduttive legate al sesso più che ai rapporti*”.

Non a caso infatti è pieno di persone che affermano di non volersi sposare e di voler continuare a divertirsi ignare del fatto che, questa volontà, diminuisce di fatto le proprie possibilità di felicità insieme a quelle di sopravvivenza.

Visto che ti ho già parlato di come ci siano state tantissime persone che mi hanno “insegnato” qualcosa quindi lascia che ti racconti qualcos'altro.

La mia vita sentimentale è sempre stata un vero disastro.

Strano vero? Considerando il fatto che sono un Love Coach.

Fatto sta che quando ero ragazzo non facevo altro che essere rifiutato da una ragazza dopo l'altra.

Quando avevo 20 anni, a seguito di una forte delusione emotiva, finii in ospedale.

Quando sono cresciuto ed ho vissuto la mia prima relazione seria con tanto di convivenza poi, mi sono ritrovato a dover fare i conti con un tradimento perpetuato proprio mentre si parlava di matrimonio.

Visto che convivevamo (*a casa sua*)... il risultato è stato che, a seguito di questo tradimento, mi sono ritrovato senza casa a vivere per strada su una panchina di Torino ogni volta che non potevo essere ospitato da qualche amico o all'interno del reparto ospedaliero all'interno del quale facevo tirocinio.

Quando mi sono rimesso in sesto da un punto di vista economico quindi, niente di strano che il mio primo pensiero è stato di “fare tutto quello che potevo per fare in modo che non succedesse più”.

Quello è stato il momento in cui ho cominciato ad addentrarmi nel mondo della seduzione maschile.

Avevo due obiettivi:

1. non soffrire mai più per amore come mi era successo fino a quel momento.
2. diventare abbastanza bravo da poter insegnare ed impedire ad altri di soffrire allo stesso modo.

Quando ho cominciato a muovere i primi passi in questo mondo però, mi sono scontrato con delle persone ferite ed incattivite con il mondo femminile che non facevano altro che ripetere come le donne fossero tutte troie o, comunque, cattive.

Come dovevano essere “*usate*” solo per il sesso e nient'altro.

Mi sono scontrato con insegnanti che volevano obbligare gli studenti ad andare a letto con tutte le loro amiche anche se non provavano niente per loro perché, beh, erano femmine e quindi servivano a quello.

Insegnanti che si facevano pagare migliaia di euro per insegnare come rimorchiare e portarsi a letto più donne possibili che, a seconda di quello che era il tuo bisogno, modificavano il modo in cui ti ven-

devano il servizio.

Se volevi solo aumentare il numero ti vendevano la promessa di fartelo fare.

Se invece, come me, volevi trovare la donna della tua vita, partiva una tiritera persuasiva finalizzata al far credere che l'unico modo per poter trovare la donna giusta passava dal provarne tante, tantissime, altrimenti non avresti avuto la consapevolezza necessaria né a scegliere correttamente né a portare avanti correttamente una relazione.

Lo insegnavano talmente bene che anche io ci credetti e sborsai un bel po di quattrini, rinunciando anche a mangiare a volte, per la mia formazione specifica in ambito di seduzione.

E no, non sono particolarmente fiero del mio passato e delle esperienze che ho vissuto nel periodo successivo a questo indottrinamento.

...soprattutto visto che poi, continuando a studiare oltre alla seduzione anche materie quali psicologia e sociologia, alla fine di innumerevoli esperienze e ricerche, capii che era una bugia e che tutte quelle

esperienze non servivano assolutamente a niente se non a convincermi a spendere i soldi che avevo speso per qualcosa che, in realtà, non volevo.

Ti dirò di più: mai, all'interno di quel mondo, ho visto una persona veramente felice.

Certo: è pieno di persone che ostentano felicità ma... ostentarla e viverla veramente sono due cose totalmente diverse.

E' un po' come quando una persona è povera ma non vuole darlo a vedere: farà di tutto e si indebiterà anche pur di mostrare di essere ben messo, in modo da apparire agli occhi degli altri come qualcuno che vale più di quanto non sia in realtà.

Ho visto insegnanti che si fanno pagare 2000 euro a corso essere traditi ed andare talmente tanto fuori di testa da arrivare addirittura a provarci con le ragazze dei loro allievi che li allontanavano quasi schifate.

Ho visto insegnanti uscire con 10 ragazze diverse che sono andati in depressione cominciando ad insultare il genere femminile perché hanno scoperto

che una delle loro “prede” se la faceva anche con altri uomini.

“Sono tutte troie!”

E da che pulpito arrivata la predica!

Ho visto ragazzi che avevano zero successo con le donne creare video a tavolino per diventare famosi su youtube insegnando agli altri tecniche inutili e sbagliate su come rimorchiare solo per appagare il loro ego.

Sono addirittura stato diffamato pubblicamente ed in tutta la nazione da gente di questo tipo proprio perché il mio modo di insegnare era diverso e distruggeva senza possibilità di replica questi atteggiamenti che non esito a definire “*truffa*” e, così facendo, ero stato votato come miglior insegnante di seduzione nel 2014.

Tutto questo per dirti che le cose che ti vengono dette e di cui ti convincono, compresa quella relativa al fatto che le relazioni a lungo termine e la famiglia non sono necessarie per la tua felicità, non sono necessariamente vere e, spesso, ti vengono

insegnate con dei doppi fini.

Può essere qualcuno che vuole venderti qualcosa.

Può essere anche solo qualcuno che vuole rassicurazione sul fatto di avere ragione e quindi cerca di convincerti che ha ragione solo per farti diventare come lui sperando di vederti contento.

Una questione di autostima ed ego personale.

Resta il fatto che rigettare l'idea di famiglia significa restare in un territorio legato alla poligamia e, la poligamia, è la principale causa di infanticidio nonché una delle principali per l'omicidio.

Soprattutto di esponenti maschi.

Nel momento in cui una società resta poligama comincia ad entrare in ballo il concetto di “*maschio alfa*” che delinea tutte le altre società poligame animali.

In una società del genere il maschio alfa ha il totale controllo sulle donne ed è l'unico a possedere reali

chance riproduttive.

Questo porta altri maschi a tentare di “*sopraffarlo*”, ripetutamente, tentando di rubare il suo status.

In caso di successo spesso si procede all'eliminazione della prole dello sconfitto in modo tale da eliminare i suoi geni dal pianeta soppiantandoli con i propri.

Sopravvivenza del più adatto in ogni senso, come spiegato da Darwin nell'evoluzionismo.

La razza umana ha oramai da migliaia di anni rifiutato (*almeno per la maggioranza*) un'esistenza da nomade proprio per ricercare la sicurezza dell'immobilità e dell'appartenenza sociale.

Spostarsi in continuazione da un posto all'altro richiede grandi sforzi ed è pericoloso per la propria sopravvivenza.

Lo stesso accade in ambito sentimentale.

Saltare da un compagno all'altro o da una compa-

gna all'altra può creare pericoli legati ad eventuali malattie ma può anche formare contrasti con altre persone, gelosie o dolore provocato dal rigetto sociale dovuto a tradimento o abbandono.

Un discorso simile si può fare per quanto riguarda il lavoro.

Non siamo felici perché spesso il lavoro che ci ritroviamo a fare non fa per noi!

Questo ci impedisce di esprimere noi stessi.

Solo che lo facciamo ugualmente perché abbiamo paura.

Abbiamo paura di perdere la nostra possibilità di sopravvivere e di non poter adempiere a questo compito che la natura ci ha dato.

Possiamo dire, senza ombra di dubbio, che questa società non fa altro che attuare un forte terrorismo psicologico in modo da tenere le persone sotto controllo sfruttando la paura.

Se non fai quello che ti dico io come lo dico io allora io ti tolgo la possibilità di vivere.

Schiavismo psicologico in tutto e per tutto.

A questo punto subentrano i problemi che tutti quanti noi affrontiamo nel corso della vita: delusioni e dolore.

Cerchiamo di realizzare i nostri obiettivi ma la vita è come un muro che ce lo impedisce.

Ci sentiamo sempre più deboli e depressi fino a che molliamo.

Vogliamo trovare l'anima gemella ma è difficilissimo!

La maggior parte delle esperienze che viviamo sono massacranti e ci fanno credere che l'amore non esista.

Così per proteggerci inventiamo frasi tipo: *“la persona felice è quella che si accontenta”*.

Rinneghiamo i nostri sogni ed i nostri obiettivi.

Smettiamo di cercare l'anima gemella e ci convinciamo che possiamo stare da soli.

Che una storia vale l'altra.

Magari che possiamo fare un figlio con qualcuno e poi crescerlo per conto nostro.

Una volta che non ci si aspetta niente dalla vita e dagli altri il dolore dovuto alle delusioni diminuisce dopotutto.

Ci sentiamo meglio.

Nel momento in cui ci sentiamo meglio allora cominciamo a pensare: *“ehi... non sto più soffrendo come prima... ora sono felice!”*.

Neanche arriviamo ad immaginare che in realtà quella che stiamo chiamando felicità tutto è tranne che felicità.

Facciamo conto ci sia una scala all'interno della

quale sia possibile misurare i diversi stati emotivi partendo dall'infelicità fino ad arrivare alla felicità.

Sarebbe qualcosa di questo tipo:

infelicità – tristezza – un poco triste – così così – benino – bene – felice

Quando non abbiamo sofferto e ricerchiamo istintivamente la felicità quello che facciamo è cercare la persona giusta e, contemporaneamente, cercare di costruirci il futuro che desideriamo.

Nel momento in cui il mondo blocca i nostri tentativi crolliamo in uno stato di tristezza dolorosa.

Ci convinciamo che ci sentiamo così perché che ci aspettiamo qualcosa che non esiste o che è troppo difficile da trovare così, pur di non restare in quello stato di tristezza, rinunciamo.

Nel momento in cui rinunciamo entriamo in uno stato all'interno del quale non ci aspettiamo più niente e, non essendoci aspettative, non ci sono neanche delusioni.

Così saliamo ad uno stato di “*benino*” all'interno del quale la sofferenza è ovattata.

Non esistendo più la forte sofferenza di prima ci convinciamo che quel “*benino*” sia sinonimo di “*felice*” e cominciamo a dire a tutto il mondo che “*per essere felici dobbiamo lasciar perdere, non aspettarci niente e così via*”.

Poi, nel tempo, una volta che ci adagiamo sullo stato di “*benino*” possono succedere due cose.

La prima: man mano che passano gli anni, visto che le nostre possibilità di soddisfare i nostri compiti naturali legati a sopravvivenza e riproduzione diventano più “*scarne*” con la vecchiaia, dallo stato di “*benino*” all'interno del quale ci eravamo adagiati cominciamo piano piano ad andare sul “*così così*” per poi diventare sempre più tristi.

Fino a renderci conto che probabilmente è troppo tardi e che abbiamo sprecato la nostra vita.

La seconda: entra in ballo un meccanismo psicologico chiamato “*negazione*”.

La negazione altro non è che un meccanismo di difesa della nostra autostima.

Ci porta a negare l'evidenza delle nostre responsabilità all'interno di situazioni spiacevoli in modo da mantenere una forte autostima personale.

Man mano che invecchiamo e ci sentiamo più tristi entra in ballo la negazione che ci porta a rigettare e cancellare dalla mente il nostro errore facendo in modo che si crei una condizione di “*testardaggine*” all'interno della quale mentiremo e reciteremo con tutti, anche con noi stessi, pur di non ammettere che abbiamo sbagliato.

Continuando a ripetere all'infinito che siamo felici anche se dentro moriamo giorno dopo giorno.

Parliamo di percentuali:

il 93% della popolazione, a seguito di delusioni e dolore, lascia perdere e si convince di essere felice così.

Man mano che il tempo passa diventa sempre più triste e... o va in totale depressione capendo di aver

sprecato al sua vita o va in uno stato di negazione totale all'interno della quale rigetta la sua stessa infelicità e comincia a recitare la parte della persona superiore e felice con tutti.

Queste persone, generalmente, tendono a mostrare un carattere acido e/o superiore.

Tendono a sbandierare la loro felicità in ogni momento o a criticare chiunque la pensi da loro in modo da mantenere salda, nella loro mente, l'immagine di loro stessi che hanno inventato.

Mi viene in mente una ragazza che ho conosciuto tanto tempo fa.

Aveva vissuto una relazione estremamente tossica con un'altra ragazza (non esiste solo l'eterosessualità) e adesso aveva deciso che le relazioni erano il male del mondo e l'unica cosa che contava era ridere con gli amici.

Amici che, esattamente come lei, avevano vissuto relazioni tossiche ed ora erano da soli.

“noi ci divertiamo” mi raccontava ogni tanto *“si sta*

bene anche da soli”.

Poi però gli amici dovevano partire per tornare alle loro rispettive università.

Ed allora erano lacrime a fiotti.

Erano lacrime quando partivano.

Erano lacrime quando tornavano.

Erano lacrime quando erano insieme e parlavano delle loro esperienze.

E quando era da sola cercava compagnia perché stare da sola non le piaceva.

Eppure... non faceva altro che ripetere che lei “*era felice*” e che io avevo in testa un concetto di amore “*sbagliato*” perché l'amore “*giusto*” è quello che ti fa stare male e si sta molto meglio senza legami.

Questo è il momento in cui ti invito a fare un po di introspezione e pensare a quello che è il tuo comportamento o, magari, il comportamento di qual-

cuno che conosci e che dice queste cose.

Poi c'è un piccolo 1% di persone che, quando si ritrova a vivere la tristezza capisce che è un passaggio inevitabile sulla strada verso la felicità e la affronta senza arretrare.

Lotta.

Ed alla fine prima o poi trasforma quello stato di tristezza in felicità.

L'IMPORTANZA DEI SOGNI

Per quanto la soddisfazione degli istinti di sopravvivenza e riproduzione sia di fondamentale importanza per il raggiungimento della felicità, riuscire a trovarla richiede quasi sempre una profonda consapevolezza personale.

Tale consapevolezza si raggiunge sempre a seguito di un percorso di crescita personale.

Senza crescita infatti, gli obiettivi che delineeranno la nostra futura soddisfazione non saranno scelti da noi né dal nostro DNA, quanto invece dalle altre persone che avremo avuto intorno fino a quel momento.

Ti voglio raccontare la storia di un mio amico.

S. era uno dei classici ragazzini “*fighetti*” che oramai infestano il mondo.

Era cresciuto insieme ad altri ragazzi come lui in un ambiente che avvalorava questo modo di apparire.

Contava l'apparenza e contava il calcio.

Non facevamo altro che giocare a pallone quando ci vedevamo, niente più di questo.

L'importanza che aveva per lui lo “*status*” da “*figo*” che pensava gli fosse fornito dall'aspetto e dalle compagnie era talmente alto che, anche durante le partite di pallone, era più importante fare “*il numero*” o avere le scarpe fosforescenti (*per non parlare della depilazione a mezza gamba*) del risultato vero e proprio.

Era cresciuto così in un ambiente che gli aveva insegnato che doveva essere così e seguire questo stile di vita.

Studiava, si divertiva e... beh, le sue relazioni sentimentali duravano un po e poi si sfasciavano.

Fino a quando, un giorno, è cambiato qualcosa.

Ha cominciato a sentire il bisogno di staccare da una vita che sentiva non appartenergli veramente e viaggiare.

Così cominciò con un viaggio, poi un altro, poi un altro ancora...

... ad oggi lo scopo principale della sua vita è quello di “*rendere l'intero mondo la sua casa*”.

Lavora i mesi necessari a mettere da parte un po di soldini, poi zaino in spalla e via verso l'avventura.

Mentre scrivo queste parole, questo mio amico si trova a Katmandù, giocando a pallone con i ragazzini del posto, subito dopo aver affrontato solo con l'aiuto di una guida, il circuito dell'Annapurna sulla catena dell'Himalaya.

Spettinato, barba da senzatetto... ed estremamente contento con se stesso.

Un cambiamento radicale sia come personalità che come stile di vita.

La cosa più interessante di tutto questo è che leggendo i post che ogni tanto pubblica su facebook, è che quasi mai parla di felicità quanto di “*apprendimento*”.

Le esperienze che vive seguendo questo suo sogno gli servono da “*apprendimento*”.

Sono esperienze che lo aiutano a capire determinate cose e, soprattutto, a crescere.

Molte persone ti direbbero che “*viaggiare rendere felici*”.

C'è addirittura una pagina facebook che parla di viaggi che pur di avere ulteriori “*clienti*” è riuscita a pubblicare una frase in cui diceva: “*non sposarti, pensa a viaggiare*”.

Come al solito le persone tirano acqua al proprio mulino.

Ma come abbiamo già visto la felicità dell'essere umano, da un punto di vista puramente biologico, dipende dalla soddisfazione di due istinti e... viaggiare per quanto bello non aiuta a soddisfarli.

O magari sì, nel caso in cui durante uno di questi viaggi si riesca a trovare l'anima gemella ed un lavoro che ci piaccia e soddisfi.

Il punto però, è che i sogni che tutti quanti noi dovremmo coltivare ed inseguire nel corso della nostra vita, sono i mezzi tramite i quali possiamo crescere ed imparare più cose possibili di noi stessi.

Inseguire un sogno può essere un'esperienza al limite del mistico che, soprattutto quando è necessario lottare per la realizzazione, riesce sia a farci capire cose di noi stessi che mai avremmo pensato prima che ad indirizzarci in un processo di crescita personale che, all'interno del del nostro piccolo e sicuro mondo, non riusciremmo ad affrontare mai.

Le persone tendono a volere sicurezza e per questo difficilmente lasciano quella che viene chiamata la loro “*area di comfort*”, ovvero il contesto in cui vivono.

Paura dell'ignoto, paura di perdere quello che hanno.

Ti rivelo una cosa: statisticamente parlando però, la maggioranza degli incidenti mortali capita tra le mura di casa.

Il posto all'interno del quale, generalmente, ci sen-

tiamo più sicuri.

La nostra “*area di comfort*” all'interno della quale ci sentiamo rilassati.

Anche per la vita è pressapoco la stessa cosa: senza forzarci ad uscire dalla nostra area di comfort, senza decidere di lottare per un sogno, senza mettersi in gioco, senza mettersi in discussione, senza fare sacrifici, senza provare cose nuove... è praticamente impossibile riuscire a crescere davvero.

Certo, ci sono cose che è meglio non provare, come ad esempio le droghe pesanti, ma tantissime altre potrebbero aprirti gli occhi su te stesso come nient'altro e nessun altro potrebbe mai fare.

Un sogno.

Due sogni.

Tre sogni.

Avere sogni è importante. Seguirli con determinazione lo è ancora di più perché per quanto faticoso

è così che si cresce.

E' così che si matura, è così che possiamo capire chi siamo veramente e, soprattutto, è così che permettiamo alla vita di fornirci le possibilità di soddisfare quelli che sono i nostri reali bisogni biologici e, con questi, di raggiungere la felicità.

**TUTTE QUELLO CHE TI
IMPEDISCONO DI RAG-
GIUNGERE
LA FELICITA'**

NON CI CREDI ABBASTANZA E NON SAI QUAL'E' IL TUO OBIETTIVO

Magari ti sembrerà scontato ma il primo dei motivi per cui non riuscirai mai ad essere veramente felice è che non credi che possa succedere.

La conseguenza di questa mancanza di fiducia in te stesso, negli altri ed addirittura in Dio o nel destino si traduce, successivamente, in una vita piatta all'interno della quale non prenderai nessun rischio per tentare di realizzare i tuoi obiettivi.

Anche perché, molto probabilmente, in questo momento non hai nessun obiettivo da raggiungere e passi la tua esistenza tra un libro di scuola o un lavoro che non senti veramente tuoi, tra pensieri contrastanti di:

“lo devo fare perché mi hanno detto che lo devo fare”

“non vorrei farlo”

“vorrei fare altro ma non so che cosa”

“ ... ”

Questi sono pensieri esistenziali che non ti appartengono veramente ma che si formano nella tua mente in una situazione di lotta interiore.

La lotta è, pensa un po, tra te e te.

Un lato di te vuole ribellarsi allo stato di immobilità in cui ti trovi.

L'altro invece vuole rimanerci perché è “*sicuro*”.

L'altro motivo per cui fai questi pensieri è che in questo momento non hai la più pallida idea di che cosa può renderti felice.

Faccio un'ipotesi su quella che è la tua vita attuale.

Sei quasi sicuramente circondato da impegni lavorativi e/o di studio e sommerso dallo stress.

Senti di dover continuare a studiare e ad impegnarti al massimo al lavoro perché è importante: senza non si vive.

Contemporaneamente la tua vita sentimentale è allo sbando.

Probabilmente sei solo.

Se invece hai qualcuno con cui ti vedi (*ed in questo caso stiamo parlando molto probabilmente di più di una sola persona*), questo qualcuno non viene mai “davvero preso” da te e ti ritrovi ad avere a che fare con gente distante che ti cerca solo con qualche doppio fine.

O forse sei impegnato ma... la tua relazione fa acqua un po' da tutte le parti e o sei tu che non ti senti sicuro di quello che vuoi o è il tuo partner che è sempre più distante.

Quando ero ragazzo ero convinto che la felicità non facesse per me.

Ero cresciuto prendendole di santa ragione sia dentro che fuori dal nucleo familiare, con un padre che non ha fatto altro che sminuire ogni pensiero, parola o successo raggiunto.

Nel caso dei pensieri, se diversi dai suoi, addirittura

ricorrendo alle maniere forti.

Ero rifiutato costantemente da ogni ragazza che mi interessava e talmente stressato che la mia mente non riusciva a concentrarsi bene su niente: che fosse studio o lavoro.

L'unico ambito in cui ero capace era quello sportivo e, anche lì, a causa della mia personalità annichilita non riuscivo ad avere nessun risultato importante perché, se anche ero fortissimo in allenamento o quando giocavamo tra amici, nel momento in cui la posta in palio era più alta subentrava la tensione e mi si bloccavano mente e corpo, portandomi ad inanellare risultati disastrosi uno dopo l'altro.

In quei momenti pensavo solo ad andare avanti, giorno dopo giorno, senza obiettivo e senza scopo, pensando solo a passare il tempo.

Non sapevo esattamente che cosa fare, non sapevo cosa avrei voluto fare, non avevo chissà quale sogno e pensavo di essere intrappolato in una vita senza uscita.

Non credevo minimamente al fatto che avrei potu-

to, un giorno, essere felice.

Questa situazione è andata avanti per anni ed anni in cui, pensa un po, la felicità non sono mai riuscito a viverla.

Anche quando ho compiuto i 18 anni e lasciato la mia casa l'ho fatto più pensando a scappare da mio padre che non perché pensavo che quello spostamento potesse rendermi felice.

Così sono finito a fare “*quello che capitava*” per andare avanti.

Volontariato, un lavoro saltuario dopo l'altro, nessun progetto di vita degno di questo nome.

Era inevitabile fosse così visto che non solo credevo per me fosse impossibile essere felice ma non avevo neanche la più pallida idea di come fare ad esserlo.

Alla fine ho creato, per me stesso, dei sogni da realizzare.

Il primo era sportivo: volevo riuscire ad arrivare al professionismo.

Seguire questo sogno è stato per me motivo di grande introspezione ed apprendimento personale.

Mi ha permesso di imparare la determinazione. Mi ha permesso di capire l'importanza del non mollare mai. Mi ha permesso anche di circondarmi di persone migliori rispetto a quelle a cui ero abituato e di cominciare, forse per la prima volta in vita mia, a ricevere delle reali manifestazioni di stima.

Mi ha insegnato l'importanza che hanno le altre persone nella nostra vita o, per dirla diversamente, del gioco di squadra.

Mi ha permesso di capire cosa significa veramente la parola “*soddisfazione*” a seguito di un impegno reale e costante ma, soprattutto, mi ha reso possibile capire che, alla fin fine, non avrei potuto essere felice seguendo quel sogno.

Ero finalmente arrivato ad avere la possibilità di aumentare la qualità della mia carriera infatti, mi sono ritrovato davanti ad una scelta.

Ho dovuto scegliere tra la possibilità di carriera sportiva o la ragazza con cui stavo in quel periodo.

Ai tempi giocavo la serie C2 di futsal e, contemporaneamente, avevo avuto la grande possibilità di allenarmi con una squadra che militava in serie B (*squadra che adesso gioca per lo scudetto in serie A1*).

La squadra all'interno della quale ero tesserato era associata ad una società di calcio ad 11 allenata dal padre della mia riserva.

Visti i legami di sangue con qualcuno che aveva una posizione di spicco all'interno della società, il ragazzo che mi faceva da riserva non aveva mai preso particolarmente bene il mio posto da titolare e così, nel momento in cui mi si sviluppò un'infezione alla gamba per il troppo allenamento, con fare molto permaloso decise di non presentarsi ad allenamenti e partite, obbligandomi a giocare sopra l'infezione.

Cosa che la fece peggiorare e mi obbligò a dare forfait.

Proprio in quel periodo, la ragazza con cui stavo

(che come me era terrorizzata dal padre) aveva gli esami finali per il suo corso di laurea in infermieristica.

Ed aveva fallito un esame.

L'ultimo esame.

Era talmente terrorizzata da quello che suo padre avrebbe potuto farle una volta scoperto il fallimento dell'esame che era andata completamente nel panico e cominciava a straparlare sul fatto che piuttosto di tornare a casa si sarebbe buttata già da un ponte.

Mentre lei si sfogava in questo modo, ecco che improvvisamente compaiono sul telefono degli sms dell'allenatore della squadra di serie B con cui mi allenavo che richiede la mia presenza improvvisa agli allenamenti quel giorno stesso: “*non importa se sei infortunato, devi venire ugualmente*”.

Risposi cercando di spiegare la situazione.

Parlai sia dell'infortunio che della situazione delicata con la mia allora ragazza e la sua risposta fu: “*se non ti presenti considera chiusa la tua carriera, non mi inte-*

ressa niente dei tuoi problemi”.

Quello è stato il momento in cui ho capito che per me, lo sport, non era la cosa più importante del mondo come avevo pensato fino a quel momento.

Presi una decisione cosciente di mandarlo letteralmente a fanculo dicendogli che: *“potete essere pure la nazionale italiana ma se i vostri valori sono questi da persone di merda non ho nessun interesse a giocare con voi”*, ed interruppi lì la mia carriera sportiva.

Quello che era successo è che avere inseguito il mio sogno con forza e determinazione, mi aveva fatto capire che il sogno che volevo realmente seguire era diverso.

Era molto più *“tranquillo”* e non si basava solo su di me.

Era quello che sto vivendo adesso, mentre ti scrivo che sono felice.

Un sogno che non cominciai a seguire realmente ancora per tanti anni perché non lo capivo appieno.

Già, perché mi ci è voluto davvero tanto tempo per realizzare che cos'era che volevo realmente fare e raggiungere.

Tanto tempo in cui, però, ho provato di tutto, seguendo sogni che alla fine si sono rivelati essere sbagliati... ma che nonostante mi abbiano provocato ferite e brutti ricordi nonché, lo ammetto, vergogna... mi hanno fatto vivere un percorso introspettivo di crescita che mi ha permesso di capire quella che era veramente la mia strada.

Sapevo dove volevo arrivare.

Sapevo che era possibile.

Consapevolezza positiva e chiarezza d'intenti.

Sapere che puoi essere felice.

Sapere dove vuoi arrivare.

Queste cose sono indispensabili se vuoi lottare per la tua felicità.

NON DAI LA GIUSTA IMPORTANZA ALLE COSE

Il secondo “*bastone tra le ruote*” che metti a te stesso nella strada verso la felicità consiste dal fatto che molto probabilmente non dai la giusta importanza alle cose che potrebbero portarti a raggiungerla.

Passi tutto il tempo a studiare o lavorare ed il resto del tempo lo vuoi passare riposando.

Magari non dai importanza alle persone che hai vicino o, nel caso tu lo faccia, va male.

Al contrario, forse, non fai altro che pensare al fatto che ti senti solo e non ti concentri abbastanza su studio e lavoro.

Fatto sta che, visto che la felicità dipende dalla soddisfazione di entrambi gli istinti di sopravvivenza e riproduzione... metterne uno da parte a favore dell'altro è sempre una pessima mossa.

A seconda delle età però l'importanza che hanno questi istinti può variare e, soprattutto, il modo di

seguirli è diverso da quello che puoi pensare ma di questo ne parleremo meglio nella prossima sezione dell'ebook all'interno della quale ti spiegherò cosa puoi fare per migliorare le cose.

Per ora concentriamoci solo sul capire gli errori.

Una delle cose che più mi ha lasciato “*basito*” nel corso della mia carriera è la capacità che hanno le persone di continuare volontariamente a soffrire.

Per quanto riguarda studi e lavoro è facile: voglio imparare – studio.

Per quanto riguarda la vita sentimentale invece le persone non hanno la più pallida idea di quello che dovrebbero fare e quindi si cacciano continuamente in situazioni orrende impedendo a loro stesse di uscirne.

Ti faccio un esempio.

Il primo prodotto creato su Amore Oggi è stato
“Uomini: Capirli, Amarli, Conquistarli”

Un ebook creato per fornire alle donne le conoscenze necessarie a capire i meccanismi mentali dei maschi: la loro psicologia, la loro genetica ed i loro comportamenti.

I vantaggi del seguire questo corso sono molteplici:

- Evitare incomprensioni e litigi inutili che ci sono all'interno praticamente di ogni coppia.
- Riuscire a smascherare istantaneamente i bugiardi per quello che sono
- Capire che cosa attrae un uomo solo fisicamente e cosa invece può legarlo a te per la vita
- Capire quando un uomo sta solo giocando e quando invece è serio

E tanti altri...

Insomma un insieme di informazioni che, se assimilate, diminuiscono tantissimo le possibilità di vivere relazioni tossiche aumentando contemporaneamente quelle di viverne di felici.

(nel caso tu sia un maschio sappi che esiste il corso gemello)

Durante il periodo della creazione dell'ebook avevo bisogno di tester per valutare quanto comprensibili fossero le informazioni che avrei messo a disposizione.

Non vendo mai niente che non sia testata: la qualità dei corsi riveste sempre la massima importanza.

Fatto sta che, necessitando tester, ho cercato di “reclutare” delle ragazze che avessero problemi a livello relazionale *(oltre ad una signora che invece non ne aveva tanti ma era comunque molto curiosa sull'argomento)*.

La cosa che potrebbe sorprenderti è che, tra queste, le ragazze che stavano male per la loro situazione sentimentale e che quindi avrebbero dovuto essere le più motivate a sistemare le cose, sono state quelle che si sono impegnate di meno.

E sai perché?

Una aveva problemi con il ragazzo.

Invece di studiare argomenti che avrebbero potuto aiutarla a risolvere tali problemi ha cominciato a passare tutto il tempo a deprimersi e pensare al fatto che le cose non andavano bene.

Così poi se ne usciva dicendo che “*non aveva avuto tempo di studiare*”.

Facciamo un po di chiarezza.

Hai il tempo necessario a passare ogni giorno ore intere a fare niente se non pensare al fatto che le cose ti vanno male.

Non hai 20 minuti di tempo per seguire una lezione che potrebbe aiutarti a risolvere i tuoi problemi.

Anche un'altra ragazza ha cominciato ad avere problemi con gli uomini che conosceva.

Così ha cominciato a passare il tempo messagggiando con loro, cercando di organizzare uscite ed appuntamenti.

Ed ha smesso di seguire le lezioni dell'ebook.

Il risultato è stato che poi, quando giorni dopo tutto è andato a schifo e lei stava male, mi sono sentito fare delle domande relative a “*ma perché questo si è comportato così con me?*”.

Una domanda alla quale avrebbe avuto già la risposta se avesse letto quello che doveva.

Ti dirò di più.

Tutta la situazione che adesso la stava facendo soffrire sarebbe stata evitata se, invece di passare ore al telefono a pensare a qualcuno che con lei stava solo giocando, avesse impiegato almeno 10 minuti per leggere un capitolo.

Questi due esempi potranno sembrarti molto specifici ma ti posso assicurare che non è così.

Non hai idea di quante volte nella mia vita professionale abbia visto succedere cose del genere.

Ricordo un ragazzo che aveva cominciato un corso dal vivo con me anni fa: era letteralmente ossessionato da una ragazza che voleva conquistare ad ogni costo per “*status sociale*” più che per amore.

Mi disse chiaramente che se solo fosse riuscito a conquistarla allora automaticamente sarebbe entrato nel suo giro di conoscenze ed avrebbe acquisito il suo status.

Ci vollero circa tre mesi per fare in modo che cominciasse a cambiare mentalità e, con questo inizio di cambiamento, lui cominciava ad essere più sereno ed a stare meglio, nonché a migliorare i suoi risultati.

Fino a quando non è andato in ferie insieme a dei ragazzi di quelli che seguivano gli insegnamenti di seduzione “*classica*”.

Quelli fatti di frasi imparate a memoria e giochi inutili.

Quelli che quando li usi ti fanno ottenere qualche numero di telefono e, nella maggior parte dei casi, nient'altro.

Durante queste ferie, invece di continuare a concentrarsi sulle lezioni che avevano fatto insieme, telefonarmi e continuare il suo percorso, aveva speso tutto il tempo a sua disposizione per uscire a

rimorchiare con questi ragazzi.

Così li aveva visti ottenere diversi numeri di telefono... ed era andato in depressione perché si sentiva inferiore.

Così in due settimane di ferie è riuscito a mandare al diavolo interi mesi di formazione e, quando è tornato, stava peggio di quando aveva cominciato il corso.

Era nuovamente talmente ossessionato e rifiutava talmente tanto la realtà dei fatti che non fu più possibile recuperare al danno.

La cosa più divertente di tutto questo, per non dire triste, è che questi ragazzi a parte qualche numero di telefono non avevano ottenuto durante quelle ferie (*neanche un appuntamento*) e che grazie al loro condizionamento ed al tempo sprecato a seguirli, anche il mio studente era riuscito a mandare al diavolo tutte le chance che era riuscito a crearsi in precedenza.

Il mondo è pieno di persone che hanno problemi e stanno male che, quando gli dai la possibilità di ri-

solvere le cose, prendono quella possibilità e la mettono da parte perché invece di concentrarsi sulle soluzioni continuano a concentrarsi sui problemi.

Ancora peggio sono quelle persone che decidono che la soluzione ai loro problemi sia quella che loro vogliono sia la soluzione, non la soluzione reale.

E' come dire che il problema è un incendio e tu, per spegnerlo e risolverlo, vuoi lanciarti sopra della benzina.

Perché? Beh, semplicemente perché tu vuoi che sia la benzina a spegnere l'incendio!

E quando qualcuno ti dice che se lanci benzina sul fuoco l'incendio aumenta d'intensità... ti ignorano e decidono comunque di lanciarti sopra della benzina fino a quando non finiscono in ospedale con ustioni gravi e, spesso, in una situazione irreversibile.

Così non cambia niente se non in peggio.

Hai un problema, ignori la soluzione, ti concentri

sul problema... continui ad avere un problema.

Hai un problema, rifiuti la soluzione... continui ad avere un problema e, spesso, lo peggiori.

Questo è quello che succede.

Questo è il modo in cui la maggior parte delle persone si mette i bastoni tra le ruote da sola.

Come da titolo del capitolo: le persone danno importanza alle cose sbagliate.

Sono capaci di passare intere giornate guardando invano lo schermo del telefono in attesa di un messaggio da parte di qualcuno che neanche le pensa.

Ti diranno che “*non hanno avuto tempo*” per pensare a risolvere il problema quando di tempo invece ne avevano un'infinità.

Lo avevano... ma lo hanno sprecato.

Poi staranno male e cercheranno nuovamente delle soluzioni per il loro problema.

E quando avranno tra le mani la soluzione che cosa faranno?

Prova ad indovinare.

Le ignoreranno per concentrarsi ancora una volta sul nuovo problema.

E così via: in un circolo vizioso che ti impedirà categoricamente di essere felice.

Sarò onesto con te: anche io ho avuto questo atteggiamento in passato.

Avevo un tantissimi problemi... e mi convincevo che potevo semplicemente scappare o ritentare con qualcun altro senza cambiare niente di me stesso.

Volevo l'amore vero e mi convincevo che potevo trovarlo usando frasettine da pagliaccio o recite.

Volevo essere felice e mi convincevo che potevo esserlo solo sperando di riuscirci.

La realtà è che solo quando ho deciso di impegnarmi veramente sulle soluzioni, ho speso soldi, tempo, energie e, successivamente, ho rimesso in discussione tutto quello che avevo imparato e tutte le esperienze che avevo accumulato, provando cose nuove, aumentando la mia consapevolezza... sono riuscito a cambiare le cose e risolvere realmente i miei problemi.

E questo è quello che dovresti fare anche tu: dare importanza alle cose giuste.

E questo ebook serve proprio a farti capire quali sono le cose giuste in base a quello che non funziona nella tua vita per poi spiegarti come fare, praticamente, a risolvere e migliorare le cose.

Questo è il motivo per cui l'ho creato.

Questo è il motivo per cui tu lo stai leggendo.

STAI CERCANDO DI FARE TUTTO DA SOLO

Per tantissimi anni sono stato lo zimbello di ogni gruppo all'interno del quale mi trovavo.

Da piccolo vivevo costantemente incatenato ad una situazione di bullismo da parte degli altri bambini.

Da adolescente uguale... solo che li hanno cominciato a nascere problemi anche in ottica sentimentale.

Non c'era una singola ragazza a cui piacessi.

Ho sempre avuto la volontà di cambiare le cose ma, a parte non sapere come, l'errore che ho sempre fatto è stato quello di provare a fare tutto da solo.

Ho cominciato ad analizzare e studiare i comportamenti umani quando ancora ero un bambino.

Ad una certa età ho provato a modificare i miei at-

teggiami.

Mi sono forzato ad intraprendere innumerevoli tentativi.

Per quanto riguarda la sfera sentimentale poi, ad un certo punto ho deciso di affidarmi ai “*forum*” o ai “*libri*” che si possono trovare in giro su internet.

Cercavo da solo, studiavo da solo e cercavo di mettere in pratica da solo.

E sai una cosa? Non serve assolutamente a niente in questo ambito esattamente come in tutti gli altri.

Anzi: posso dirti con assoluta certezza che è quasi sempre dannoso cercare di fare le cose da solo.

Ti faccio qualche esempio pratico che potrà aiutarti a capire meglio che cosa intendo.

Mettiamo caso che tu voglia imparare a ballare.

Hai due possibilità:

1. ti iscrivi ad una scuola di ballo. Costa... ma hai un insegnante esperto che ti segue ed aiuta.
2. Ti compri un libro sul ballo, un cd musicale e poi ti metti a ballare in casa.

Nel secondo caso quello che succederà sarà quasi sempre questo:

- Proverai a seguire le istruzioni del manuale.
- Non essendo un esperto non ti renderai conto di che cosa stai facendo bene e cosa stai facendo male. Spesso crederai che vada bene una cosa sbagliata.
- Continuerai a fare pratica facendo movimenti sbagliati credendo che siano giusti fino a quando il tuo corpo non li interiorizzerà e farà in automatico.
- Ti arrecherai danni alla postura, alla spina dorsale e, soprattutto, alla fine non avrai imparato davvero a ballare ma solo a muoverti nel modo che tu credi sia giusto.

Facciamo un altro esempio?

Mettiamo che vuoi imparare a giocare a pallone.

Così ti compri una palla e cominci a calciarla ogni giorno.

Il tuo corpo interiorizzerà il movimento che fai per calciare la palla ad un livello tale che diventerà parte di te e lo farai in automatico.

Poi però, quando ti ritroverai a giocare una partita ti renderai conto che in campo, quando tutto si muove, il tuo modo di calciare non serve a molto.

La palla si alza troppo, non riesci a centrare la porta o, se la centri, è sempre addosso al portiere.

Questo perché non hai avuto accanto un allenatore esperto che ti abbia insegnato in primis ad avere il giusto equilibrio, poi come deve essere il busto mentre si calcia (*per inciso deve essere spostato in avanti altrimenti il pallone si alza... informazione da ex calciatore*) e tanti altri piccoli dettagli.

Non ti sei mai allenato a calciare con palla in movimento su un passaggio di un'altra persona.

Lo stesso vale per studio, lavoro, sentimenti ed amore.

Ci sono un sacco di persone che studiano senza avere un metodo e facendo come pare a loro.

Questo risulta in tempi di studio lunghissimi all'interno dei quali spesso si capisce poco e pensa: queste tempistiche potrebbero essere ridotte almeno del 50%.

Si cerca di creare un lavoro da zero e realizzare un obiettivo ma non ci si impegna a sviluppare le competenze necessarie a farlo.

Proviamo a fare “*da soli*”.

Vogliamo una vita sentimentale più felice ma la cerchiamo “*per istinto*” o per “*poesia*” invece di sviluppare una reale conoscenza dell'argomento.

Io ho provato a far da solo per anni in questo ulti-

mo ambito e sai qual'è stato il risultato?

Che non ci sono stati risultati ed ho dovuto comunque decidere, ad un certo punto, di seguire dei corsi spendendo ben più di 3000 euro oltre ai soldi dei libri inutili che avevo speso prima.

E la cosa più “*divertente*” (*molto ironicamente*) è che tutto quello che avevo fatto prima ha lavorato contro di me!

Mi ero oramai abituato a pensare e fare delle cose sbagliate e quindi, quando poi mi sono ritrovato a dover imparare quelle più giuste, è stato difficilissimo scordare tutto.

Ogni volta che sento cose tipo: “*io ai miei problemi ci ho sempre pensato da solo e continuerò a pensarci da solo*” mi sento triste.

Queste persone non si rendono conto che questo modo di pensare è proprio uno dei motivi per cui continueranno a stare male.

Ci hai pensato sempre da solo? Ottimo.

Sei felice?

Perché se non lo sei magari dovresti capire che “*pensarci da solo*” non è la cosa giusta da fare.

Altrimenti saresti già felice.

Un'alternativa poi è che, invece di fare tutto da solo, chiedi consiglio agli amici che sono inesperti quanto te.

Anche quelli che hanno successo sono comunque inesperti

Sai come mai?

Perché loro sanno come riescono ad avere successo in quanto se stessi e non si rendono conto che tu sei una persona diversa.

CERCHI DI IMITARE GLI ALTRI

Quando avevo 15-16 anni ero disperato.

Non esisteva una sola singola ragazza a cui piacesse.

C'era un “*amico*” però che aveva un successo enorme con l'altro sesso.

Così ad un certo punto cercai di imitarlo e non solo... lui cercò di farmi diventare la sua fotocopia.

Stesso taglio di capelli. Stesso modo di vestire.

Sai quali furono i risultati?

Non ci furono risultati.

La stessa identica cosa successe quando cercavo di seguire gli insegnamenti delle community di seduzione maschili.

Un sacco di persone che ti insegnano frasi e comportamenti da ripetere a memoria perché “*per loro*”

funzionano”.

Così tu pensi: *“se funziona per loro... funzionerà anche per me!”*

Solo che non è così.

La realtà è che qualsiasi forma di insegnamento cominci con *“ti do dei passi pratici da eseguire per raggiungere questo obiettivo”*, se parliamo di relazioni umane, non funziona.

O meglio, funziona solo in una percentuale molto ridotta di casi.

Hai presente quanti corsi puoi trovare su internet che si intitolano tipo...: *“i cinque passi per ammaliare qualcuno”* o *“gli 8 step necessari per diventare un ottimo comunicatore”*?

La gente è disperata per la mancanza di risultati e vuole soluzioni.

Quando qualcuno gliene propone una *“semplice, facile, veloce”* come ad esempio *“i 5 passi per risolvere*

ogni problema” divengono prede della speranza.

Poi però, se andiamo a vedere la realtà dei fatti...

Solo un 3-4% (*se no meno*) delle persone che acquistano il prodotto riescono veramente ad avere dei risultati.

Allo stesso modo in cui difficilmente avrai dei risultati seguendo le indicazioni degli amici.

Questo perché la persona che ti insegna, amico o guru di internet che sia, sta quasi sicuramente facendo un grosso errore: credere che se una cosa funziona per lui funzionerà anche per te.

Le persone sono diverse.

Hanno idee diverse, passioni diverse, comportamenti diversi, voce diversa, movimenti diversi.

Ogni cosa che abbiamo di diverso da qualcun altro ci rende unici e, soprattutto, ci rende più adatti a determinate cose piuttosto che ad altre.

Facciamo caso che ci siano due persone: La persona A e la persona Z.

Nel momento in cui la persona A cercherà di far comportare la persona Z da A... allora automaticamente sta diminuendo le possibilità di successo della persona Z.

Questo perché invece di andare a valorizzare le caratteristiche uniche della persona Z starà cercando di fargliele nascondere a favore di altre che non le appartengono.

Questo crea incoerenza e, soprattutto, sballa completamente il principio di “*compatibilità*” che delinea il buon andamento di ogni cosa.

Tu devi riuscire a trovare il modo di attrarre le persone e le cose che “*fanno per te*”, non quelle che “*fanno per qualcun altro*” o che vedi essere attratte da qualcun altro!

Questo è valido sia in ambito sentimentale che in ambito lavorativo.

Pensa ad esempio se tu vendessi lavatrici.

Ti sarebbe possibile utilizzare lo stesso metodo di vendita di qualcuno che ha una paninERIA?

Quante possibilità di successo avresti oltretutto tentando di vendere lavatrici a gente che ha fame e vuole mangiare panini?

Il concetto è uguale identico.

Ogni oggetto ha una sua clientela specifica.

Ogni insegnamento ha una sua clientela specifica.

Ogni persona ha una sua “clientela” specifica.

Ed è quindi inutile e dannoso cercare di acquisire la clientela di qualcun altro se non addirittura cercare di diventare qualcun altro.

Potrai cercare di imitare la coca cola quanto ti pare ma alla fin fine, se anche ci saranno persone che compreranno l'imitazione, nel momento in cui quelle persone avranno la possibilità di scegliere il prodotto originale andranno sempre e comunque sull'originale.

STAI PROCRASTINANDO

Sai quante volte in vita mia ho pensato:

“non è il momento giusto”.

“lo faccio domani”.

“è meglio se mi concentro su altre cose prima”

“arriverà il momento di...”

Queste frasi sono uno dei motivi per cui probabilmente non andrai mai da nessuna parte.

“Adesso devo pensare allo studio (o al lavoro). Ci sarà tempo poi per l'amore”.

Procrastinazione.

“Si lo so che dovrei studiare, ma ora sono troppo impegnato a pensare al mio ragazzo”

Procrastinazione.

Quando si comincia a procrastinare non si finisce più: in ogni momento, ogni giorno della nostra vita, succederà qualcosa di imprevisto che ci farà pensare *“ora faccio questo, quello che volevo fare io poi... domani?”*.

I risultati sono evidenti: non faremo mai quello che avremmo dovuto fare.

La cosa peggiore è che, una volta resoci conto che abbiamo fatto passare un sacco di tempo senza aver fatto quello che dovevamo, per non sentirci in colpa con noi stessi, entrano di nuovo in ballo i meccanismi di autodifesa mentale.

La negazione ad esempio:

“se non l'ho più fatto vuole dire che non mi interessava davvero farlo”

o

“si vede che non era importante”

E così, una volta che cominciamo a pensare que-

sto, per noi è finita.

Non ci riprenderemo mai e passeremo il resto della nostra vita senza fare le cose che potrebbero aiutarci a raggiungere i nostri obiettivi ed essere felici.

TI ARRENDI E BUTTI GIU QUANDO LE COSE NON VANNO

Ne ho passate davvero di tutti i colori.

Sono stato malmenato, mi sono ritrovato a vivere per strada senza un tetto sulla testa, sono stato tradito, ho vissuto innumerevoli situazioni di precarietà lavorativa e sono anche arrivato ad un punto in cui lo stress era talmente alto che il mio fisico ha ceduto e non ho più camminato per un anno.

Un intero anno immobile.

Ma eccomi qui a scrivere e lavorare per te, aiutando più persone possibili a migliorare la loro vita (*generalmente sentimentale, che è la mia specializzazione*).

Forse non sai che tanti anni fa, quando ero ancora un ragazzo, avevo raggiunto un livello di depressione e sconforto talmente alto che tentati di tagliarmi le vene dei polsi e finii in ospedale.

La domanda è: “*se ci fossi riuscito ora dove sarei?*”

Certo: la maggior parte delle persone non arrivano a comportarsi in maniera così drastica.

Quello che fanno è, invece di lasciar perdere la vita come tentai di fare io stupidamente allora, lasciar perdere i loro sogni ed i loro obiettivi.

La vita è fatta di difficoltà, di persone cattive e di sfortune.

Così ci abbattiamo e soffriamo.

E quando ci abbattiamo e soffriamo allora cerchiamo il modo di smettere di star male.

Allora smettiamo di desiderare e di lottare per quello che davvero vogliamo, ci serve e meritiamo.

Non equivarrà al “*rinunciare alla vita*” in termini fisici ma sicuramente equivale a rinunciare alla vita in termini “*emotivi*”.

Nel momento in cui metti da parte un sogno perché pensi che non si possa realizzare... allora hai perso.

**COME RAGGIUNGERE
LA FELICITA'**

CAPISCI QUALI SONO I TUOI DUE OBIETTIVI

Come ti ho spiegato precedentemente la tua felicità “*biologica*” in quanto essere umano dipende dalla soddisfazione di due istinti: sopravvivenza e riproduzione.

Per riproduzione oltretutto non intendiamo puro e semplice “ *Sesso*” quanto invece “*stabilità familiare e sentimentale*” che, seppur comprendente anche il sesso, è una cosa a parte.

Quindi, come prima cosa, smetti di concentrarti solo su uno di questi due lati della vita e capisci che devi inseguirli entrambi: altrimenti hai già perso in partenza.

Questo a meno che tu non sia un ragazzo di che abbia tra i 14 ed i 18-20 anni.

In quegli anni, visto che sono anni di crescita e formazione, è molto più importante concentrarsi sulla creazione di future possibilità di sopravvivenza attraverso gli impegni scolastici che non passare tut-

to il tempo a pensare ad amore e sentimenti... nonostante gli ormoni impazziti dell'adolescenza lo rendano difficile.

Considera però che questi ormoni non si rendono conto delle necessità sociali di quell'età e quindi lavorano contro di te.

Una cosa che posso garantirti però è che se una volta raggiunta l'età adulta continuerai a concentrarti solo sulla formazione scolastica o sul lavoro ti aspetta una vita molto triste a prescindere da quanto lo negherai a te stesso e cercherai di convincerti, invece, di essere felice.

Capito questo è necessario fare chiarezza sui tuoi obiettivi di vita.

Sai che i tuoi obiettivi comprendono sia la sopravvivenza che la riproduzione.

E' il momento di rendere “*tangibile*” questa conoscenza.

Un esercizio che mi ha sempre aiutato tantissimo in questo ambito è quello della “*giornata perfetta*” e

quindi voglio dividerlo con te.

Pensa ed immagina a come dovrebbe essere una giornata per essere la tua giornata perfetta.

Creala nella tua mente in ogni minimo particolare.

Poi scrivila in modo tale da poterla rileggere ogni volta che vuoi.

Crea la giornata che, se potessi vivere ogni giorno, ti renderebbe felice.

Ti assicuro che è molto più facile a dirsi che a farsi.

Comunque, per aiutarti, adesso ti scriverò la mia (*tralasciando un po di particolari visto che altrimenti diventerebbe lunga almeno una decina di pagine*).

“nella mia giornata perfetta mi sveglierei la mattina in un letto grande e morbido, cosparso di cuscini, con le lenzuola bianche in estate o con un bel piumone d'inverno. La finestra è aperta lasciando entrare l'aria del mattino. La mia compagna è sdraiata abbracciata a me.

Le do un bacio, poi mi preparo per andare a correre in riva al mare vicino casa. Da solo se lei vuole riposare ancora... in compagnia altrimenti.

La casa non è super moderna anzi, un po' rustica, ma su due piani e non in condominio.

Viviamo in un posto che ha mare da un lato e campagna/montagna dall'altro. C'è un giardino che abbiamo abilitato in parte a spazio giochi per quando arriveranno i bambini ed in parte ad orto. La cucina è la parte più "ampia" di tutta la casa con un bancone simile a quello dei bar, il mini bar ed un forno da pizza incastonato nel muro.

Il tempo è soleggiato, per quanto faccia ancora fresco e dopo aver corso torno a casa per fare colazione insieme alla mia compagna che magari mi prende in giro per i capelli da pazzo che ho ancora.

Colazione più all'americana che all'italiana: succo d'arancia, uova, un po' di carne.

Poi sarebbe l'ora della doccia, che faremmo insieme. Beh... doccia ed anche altre cose più private.

Una volta fuori prepararsi e via per il lavoro.

La mattina farei consulenze private faccia a faccia di un'ora l'una.

A pranzo mi vedrei con la mia lei per mangiare qualcosa insieme. O in un locale o su qualche prato all'aperto. Poi di nuovo a lavoro.

Il pomeriggio il lavoro cambierebbe e, invece di fare consulenze testa a testa ci sarebbe un corso davanti ad un pubblico più ampio di persone.

Finito di lavorare la mia giornata perfetta prende un po di strade diverse e con diverse possibilità.

Una serata sia con la mia lei che con gli amici. Risate, chiacchiere, qualcosa da mangiare per poi finire da soli in riva al mare per starcene un po per i fatti nostri.

In alternativa la stessa cosa senza gli amici.

Un'altra alternativa sarebbe una partita di calcetto prima della serata.

Un'altra alternativa ancora sarebbe invece starcene per fatti nostri a casa... magari giocando a qualche videogioco insie-

*me, guardando un film, telefilm, anime. Cena rigorosamente
li sul divano perché per quanto le regole dell'educazione di-
cano che bisogna mangiare a tavola all'interno di una cop-
pia solida è possibile fregarsene.*

*Arrivata l'ora di dormire torneremmo in camera nostra
dove a parte noi due ed un impiato musicale non c'è niente.*

*Nessuna distrazione. Nessuna rivista. Nessuna televisione.
Niente di niente.*

In modo da poterci concentrare solo su noi due.

Addormentarsi insieme... ricominciare.”

Nella versione completa che scrissi oramai anni fa
erano presenti molti più dettagli e molte più possi-
bilità.

Dettagli tipo il colore dei muri di casa.

Possibilità tipo come sarebbe cambiato il tutto nel
caso in cui avessi avuto dei figli.

Resta il fatto che, una volta chiaro in mente quello

che è l'obiettivo (*che come puoi vedere comprende sia sopravvivenza che riproduzione*) allora seguirlo diventa sempre più facile.

Sapere dove vuoi arrivare equivale a creare una mappa, all'interno della tua testa, che ti aiuterà a prendere le decisioni giuste al momento giusto.

La vita è un insieme di scelte da compiere.

Tutto sta nello scegliere le cose che ci avvicinano al nostro obiettivo invece di quelle che, dal nostro obiettivo, ci allontanano.

STRUTTURA UNA STRATEGIA D'AZIONE

Una volta capito dov'è che vuoi arrivare è il momento di strutturare una strategia che ti permetta, prima o poi, di arrivarci.

In ambito di formazione aziendale viene insegnato una metodologia di “*spartizione*” degli obiettivi necessaria ad aumentare le proprie chance di successo.

Pensa che questa strategia fa parte di corsi che costano centinaia di euro e sto comunque per condividerla con te.

Uno degli errori principali che fanno le persone è quello di pensare all'obiettivo finale ed a tutti gli step necessari per arrivarci insieme.

Questo crea confusione e stress nonché una forte sensazione di impotenza in quanto la nostra mente non è fatta per tenere all'interno una così alta mole di informazioni in contemporanea.

Così cominciamo a sentirci più demotivati.

Le cose ci sembrano difficili e complesse.

Cominciamo a sentirci stressati.

Il modo giusto di pianificare una strategia che ci permetta di raggiungere i nostri obiettivi invece è quello di suddividere ogni percorso in piccoli passi il più semplici possibile.

Ad esempio facciamo finta che tu voglia imparare a cucinare.

- Il primo passo è decidere che tipo di cucina vuoi imparare.
- Il secondo passo è fare una ricerca su tutti gli insegnanti che ci sono che possono insegnarti quel tipo di cucina.
- Il terzo passo è sceglierne uno.
- Il quarto passo è iscriversi al suo corso.

- Il quinto passo è seguire le indicazioni che ti vengono date un piatto alla volta. E sia chiaro questo: se un insegnante è valido non ti darà mai tante cose diverse su cui lavorare ma solo una alla volta.

Prima ti insegnerà quali sono e come funzionano ingredienti e spezie varie.

Poi ti insegnerà come funzionano pentole e coltelli.

Poi ti insegnerà come impostare correttamente la fiamma.

Poi ti insegnerà a fare un piatto semplice.

Poi ti insegnerà a farne uno un po più complesso.

E così via.

Se trovi un insegnante che da subito non fa altro che dirti di prendere tutti gli ingredienti, metterli insieme e cucinare immediatamente qualcosa senza prima averti pazientemente insegnato le basi... dai per scontato che quello è un insegnante di merda

ed è meglio cercarne un altro.

Insomma: ogni cosa va divisa in piccoli passi semplici da raggiungere.

Ogni volta che si vuole raggiungere qualcosa bisogna pensare solo allo step successivo e non a quelli che vengono dopo.

Tanti piccoli passi, nel tempo, formano il percorso all'obiettivo più grande e, soprattutto, fino a che restano piccoli, risulteranno sempre più facili da raggiungere sia in termini mentali che in termini pratici.

Uno dei motivi per cui le persone non riescono a realizzare i loro obiettivi infatti è che vogliono fare tutto insieme troppo in fretta.

Mi viene da pensare ad un mio amico: lui è esattamente così.

Ha tante cose che vuole realizzare e cerca di farle tutte insieme. Vuole scrivere, poi vuole imparare a gestire un sito, poi vuole fare un'altra cosa...

Sai quante cose realizza?

Zero.

Perché arriva sempre ad un punto in cui: *“non ce la faccio, ho troppi impegni, è troppo pesante da andare avanti, non avrei dovuto....”*

Invece se solo si concentrasse su piccolo passo alla volta le cose sarebbero molto diverse.

AFFIDATI A CHI PUO' DARTI LE COMPETENZE E LE CONOSCENZE GIUSTE PER AVERE SUCCESSO

Come hai potuto leggere nel capitolo precedente uno dei passi principali è quello di “*trovare il giusto insegnante e seguirlo*”.

Questo perché, come ti ho spiegato, per realizzare qualsiasi cosa servono le giuste competenze e/o conoscenze.

Alcune persone sono più portate di altre per una determinata cosa e quindi queste competenze e queste conoscenze le sviluppano naturalmente.

Se tu però ancora non hai raggiunto i tuoi obiettivi si vede che non sei tra queste.

Pensare di poter sviluppare competenze e conoscenze necessarie al successo da solo... è pura e semplice follia nonché una decisione che nel 99% dei casi non farà altro che farti sprecare anni di vita per poi trovarti più inguaiato di prima.

Come ti ho spiegato precedentemente infatti, fare le cose da soli significa quasi sempre imparare cose sbagliate.

Una volta che hai imparato cose sbagliate... eliminarle per fare spazio a quelle giuste è molto difficile.

Pensa se tu volessi scrivere una poesia.

Allora prendi un foglio e cominci a scarabocchiarci sopra fino a quando gli scarabocchi non lo ricoprono quasi totalmente.

Prova adesso a scrivere la poesia... com'è? Più o meno facile di quanto non sarebbe stato scrivere fin da subito invece di scarabocchiare?

Certo: nel caso della poesia puoi semplicemente prendere un nuovo foglio.

Nel caso della tua crescita personale invece non puoi gettarti via e rinascere da zero quindi è necessario essere molto attenti.

Il punto adesso è: come fare a riconoscere l'insegnante che fa per te.

Se quello che vuoi raggiungere è qualcosa di “*pratico*” tipo “*riuscire a montare un armadio*” allora è relativamente facile.

Il problema si pone quando devi formarti in ambiti che sono molto meno specifici come ad esempio il miglioramento personale o le relazioni sentimentali.

Sono argomenti importanti e per niente banali o scontati come pensa la gente e quindi dai per scontato che non esistono “*scalette*” di azioni ben definite da fare che non siano molto generiche.

Il problema è che le persone, quindi te compreso molto probabilmente, ricercano sempre le soluzioni più facili.

Non le migliori ma le più facili.

Su questo vanno a nozze una marea di “*guru*” che puoi trovare in giro che, sapendo quelli che sono i tuoi bisogni, non vedono l'ora di promettertene la

facile risoluzione in cambio di un bel po di soldi.

Così magari ti ritrovi a comprare un corso che si intitola: “*fallo innamorare di te in tre mosse*”.

Poi all'interno, come è successo davvero ad una mia studentessa quando si è ritrovata ad acquistare un corso della concorrenza prima di arrivare su amore oggi, ti ritrovi delle indicazioni relative a come “*tirarsela*” per attrarlo a te.

Fondamentalmente, da quello che mi ha raccontato, il corso diceva semplicemente che se vuoi conquistare un uomo allora devi tirartela e non essere reperibile.

Che è un'informazione sbagliatissima!

Però a volte, poche volte, funziona.

Il punto è capire quando funziona e soprattutto... con chi.

Vista l'informazione contenuta all'interno del corso posso fare determinate analisi.

Innanzitutto chi ha creato il corso è o una donna particolarmente bella che quindi ha diversi spasimanti che le vanno dietro in base all'aspetto... o un Uomo con un basso livello di crescita caratteriale che, quindi, si sente più attratto dalla sensazione di incertezza e mancanza che un comportamento schivo può provocare rispetto a quello, ben più sano, di tranquillità, certezza e fiducia.

In secondo luogo gli unici uomini che possono essere attratti da un comportamento del genere sono uomini immaturi che ancora hanno molta strada da fare per raggiungere un livello di crescita adeguato a vivere un rapporto davvero serio.

In terzo luogo gli uomini attratti da questo comportamento sono, praticamente sempre, ego dipendenti e cercano la conquista per “*sfida*”.

Una volta riusciti nel loro intento perdono interesse.

Quindi abbiamo tra le mani un corso che ti dà un'informazione pratica ben definita che nella maggior parte dei casi risulterà inutile perché:

- se sei una donna particolarmente bella ed hai spasimanti è ovvio che restando sulle tue quelli si fomentino ancora di più per cercare di conquistarti ma... se non sei una donna particolarmente bella puoi anche tirartela e non gliene freggerà niente a nessuno.
- Funziona solo su un determinato tipo di maschio che, molto probabilmente, non è quello che lei avrebbe voluto accanto.

Insomma: un corso creato da un insegnante incompetente incapace di capire che non esiste una soluzione unica ed universale.

Che quello che magari funziona per lei/lui non funziona per una donna diversa da lei.

Che queste indicazioni non funzionano su tutti ma solo su uno specifico tipo di uomo.

Capisci dove voglio arrivare?

E' importante riuscire a scegliere la persona che ci seguirà in maniera intelligente senza lasciarsi abbindolare da promesse di facili realizzazioni, soprattutto

to per quanto riguarda ambiti relazionali e basati sul miglioramento personale.

Diavolo... anche in ottica di marketing se trovi qualcuno che ti vende un corso all'interno del quale ti promette di darti i 3 passi universali per la vendita dovresti storcere il naso!

Ogni prodotto ha un pubblico diverso. Con la diversità si rende necessaria una strategia diversa e quindi non esiste strategia universale!

Cerca invece chi è disposto ad insegnarti la teoria e le informazioni necessarie alla formazione delle tue personali idee.

Chi ti segue davvero cercando di capire chi sei come persona e le tue reali potenzialità.

Quello sarà un buon insegnante.

Io ad esempio faccio vanto del non fornire praticamente mai informazioni immediatamente pratiche proprio perché non esistono informazioni pratiche universali se non per ambiti molto molto molto specifici.

All'interno dei miei corsi infatti mi concentro sempre tantissimo sul fornire informazioni scientifiche reali che possano permettere alle persone di capire i meccanismi delle relazioni e poi sfruttarle a proprio vantaggio in base a quella che è la loro personalità ed a quelli che sono i loro punti di forza ed obiettivi.

Il tutto condito dal fatto che non lascio mai uno studente da solo dopo l'iscrizione: il supporto e la possibilità di parlare e ricevere aiuto diretto dura per periodi lunghi: anni, se non addirittura a vita.

AGISCI ORA!

Una cosa assolutamente indispensabile al raggiungimento dei propri sogni e della propria felicità è la mancanza di procrastinazione.

Ricordati sempre che “*domani*” è già “*troppo tardi*”.

Io sono uno che un tempo procrastinava all'infinito e adesso invece sono un maniaco del prendere l'iniziativa.

Non hai idea della differenza di risultati che puoi riscontrare cambiando questa piccola cosa.

A volte mi capita di essere a letto, magari alle due di mattina.

E mi viene in mente un'idea riguardante qualcosa da scrivere.

In quel momento a prescindere dall'orario mi alzo, vado al computer, e butto già un intero scheletro degli argomenti che mi sono venuti in mente anche a costo di lavorare fino alle sei di mattina e passare

la notte in bianco.

Poi, anche se non riesco a scrivere tutto quanto insieme... lascio il materiale in mostra sullo schermo in modo da assicurarmi che, non appena mi siedo a lavorare, quella sia la prima cosa che vedo e che riprendo.

Ci sono volte in cui se ho lasciato a metà un lavoro non riesco neanche a prendere sonno tanta è la volontà di cominciare quello che voglio e finire quello che ho cominciato.

Ti posso assicurare che un po' di stanchezza in più vale i risultati che otterrai smettendo di dire “*lo faccio più tardi*” o, ancora peggio “*lo faccio domani*”.

NON ARRENDERTI MAI!

Ultimo ma non meno importante passo necessario a raggiungere la felicità è quello relativo alla determinazione.

E' molto semplice: se ti arrendi non arriverai mai da nessuna parte.

Il problema è che lottare è faticoso, vero?

Non solo faticoso... addirittura doloroso.

Per questo rinunciamo, no?

Eppure solo chi riesce a continuare a lottare, sempre, contro qualsiasi sfortuna, alla fine riesce a realizzarsi.

La triste realtà è che la strada per la felicità passa sempre tra i rovi.

Sempre.

Per superarli ti graffierai, ti taglierai e butterai san-

gue.

Sentirai dolore a volte in quantità talmente elevate da desiderare di morire.

Ma dovrei resistere.

Perché se in quel momento lasci perdere... allora è finita.

Ti stabilizzerai in uno stato di falsa tranquillità e falsa felicità che piano piano diminuirà man mano che invecchi ed alla fine... sarai solo qualcuno che avrà sprecato la propria vita.

Certo: la determinazione non è sufficiente.

Una triste realtà è che ci vuole sempre anche un po' di fortuna.

Un'altra realtà però è che se non ti impegni, anche se potresti avere fortuna, non andrai da nessuna parte.

Anche per vincere la lotteria devi comunque com-

prare il biglietto se ci pensi.

Le tue scelte sono queste:

- Puoi mollare e restare per sempre in uno stato di finta felicità fino a diventare triste nel tempo.
- Puoi lottare ed avere sfortuna, diventando triste
- Puoi lottare ed avere fortuna, diventando felice.

Come puoi vedere non lottare ti porta sicuramente alla tristezza.

Lottare invece, nonostante potrebbe andare male, crea le possibilità di sfruttare l'eventuale fortuna e raggiungere la felicità.

La domanda quindi è: “*cosa c'è da perdere?*”

Anche se non lotti alla fine sarai triste ugualmente.

Qual'è la paura?

Paura di morire tentando?

Certo: è bello poter vivere tranquilli ed avere una vita lunga...

...hai mai pensato però al fatto che così avresti una vita lunga e molto triste?

A questo punto, se la vita deve essere triste... è meglio che sia lunga o che sia corta?

Io personalmente preferisco morire presto lottando che non morire tra 200 anni dopo 200 anni di infelicità.

Che poi non è neanche detto che finisca così.

Potrei anche vincere e vivere 200 anni felice.

Ed il punto è proprio questo: l'unico modo per saperlo... è non arrendersi mai.

**PARLIAMO DI AMORE,
RELAZIONI E SEDUZIONE
NE**

IL PIU' GRANDE NEMICO DI UNA DONNA

Ti dico la verità: spesso preferisco lavorare con le donne che con gli uomini: le donne sono molto più predisposte all'assimilazione di concetti poco schematici e più reali mentre i maschi richiedono sempre schemi e praticità.

Le donne però sono quelle che, quando cominciano un percorso di studio e formazione in questo specifico ambito, ottengono minori risultati.

Gli uomini infatti, quando gli dai qualcosa di schematico da ripetere lo fanno... mentre le donne, dopo aver studiato le informazioni in loro possesso, schematiche o meno che siano, nella maggior parte dei casi rifiutano categoricamente di metterle in atto perché vengono condizionate più dallo stato d'animo che sentono e dalle convinzioni passate (*per quanto sbagliate*) che dal buon senso.

Non sai quante volte capita che una donna, solo

perché prova paura o perché non vuole accettare il fatto che commette degli sbagli, rifiuta categoricamente di mettere in pratica qualcosa che le viene insegnato e manda tutto al diavolo.

Gli uomini, anche se quelli che richiedono aiuto sono in minoranza a causa del loro maledetto ego, quando lo fanno si mettono in gioco veramente.

Le donne lo fanno solo se si sentono tranquille e, se hanno bisogno di aiuto, non sono mai tranquille.

Io oltretutto, per natura, sono portato alla divulgazione diretta della verità, non all'abbonimento della persona.

Ho riscontrato negli anni che **più del 90% delle donne che richiedono aiuto per fattori sentimentali poi rifiuta di utilizzare quello che gli viene insegnato e/o consigliato.**

Che tu ci creda o no, al contrario degli uomini che sono spesso dei totali imbecilli e sbagliano perché non sanno... **le donne sono le peggiori nemiche di loro stesse.**

E quindi è assolutamente necessario che, come prima cosa, io riesca a farti capire come mai le donne sono così.

Altrimenti qualsiasi cosa io possa dire da questo momento in avanti, lo so per esperienza, non servirebbe a niente.

Qualche anno fa mi capitò di conoscere una ragazza che era disperata: non sapeva come fare a conquistare l'uomo che le interessava.

Lui non voleva saperne niente di lei.

Ne parlammo per un po, le spiegai diversi concetti di psicologia e seduzione, le dissi un po di cose che poteva fare (*ogni situazione è a se stante quindi anche ripeterli ora non servirebbe a molto*) e poi, alla fine, le detti **il consiglio più importante in assoluto:**

"qualsiasi cosa succeda non andarci a letto".

Credo sia inutile dire che **quest'ultimo consiglio non fu mai seguito** e solo pochi giorni dopo lei, tutta contenta, mi raccontava della notte stupenda che avevano passato insieme.

L'avevano passata insieme perché "*era successo*", perché "*in quel momento lei se la sentiva*", perché "*lui era stato carino*".

Voglio parlarti adesso di un'altra ragazza che ho conosciuto in passato.

Voleva riconquistare un ragazzo con cui era uscita per un po': uno stronzo totale che la manipolava dalla mattina alla sera per farla ballare sul palmo della sua mano.

Feci di tutto per farle capire che non era la persona giusta ma, visto che far capire una cosa del genere a qualcuno è praticamente impossibile quando il giudizio è offuscato dalle emozioni, alla fine strutturammo una serie di consulenze insieme finalizzate alla riconquista.

lo 0% di quello che le fu consigliato fu messo in atto.

Perché?

Perché "*se faccio così poi magari lui si scoccia*", perché "*ma poi magari se la prende*", perché "*ma poi magari lo*

perdo" (argomentazione parecchio idiota se consideriamo il fatto che lo aveva già perso).

Per finire voglio parlarti di un'altra mia vecchia "amica": disperata perché si ritrovava sempre ad avere intorno gli uomini sbagliati che si divertivano con lei e poi la piantavano.

Con lei ho provato addirittura a strutturare un intero percorso didattico di qualche mese per tentare di spiegarle come funzionano gli uomini, come evitare di attrarre gli uomini sbagliati, come riconoscere gli uomini sbagliati.

E' una sorpresa per te se ti dico che non solo non ha mai voluto seguire le lezioni che le ho fornito ma ha addirittura deciso di interrompere il corso senza averlo praticamente mai cominciato?

Perché questo?

Perché era *troppo impegnata a messaggiare*, qualcosa tipo 4-5 ore al giorno, con l'imbecille di turno che con lei giocava e basta, perché *"non ho testa per pensare ad altro"* e perché *"ma lui mi eccita ed è diverso"*.

La mia domanda per te adesso è...

"secondo te come è andata a finire per queste tre ragazze?"

La prima, quella che ha deciso di non seguire il consiglio relativo al non finirci a letto, a seguito del consumato rapporto sessuale si è illusa di essere finalmente riuscita a conquistare l'uomo che voleva.

Lui non era particolarmente d'accordo però, anzi... le disse chiaramente che non vedeva come lei potesse considerarlo il suo fidanzato a seguito di una semplice nottata di sesso in cui lei si era gettata letteralmente tra le sue braccia dopo averlo invitato a casa sua.

Il risultato? Mesi di depressione, problemi psicologici da risolvere, bisogno di terapia, sfiducia totale verso se stessa ed il mondo in generale.

Parliamo ora della seconda, quella che voleva riconquistare il manipolatore bastardo di turno rifiutando però di farlo nel modo corretto.

Lei continuò ad essere rifiutata ma la "*qualità*" dei rifiuti peggiorò, arrivando a sfociare anche in vere e proprie accuse se non insulti.

Il risultato? Mesi di depressione, problemi psicologici da risolvere, terapia psicologica con un professionista, totale sfiducia verso se stessa ed una intera vita bloccata a causa dell'incapacità di lasciar andare quella situazione.

Arriviamo adesso a parlare della terza, quella che attraeva solo gli uomini sbagliati.

Beh lei è finita a letto con quello che le "*occupava tutto il tempo delle giornate*" per cui decise di non seguire il corso che avevo strutturato apposta per lei solo per poi ricontattarmi dicendo che dopo esserci finita a letto lui era diventato freddo e distaccato e non si faceva più sentire.

Era disperata, chiese scusa e mi supplicò di riprendere il corso.

Per 3 giorni, fino a quando non arrivò quello nuovo di turno che la portò a dire nuovamente "*che non aveva tempo*" ed interrompere nuovamente il corso.

Per 1 settimana, fino a quando non ci è finita a letto e si è ripetuto quello che era successo con quello prima.

Pianti, scuse, riprendiamo.... per altri 5 giorni prima che ne arrivasse un altro.

E così via, all'infinito, in un circolo vizioso che la porterà, se non decide di darci veramente un taglio ed impegnarsi, ad essere presa in giro e ad essere sfruttata per tutta la vita.

Se ti capiterà di contattarmi per sentirmi dire che non ho tempo da perdere per seguirti... molta della responsabilità sarà stata di questa ragazza che mi ha bene insegnato come impiegare del tempo con chi non ha una reale voglia di migliorare è estremamente controproducente.

Tutte e 3, invece di capire che l'errore era loro, hanno preferito sviluppare un odio profondo verso tutti i maschi del pianeta e quindi, molto probabilmente, resteranno da sola a vita.

Sapevi che in quanto donna la tua mente è diversa da quella dei maschi?

L'aspetto che più ci interessa in questo momento è il fatto che hai diversi collegamenti che uniscono l'area limbica del cervello, quella responsabile per la gestione delle emozioni per intenderci, a quella responsabile per l'elaborazione delle informazioni e la presa delle decisioni.

Questo che cosa significa?

Semplice: che **le emozioni provate influiscono attivamente sulle decisioni prese** al contrario degli uomini che riescono spesso a rimanere più razionali.

E' probabile che il tuo primo istinto sia quello di negare questa realtà dicendo a te stessa che non è vero e che tu riesci sempre a rimanere fredda e lucida.

Il punto è proprio questo: **l'emozione modifica la presa delle decisioni ed anche il ragionamento** quindi, in base alle emozioni provate ti comporti in un determinato modo solo per poi razionalizzarlo con un pensiero logico negando la realtà a te stessa..

Le storie che ti ho raccontato sono un esempio perfetto di questo meccanismo.

Nel **primo caso**, la ragazza in questione si è fatta guidare solo ed unicamente dall'attrazione sessuale che provava verso l'uomo che le piaceva.

La decisione che ha preso di portarlo a casa e passare la notte con lui è stata presa in base a questa emozione che l'ha portata a "*dimenticare*" se non proprio "*rifiutare*" quello che sapeva riguardo al fatto che un uomo non viene conquistato col sesso.

Nel **secondo caso**, la ragazza si è lasciata guidare dalla paura.

La paura blocca le azioni ed i pensieri e quindi, lei, non solo si è rifiutata di seguire i consigli che le venivano dati perché impaurita dal fatto che potessero non portarla a raggiungere il suo obiettivo, ma non ha cambiato assolutamente niente di quello che faceva, portandola quindi a confermare i comportamenti che l'avevano resa "*sbagliata*" per quell'uomo in particolare.

Le emozioni di paura ed incertezza che provava ol-

tretutto, le sono state provocate direttamente dalla persona che voleva conquistare in quanto manipolatore, impedendole di affrontare la situazione con la dovuta lucidità e portandola a ripetere continuamente lo stesso sbaglio nonostante, da un punto di vista razionale, fosse evidente che **continuando a fare quello che aveva sempre fatto avrebbe continuato ad ottenere lo stesso risultato: il rifiuto.**

Nel **terzo caso** la ragazza si è lasciata guidare, ancora una volta, dalla forte attrazione sessuale che gli uomini che conosceva stimolavano in lei.

Proprio a causa del forte impatto che hanno le emozioni sulle donne, molte di voi non fanno altro che ricercare costantemente le emozioni più potenti e, nella maggior parte dei casi, ricercano quelle sbagliate.

Anche la tranquillità, ad esempio, può essere potente... però non "*scombussola*" dentro come, ad esempio l'eccitazione o la paura.

Uno dei più grandi problemi delle donne infatti, è proprio il fatto che confondono eccitazione e pau-

ra con "*Innamoramento*"... quando in realtà non c'entrano proprio niente.

Adesso voglio inserire all'interno dell'ebook 3 articoli (*che sono presenti anche sul sito*) che trattano argomenti estremamente importanti per te.

QUALI SONO LE EMOZIONI PRINCIPALI DI AMORE ED INNAMORAMENTO?

Per quanto l'amore dovrebbe essere considerato di per se l'emozione più bella e forte del mondo, la realtà è che quasi nessuno sa riconoscerla.

Questo perché l'attrazione che possiamo provare per un'altra persona dipende da un insieme complesso di emozioni e sensazioni e, in base a quelle che proviamo ed alla nostra comprensione (*quasi sempre sbagliata*) delle stesse, gli affidiamo il nome "amore".

Ad esempio: se ci sentiamo in agitazione e proviamo una forte sensazione di mancanza riguardo ad una persona, spesso e volentieri etichettiamo queste emozioni come "amore" e le chiamiamo in questo modo.

Ed ora la verità: **il 90% (forse più) delle volte, quello che chiami amore è tutto fuorché amore.**

Sai perché?

Perché il tuo concetto di amore è condizionato da una marea di informazioni sbagliate e desideri istintivi.

Nel frattempo però noi **parliamo di quella che veramente è l'emozione predominante**, quella più importante, quella **che devi per forza provare se vuoi poter realmente parlare di amore**.

La fase di innamoramento è quella antecedente all'amore.

E' il periodo di reciproca conoscenza che porta due persone a desiderare di essere una coppia.

L'amore arriva dopo l'innamoramento.

Se la vostra reciproca conoscenza è stata strutturata in maniera sbagliata, così come se semplicemente non siete realmente fatti l'uno per l'altra e vi siete scelti per attrazione, la comparsa dell'amore vero tra voi potrebbe richiedere (*sempre che arrivi, spesso non succede*) anni.

Molte delle persone che pensano di essere innamorate si sbagliano... solo che fino a che non si ritro-

vano a vivere l'amore vero della vita non sono in grado di rendersene conto.

In quel momento capiscono quanto sbagliassero a giudicare come “*amore*” le emozioni passate.

Sfortunatamente ci sono tantissime persone che, proprio perché non hanno la minima idea di come funzionano loro stesse e gli altri non arrivano mai a provarlo.

Amore Oggi esiste proprio per queste persone e, proprio per loro, passo adesso ad elencarti alcune delle emozioni che solitamente, in maniera totalmente erronea, vengono associate all'amore ed all'innamoramento

1. LE FARFALLE NELLO STOMACO

Le farfalle nello stomaco sono uno dei “segnali” peggio interpretati di tutti a causa di una totale mancanza di conoscenza in merito.

Ne parlerò in maniera più approfondita nel prossimo capitolo, per il momento ti basti sapere che per quanto vengano associate all'amore, generalmente

sono invece sintomo di pericolo percepito.

2. ANSIA

Chissà che cosa sta facendo?

Chissà con chi è.

Perché non mi chiama?

Sono alcune delle domande e dei dubbi che invadono la nostra mente e che, spesso, ci fanno pensare di essere innamorati.

Ce lo fanno pensare perché creano una sensazione di attaccamento verso la persona a cui sono diretti.

3. SENSAZIONE DI INFERIORITÀ

Questa sensazione è difficile da “scovare” perché quasi nessuno si rende conto di provarla.

Può essere riconosciuta facendo attenzione ad alcuni comportamenti chiave che ci sentiamo istintivamente portati ad attuare verso l'altra persona.

Quello rivelatore è il **nascondere all'altra persona i nostri difetti**.

Al secondo posto invece, c'è un comportamento atto a **modificare noi stessi o al dare un'immagine diversa di noi stessi** alla persona che ci interessa.

Questi due atteggiamenti spesso e volentieri vanno a braccetto e si mostrano contemporaneamente,

Magari ti viene detto che gli piace particolarmente la musica rock e la classica gli fa schifo.

A te piace la musica classica e non particolarmente quella rock ma, istintivamente, sei portato a dire un "*anche a me*" o più semplicemente a nascondere il fatto che sei un grande appassionato di musica classica e dare un'immagine sbagliata di te stesso dicendo che anche tu "*adori il rock*".

Lo stesso concetto può essere attuato su qualsiasi altro argomento.

Lo stesso vale quando ti viene chiesto di parlare di esperienze sentimentali passate.

Potresti essere portato a nascondere alcune esperienze che hai vissuto perché ti fanno sentire “*in difetto*”.

Un'altra situazione rivelatrice di inferiorità si crea quando sei tu che non fai altro che cercare l'altra persona cercando di “*convincerla*” a vederti o a stare insieme mentre lui/lei, non fa praticamente mai il primo passo.

4. PAURA

Potrei perderlo/ a se...

Si sta scocciando di me...

Lo/ a sento più lontano/ a, non mi vuole più

La paura è un'emozione strana perché per quanto sia “*sbagliata*” in ottica d'amore è contemporaneamente normale che sia presente.

La paura di perdere la persona amata è quasi sempre presente sia nell'innamoramento che nell'amore, il punto è: **in quali quantità?**

Una paura lieve è normale.

Una paura ossessiva che ti porta a passare intere giornate, se non settimane o mesi, cupo e pensieroso e magari anche ad aggredire la persona che stai frequentando, non lo è per niente.

L'EMOZIONE PRINCIPALE DELL'INNAMORAMENTO: L'EUFORIA

L'emozione principale della fase di innamoramento è l'Euforia.

Una sensazione che ti fa provare dei forti brividi lungo tutta la spina dorsale solo al pensiero della prossima chiacchierata o della prossima volta che vi vedrete.

Non vedi l'ora di ritrovarvi insieme a parlare per scoprire qualcosa di più sulla persona che stai frequentando.

Comincia piano piano, con le prime scoperte, e poi non fa altro che ampliarsi ed aumentare man mano che scoprite quanto andate d'accordo, le cose che avete in comune.

Questa sensazione di euforia è provocata dal fatto che **il tuo cervello, ogni volta che scopre di avere qualcosa in comune con quello di qualcun altro, aumenta la produzione di endorfine.**

L'EMOZIONE PRINCIPALE DELL'AMORE: TRANQUILLITÀ'

Probabilmente non l'avresti mai detto ma l'emozione principale che si prova quando si è realmente innamorati è proprio la tranquillità.

L'amore infatti non è solo un mix centrifugato di diverse forti emozioni ma, soprattutto, una scelta razionale e condivisa di dedicarsi uno all'altro per tutta quanta la vita.

Quando questa scelta viene realmente condivisa, si viene a creare uno stato in cui esiste un forte legame sia emotivo che razionale tra due persone.

Questo significa fiducia reciproca.

Significa anche che tutte le cose che hai scoperto e che in passato ti facevano sentire euforico sono oramai ben radicate nella tua mente.

Il risultato è che ti ritrovi a stare con una persona con cui hai provato una forte euforia e con cui sai per certo, grazie alla rispettiva decisione e fiducia, continuerai a stare bene la maggior parte del tempo per tutta la vita.

Questo è quello che crea l'emozione principale dell'amore: **la tranquillità**.

BONUS: GLI AMORI SBAGLIATI DEL MONDO MODERNO

Il problema principale di tantissime persone è che associano all'amore le sensazioni sbagliate.

Quando trovano una persona con cui si sentono tranquille generalmente la allontanano perché nella loro testa l'amore dovrebbe essere un fiume in piena di emozioni che ti trascina via.

Poesie ed aforismi sull'argomento sicuramente non aiutano da un punto di vista educativo visto che vanno ad avvalorare questo pensiero sbagliato sull'amore.

Quindi ci ritroviamo con persone che allontanano

chi le fa sentire tranquille per poi tentare di tenersi vicino quelle che le fanno sentire in agitazione.

Quelle cattive.

Le peggiori con cui desiderare una relazione.

Ricordati sempre che la tranquillità che provi con un'altra persona è mille volte più importante delle forti emozioni che, nella maggior parte dei casi, ti rovinano la vita.

La tranquillità, più di ogni altra cosa, può definire quello che è amore da quello che non lo è.

Tienilo sempre a mente e non cadere nella trappola degli istinti.

PENSAVI FOSSE AMORE? INVECE E' OSSESSIONE

In questo capitolo parleremo di amore.

O meglio... di quello che quasi sicuramente credi sia amore ma invece è **ossessione**.

Imparerai i meccanismi psicologici che ci portano a diventare ossessionati da qualcuno e parleremo anche di uno dei “*segnali*” fisici più comunemente male interpretati: le farfalle nello stomaco.

L'ANCORAGGIO

Gli ancoraggi sono parte integrante della psicologia e vengono spesso usati nell'ipnosi per condizionare le reazioni dei soggetti che vi si sottopongono.

Volendoli spiegare in maniera semplice e concisa possiamo dire che un ancoraggio consiste nel legare una sensazione (*o nel caso dell'ipnosi un comando inconscio*) a qualcosa: che sia un gesto visto o provato, un'immagine o un suono.

Gli ancoraggi sono, ad esempio, uno dei motivi principali per cui proviamo paura.

Immagina che da piccolo ti sia capitato di farti molto male con un petardo: la sensazione di dolore verrà spesso (*non sempre*) “*ancorata*” all’immagine stessa del petardo facendo in modo che il semplice pensiero dello stesso, più avanti nel tempo, faccia riemergere i ricordi dolorosi e, quindi, la paura.

Ma questo cosa c’entra con le ossessioni in amore?

AMORE ED OSSESSIONE

Tutti noi vogliamo stare bene e sentirci apprezzati.

Fa parte della nostra natura in quanto animali sociali ricercare l’accettazione.

Quando una persona riesce, in un modo o nell’altro, a farci stare bene o a farci sentire apprezzati (*le due cose non sono necessariamente legate. Pensa ad esempio a qualcuno che fa tante battute e ti fa stare bene ridendo: non è lo stesso di qualcuno che ti corteggia*) **la nostra mente va ad “ancorare” la sensazione di**

benessere che ne deriva alla sua presenza.

Questo significa quindi che, **per una questione puramente egoistica, cominciamo a desiderare e ricercare sempre di più la presenza** della persona a cui sono state ancorate queste sensazioni positive.

Ora... se questa persona si avvede del nostro “troppo interesse” o semplicemente stava giocando con noi fin dall’inizio... è inevitabile che cominci ad allontanarsi ed a darci molta meno attenzione. Provocando quella che si chiama “**paura di perdere**”.

Di perdere che cosa?

Le sensazioni positive provate fino a quel momento ovviamente!

Il punto è che **nel momento in cui abbiamo paura di perdere la nostra fonte di benessere siamo istintivamente portati a cercare di “ri-prendercela”**.

E visto che tale sensazione è ancorata alla sua pre-

senza... ecco che si è appena creata un'ossessione d'amore legata ad una specifica persona.

BREADCRUMBING E TIRA E MOLLA

Il Breadcrumbsing, che poi viene fieramente chiamato “*tira e molla*” da un sacco di persone compresi innumerevoli “*esperti*” di amore e seduzione del web che per insegnarlo si fanno addirittura pagare centinaia di euro, altro non è che un comportamento atto a dimostrare interesse un momento e disinteresse il momento dopo.

Tale comportamento è indice di una persona con personalità disturbata e, spesso e volentieri, è il punto di partenza di una marea di storie disastrose.

Come ti ho appena spiegato, questo comportamento disturbato è molto potente da un punto di vista attrattivo e riesce a creare delle forti ossessioni capaci di rovinare la vita delle persone anche perché... beh, come dicevo è indice di una persona disturbata quindi... starai cominciando ad “*andare dietro*” ad una persona con dei problemi e che ne farà passare un'infinità anche a te.

Le persone cresciute con carenza d'affetto e che hanno forti carenze emotive sono quelle più soggette a diventare “vittime” di questi comportamenti.

LE FARFALLE NELLO STOMACO

Uno dei segnali che meglio ci avvertono quando ci stiamo impegolando in una relazione malsana basata più sull'ossessione che su altro è quello classico delle farfalle nello stomaco.

Come dici? Ti hanno sempre detto che le farfalle nello stomaco le senti quando sei innamorato?

Beh... ti hanno detto male.

Le farfalle nello stomaco sono uno dei segnali più.... universalmente male interpretati, che viene fornito dal nostro corpo.

In realtà la sensazione delle farfalle nello stomaco dipende dal fatto che, **quando percepiamo una situazione di pericolo, il nostro corpo reagisce irrigidendo i muscoli (quelli dello stomaco in primis), nonché aumentando la produzione di**

adrenalina e cortisolo. Viene bloccata la digestione ed il sangue defluisce dallo stomaco verso le gambe per aumentare le possibilità di fuga.

Da qui la sensazione di “farfalle nello stomaco” che tutti associano all’innamoramento.

Possiamo quindi dire che, la maggior parte delle volte, tale sensazione è indice molto più chiaro di una relazione malsana basata sull’ossessione che non di amore... come avresti pensato fino a ieri.

UN MONDO BASATO SULL’OSSESSIONE

Su questo pianeta tutti parlano di amore, tutti (*o quasi*) pensano di essere innamorati, tutti vogliono amare ed essere amati... e tutti hanno talmente poca consapevolezza riguardo a quello che è davvero amore che:

- tutti, quando lo trovano, **allontanano le possibilità di amare** perché non provoca emozioni abbastanza forti, preferendo andare dietro agli imbecilli che li mettono in agitazione e vivendo, quindi, solo

relazioni inutili e con data di scadenza già definita.

- **tutti pensano di voler essere amati... ma quello che chiedono è qualcuno che sia ossessionato da loro.** Senza capire che anche se lo trovassero la relazione andrebbe comunque a schifo in poco tempo proprio perché in questo modo non si creano solide fondamenta e si vive in una costante situazione di paure e carenze (almeno uno dei due).
- **tutti pensano di amare e riempiono di "ti amo" gli altri... senza rendersi conto che sono solo ossessionati.**

E più queste cose succedono più tutti continuano ad associare queste sensazioni, nonché la sofferenza che ne deriva, all'amore.

E quindi alla fine in tanti, tantissimi... non credono più nell'amore. Non credono più che l'amore possa renderli felici, **si convincono che senza amore si sta meglio e che la felicità dipende solo ed esclusivamente da noi.**

Ovvio... l'amore, quello vero, mai lo hanno

provato.

Ma sono convinti di sì.

Ed io spero con questo articolo di essere riuscito a fare un po di chiarezza sulle differenze e di avverti aiutato a riconoscere le situazioni in cui sei ossessionato in modo da poterle evitare.

L'ILLUMINAZIONE SENTIMENTALE

Uno dei più grandi problemi legati all'amore al giorno d'oggi è il fatto che le persone ricercano **affetto** dalle persone sbagliate.

In questo capitolo ti parlerò di come **queste “scelte sbagliate”** derivino quasi sempre dal **processo di crescita** di una persona e, più nello specifico, dalla mancanza di affetto in giovane età.

E' un argomento complesso quindi vedrò di semplificarlo il più possibile.

LE FASI DELLA CRESCITA

Ogni persona attraversa diverse fasi legate alla crescita:

- Infanzia
- Adolescenza

- Età Adulta
- Vecchiaia

Ogni specifica fase arriva con le sue “*necessità*” che, quando soddisfatte, vanno poi ad aiutare la formazione del carattere.

Durante l’infanzia è importante l’affetto ed il sostegno dei genitori nonché la loro presenza e, soprattutto, il loro comportamento uno verso l’altro.

Tutte queste cose vanno a soddisfare dei bisogni legati alla protezione del bambino nonché ad iniziare un processo di formazione di determinate credenze che, nel tempo, andranno poi a formare il carattere.

Durante l’adolescenza, per quanto sia sempre importante la presenza dei genitori, **cominciano a diventare importanti anche l’accettazione sociale da parte dei coetanei** nonché un certo “*distacco*” dai genitori stessi.

La classica “*fase di ribellione*” ad esempio altro non è che un tentativo di staccarsi dalla sicurezza familiare e di fare esperienze per conto proprio.

Esperienze finalizzate alla creazione di una personalità più matura ed indipendente successivamente necessaria quando raggiungiamo l’età adulta.

LA CARENZA D’AFFETTO IN FASE DI CRESCITA

Durante la crescita sono necessari diversi tipi di affetto:

- L'affetto dei genitori
- L'affetto degli amici
- L'affetto di eventuali primi partner

La mancanza d’affetto, da un punto di vista psicologico, viene recepita come “*esclusione sociale*” e, visto che gli esseri umani sono “*animali sociali*” e che l’“*accettazione sociale*” è necessaria al no-

stro benessere, provoca dolore, dubbi e depressione.

Un bambino, così come un adulto, che prova nel corso della sua crescita dolore, dubbi e depressione si ritroverà a non vivere con la serenità necessaria alla strutturazione di un carattere indipendente e maturo da un punto di vista emotivo.

Magari imparerà a cavarsela da solo da un punto di vista pratica... ma non da un punto di vista emotivo.

La carenza d'affetto in fase di crescita infatti, crea dei veri e propri **vuoti emotivi** nell'animo di una persona.

Vuoti che già dall'adolescenza cominciano a tradursi in una ricerca quasi disperata di "*qualcosa*" che possa ovviare al dolore

Visto che il dolore è provocato dal "*rifiuto sociale*" dovuto alla mancanza d'affetto la reazione sarà quasi sempre quella di ricercare in maniera ossessiva qualcuno che ci accetti.

COME MAI CHI CRESCE CON CARENZE AFFETTIVE SCEGLIE QUASI SEMPRE PARTNER SBAGLIATI ?

Mancando l'affetto che dovrebbe riempire il nostro animo (*o la nostra mente se preferisci un termine più scientifico*), le persone si ritrovano spesso a vivere in maniera piatta.

Non provano molte emozioni forti.

E questo le porta a sentirsi attratta dalle emozioni “*potenti*” perché quest’ultime le fanno “*sentire vive*”.

Se mai ti ritroverai a parlare con qualcuno che ha subito delle specifiche carenze affettive durante la crescita infatti, nella maggior parte dei casi ti sentirai dire che: “io cerco emozioni che mi faccio sentire vivo!”

Soprattutto se si tratta di una Donna.

Adesso quindi diventa opportuno capire cos’è che crea “*emozioni forti*” perché è proprio qui che casca l’asino!

Le emozioni forti sono causate dall'attrazione.

Adesso invece parliamo un attimo di **cosa ci attrae da un punto di vista caratteriale.**

Non parlerò d'aspetto perché l'attrazione per l'aspetto fisico è una questione istintiva che non ha molto a che fare con le carenze affettive ?

- Vogliamo **sentirci apprezzati.** Solo che l'apprezzamento altrui non è un'emozione forte anzi... è spesso molto tranquilla.
- Vogliamo **sentirci apprezzati solo da chi ci procura emozioni forti.**
- Le emozioni forti **sono provocate da chi non ci apprezza sempre.** Questo perché nel momento in cui una persona che ci apprezza si tira indietro si scatena una forte sensazione di "mancanza".
- La sensazione di mancanza **ci porta a stare male** (*forte emozione*) **ed a desiderare di trasformarla in benessere**

Detta in parole povere:

Le persone che provano vero e reale affetto per noi, quelle che restano e resterebbero davvero al nostro fianco, non facendo provare la sensazione di mancanza non stimoleranno la creazione di forti emozioni e saranno rifiutate. Quelle invece che "giocano" facendo un complimento per poi sparire, tirando il sasso per poi nascondere la mano, dimostrandosi disponibili per poi dimostrare che non lo sono, stimoleranno sì una sensazione di benessere dovuta all'apprezzamento ma la alterneranno con la creazione di una fortissima sensazione di mancanza che, essendo molto forte, attrarrà chi ha nel suo animo delle carenze affettive come una calamita.

A questo punto lasciami ricordare che la mancanza non viene provocata solo da comportamenti "palesi" ma può essere provocata dai più piccoli e minimi dettagli.

*Vuoi un esempio? **Il linguaggio del corpo.***

Una persona che ti parla dicendoti che gli piaci ma che non ha il corpo rivolto interamente verso di te

sta creando una sensazione legata all'apprezzamento con le parole... ma una legata alla mancanza con il corpo.

Ricordiamo a questo punto che la comunicazione è divisa tra verbale, paraverbale e fisica e che, nonostante le percentuali tendano a cambiare sempre a seconda di chi insegna, si può dire che pressapoco possono essere divise in questo modo:

- 7% verbale
- 33% paraverbale
- 60% fisica

Quindi abbiamo un 40% di apprezzamento ed un 60% di mancanza solo con un determinato movimento del corpo fatto mentre si dice una cosa carina.

Questa è la base di molti insegnamenti sul tira e molla o, se vogliamo chiamarlo col nome giusto: breadcrumbing.

Breadcrumbs è letteralmente l'arte di spargere le briciole. Un comportamento finalizzato ad alternare comportamenti che dimostrano interesse ad altri che dimostrano disinteresse e, per la psicologia, è sintomo di una personalità disturbata.

A parte questo è possibile anche essere attratti da comportamenti ossessivi, possessivi, opprimenti ed addirittura spaventosi.

Tutte queste cose infatti sono fonte di “*emozioni forti*”.

SE CRESCI CON CARENZE AFFETTIVE RIFIUTERAI SPESSO CHI TI AMA SCE- GLIENDO I MANIPOLATORI

Questa è la triste realtà.

Una persona che cresce con carenze affettive, per sentirsi viva, per provare forti emozioni e per riempire il vuoto emotivo che ha all'interno... tenderà quindi quasi sempre a rifiutare le persone che ci tengono veramente... andando invece dietro ai manipolatori, quelli che giocano.

Il fatto poi che l'attrazione venga quasi sempre confusa con l'amore non aiuta sicuramente.

LE TUE EMOZIONI TI FREGANO

Adesso ti dirò una cosa che, in quanto donna, probabilmente ti farà rabbrivire.

Molte donne si concedono sessualmente a uomini che non gli interessano veramente solo perché la situazione è propizia e le sue emozioni lavorano contro di lei.

Partiamo subito con un esempio: "*la discoteca*".

La discoteca è un ambiente ad alto livello energetico.

E' molto probabile che una persona che si ritrova a passare il suo tempo all'interno di un posto del genere lo faccia perché lì si diverte.

Divertirsi significa trovarsi in uno stato di forte eccitazione fisica (*non sessuale, fisica*).

A questo aggiungiamo il fatto che **i sensi vengono attutiti dalla musica e dalle luci ed il probabile**

utilizzo di alcolici.

Non è un caso se molti uomini di poco valore utilizzano proprio la discoteca come ambiente preferito per la "caccia".

Le donne all'interno si ritrovano in uno stato di grande propensione alla "socializzazione" (*a meno che uno non sia proprio negato*) ed in uno stato di maggiore vulnerabilità recettiva a causa dei sensi attutiti.

Magari non ci credi ma guardiamo i fatti.

Sono tantissime le donne che, a seguito di una nottata passata con uno sconosciuto, poi si sentono una merda per quello che hanno fatto.

Ce ne sono alcune che arrivano anche a denunciare per stupro uomini che, in realtà, non hanno fatto altro che provarci (*stando ai dati ufficiali le denunce di stupro false sono il 90% del totale*).

Ci sono poi quelle che, pur di non stare male con se stesse, razionalizzano l'azione fatta come reale interesse e diventano quasi delle stalker cercando a tutti i costi di conquistare lo sconosciuto di turno

in modo da poter dare pace alla propria coscienza dicendo a se stesse che "*a me interessava veramente*":

Tutto a causa di specifici stati emotivi che guidano i comportamenti, blocchi psicologici e meccanismi mentali che è importantissimo tu riesca ad imparare se vuoi avere qualche chance reale di cambiare in meglio la tua vita sentimentale.

Poco importerebbe se cominciassi subito insegnandoti come funzionano i maschi... se tanto sei totalmente incapace di mettere in pratica le informazioni che ti direi.

All'interno di questa sezione infatti per buona parte (*ma non nella totalità*) non farò altro che darti informazioni che possano rendere più facile il guardarti dentro analizzando te stessa.

E' difficile, ma devi essere in grado di capire quando è la tua testa che ti dice di fare qualcosa... o quando sono le tue emozioni.

*Se non ci riesci ti imbatte-
rai quasi sempre in situazioni spiacevoli.*

E come ti ho detto: **so perfettamente quanto sia difficile per una donna fare una cosa del genere, soprattutto visto che ogni volta che agisce preda delle emozioni è convinta di farlo utilizzando la testa, anche se non è così.**

Su questo nessuno può fare niente a parte te stessa.

L'unica cosa che posso fare io è spiegarti, al meglio delle mie possibilità, come funziona il meccanismo che ti porta a comportarti per emozioni in modo che tu possa esserne consapevole e lavorare su te stessa per riconoscere tali meccanismi.

Farlo sta alla tua volontà e quindi mi chiedo se ce l'hai o se la tua mente ha già lavorato contro di te a sufficienza da farti desistere da questo compito.

Ricorda sempre che **molti dei tuoi comportamenti sono dovuti alle emozioni che provi nel momento in cui li compi.**

Ad esempio potresti ritrovarti in uno stato di tristezza dovuto a pensieri negativi su te stessa e, come risultato, sfogare quella tristezza sulla perso-

na che hai accanto accusandola di cose che non stanno ne in cielo ne in terra solo perché in quel momento ti senti così.

In quel momento oltretutto, sei totalmente convinta che le accuse che stai lanciando sono vere a causa del processo di razionalizzazione che tende a fornire al tuo cervello motivazioni all'apparenza logiche per comportamenti illogici ed irrazionali.

Allo stesso modo potresti uscire, conoscere uno in un locale, andarci a letto e poi convincerti che è l'uomo della tua vita.

Il tutto perché lui si è trovato nella situazione propensa a sfruttare l'eccitazione fisica provocata in te dalla circostanza e tu, dopo, non vuoi assolutamente ammettere a te stessa quello che hai fatto... quindi fornisci a te stessa la motivazione razionale del "*lui mi piace davvero*" per non sentirti male.

Alla stessa maniera potresti scegliere l'uomo sbagliato solo perché ti fa provare emozioni forti (*ansia, paura, eccitazione*), incapace di capire che tali emozioni non hanno niente a che fare con l'amore che, invece, è un qualcosa di molto più tranquillo.

Tu sei l'unica che può controllare tutto questo.

Certo è che senza esserne a conoscenza... è al 100% impossibile.

Il mio augurio è che questi capitoli servano a diminuire questa percentuale, aumentando le possibilità che tu riesca a controllare meglio te stessa.

CI SONO UOMINI E UOMINI

Ho una domanda per te: "*da cosa sono attratti gli uomini?*"

Sono sicuro che la maggior parte delle donne che hanno letto questa domanda hanno risposto con qualcosa tipo "*tette*" o "*culo*"... o nel caso in cui si tratti di qualcuna più mondana magari "*seno*" o "*natiche*".

E' innegabile che **i maschi siano attratti dall'aspetto fisico** di una donna,

Lo sono per una questione genetica: la tua bellezza infatti è una sorta di curriculum genetico. Più è alta più stai mandando un messaggio nascosto al loro istinto che gli dice "*ehi, questa è una adatta alla riproduzione!*".

In parole povere: "*più sei bella più dimostri di avere geni di qualità. Più hai geni di qualità più sono alte le possibilità che un eventuale figlio nato da te sia forte e sano. Più sono alte queste possibilità migliore sarai recepita in termini riproduttivi e quindi maggiore sarà il desiderio sessuale*

di un maschio nei tuoi confronti".

Parliamo però solo di desiderio sessuale a prescindere dal modo in cui lui lo razionalizza e **ti sorprenderà sapere quindi che esistono anche uomini che non si lasciano scalfire da questo meccanismo.**

Per spiegarti chi sono dovrò parlarti di una cosa che si chiama "*Piramide dei Bisogni di Maslow*".

Dal livello di maturità emotiva e caratteriale di un uomo dipendono molte cose tra cui anche le modalità stesse dell'attrazione.

Stando alla **Piramide di Maslow** (*un diagramma che rappresenta i vari gradini dei bisogni umani*) ogni essere umano ha diverse tipologie di bisogni da quelli fisiologici di base a quelli più avanzati.

Nei **bisogni fisiologici** troviamo, ad esempio, **mangiare, bere, dormire e sesso.**

Nei **bisogni più avanzati** invece troviamo cose tipo **moralità, spontaneità, accettazione ed assenza di pregiudizi.**

Proviamo a pensare a questa piramide come se fosse una casa che deve essere costruita: i bisogni primari (fisiologici) sono le fondamenta, quelli presenti nel gradino successivo (sicurezza) sono il piano terra e così via fino ad arrivare all'attico che rappresenta l'auto realizzazione.

Se le fondamenta sono deboli non è possibile costruire il piano terra altrimenti crolla tutto. Se il piano terra è debole non è possibile costruire il primo piano, altrimenti crolla tutto.

Allo stesso modo una persona che non ha la possibilità di soddisfare i suoi bisogni fisiologici difficilmente comincerà a dare importanza a quelli relativi alla sicurezza.

Se non soddisfa quelli relativi alla sicurezza difficilmente crescerà abbastanza da sentire il bisogno di soddisfare quelli relativi all'appartenenza e così via.

Tutto questo che cosa significa per te? Semplice: **gli uomini più immaturi danno la priorità ai loro bisogni fisiologici**, quelli che stanno sul primo gradino, **tra i quali il sesso** e quindi sono attratti e scelgono in base all'aspetto fisico.

I bisogni necessari alla strutturazione di un rapporto a lungo termine quali ad esempio la moralità ed il rispetto reciproco però... stanno nei due gradini più in alto di tale piramide.

Questo significa che, grazie ad una società che non favorisce la crescita emotiva e caratteriale delle persone, **tantissimi uomini restano bloccati ai primi gradini della piramide di maslow e vengono attratti dal sesso senza sviluppare mai le caratteristiche necessarie ad una relazione a lungo termine** (*quindi tradiscono, mollano, non lottano per le relazioni*) mentre **quelli più maturi che hanno sviluppato diversi bisogni relativi a moralità, rispetto reciproco ed affetto familiare danno molta meno importanza al sesso ed all'aspetto fisico proprio perché il loro livello di crescita li ha portati a ricercare, in una donna, ben altro.**

Questo significa anche che se anche è vero che la maggior parte dei maschi è immatura... **esistono anche uomini maggiormente maturi** che, proprio grazie al loro livello di maturità, danno maggiore importanza ad altre caratteristiche rispetto all'aspetto fisico ed alla sessualità di per se.

la domanda adesso diventa: *come faccio a trovare questi uomini?*

IMPARA A SELEZIONARE

Devo spiegarti una cosa estremamente importante: i condizionamenti sbagliati alla quale sei soggetta a causa della società in cui vivi.

Condizionamenti che ti portano ad attrarre, quasi sempre, gli uomini sbagliati.

Molte persone pensano che il percorso giusto da seguire, il desiderio giusto da seguire, la domanda giusta da fare, sia: "*come aumento le mie possibilità di attrarre?*".

Se partiamo da questo presupposto però... è inevitabile che le risposte che otterrai saranno sempre finalizzate ad attrarre il maggior numero di uomini.

Prova a pensarci un attimo: "*all'interno della nostra società sono in maggioranza gli uomini immaturi ed inaffidabili o quelli maturi ed affidabili?*"

Decisamente i primi.

Nel momento in cui si desidera aumentare le proprie possibilità di attrarre quindi... le informazioni che si cercano e trovano sono finalizzate proprio a questo: **attrarre il maggior numero possibile di uomini all'interno della "categoria" che ne comprende la maggioranza.**

Ovvero gli immaturi ed inaffidabili.

Così la televisione, le riviste e gli esperti ti riempiono di consigli che, se seguiti, ti portano sì ad attrarre più uomini dandoti l'illusione del successo, solo che attrarrai i facenti parte proprio di questa categoria.

Quello che dovreesti volere invece è imparare ad attrarre gli altri, quelli facente parte della minoranza.

Dopotutto se sei qui è perché vuoi avere accanto un uomo valido per una relazione vera.

E questo significa che devi dimenticare i consigli che ti vengono forniti generalmente ed imparare a selezionare meglio.

La domanda quindi adesso dovrebbe essere "*come faccio a selezionarli?*"

Innanzitutto evitando di attrarre gli uomini sbagliati!

Una grande verità infatti è che, **a seconda di quello che fai, non fai, dici o non dici... una determinata tipologia di persona sarà attratta da te mentre un'altra tipologia di persona tenderà ad allontanarsi da te.**

Ed è molto probabile che, fino ad oggi, **senza saperlo tu non abbia fatto altro che far allontanare da te gli uomini con cui avresti potuto essere felice.**

Facciamo un esempio.

E' venerdì sera ed è appena finita una dura settimana di studio o di lavoro.

Ti sei sentita con le tue amiche ed avete deciso di uscire per bere qualcosa insieme.

E' quasi ora di uscire e tu sei in camera: stai scegliendo con attenzione il vestito più bello che hai, vuoi sentirti bene con te stessa, vuoi fare bella figura, vuoi essere bella.

Una volta scelto il vestito sarà il momento del trucco: fondotinta, più colore sulle guance, rossetto, matita intorno agli occhi: un look da schianto che, insieme al vestito attillato e scollato che hai scelto, ti porta a dire: "*ok, sono uno schianto!*".

Questo è il "*rituale*" di preparazione a cui molte donne si sottopongono quando c'è un'uscita in programma.

Arriva il momento dell'uscita e, non appena vi trovate insieme, ecco che qualcuno tira fuori un telefono e parte il selfie: foto di gruppo composta di primi piani sorridenti o con espressione ammiccante, seguita a ruoto da diverse foto della serata in cui insieme alle tue amiche ti metti in posa e ti fai riprendere in modo da apparire il più bella, sexy ed a volte simpatica, possibile.

Questo è come prosegue la serata per tantissime ragazze.

E' normale che sia così! ***Da che mondo è mondo questo è il modo di passare una bella serata e tenere tutti aggiornati su quello che stai facendo!***

...e sfortunatamente è anche un vero e proprio suicidio relazionale perché, che tu ci creda o no, in questo modo ti stai assicurando che almeno il 99% degli uomini con cui avrai a che fare saranno degli immaturi patentati che non sarebbero capaci di mantenere una relazione stabile neanche pregando tutti gli dei dell'olimpo in greco antico.

Vuoi sapere perché?

Se hai letto con attenzione quello che ti ho spiegato fino ad ora dovresti essere a conoscenza del fatto che, gli uomini che scelgono una donna in base all'aspetto fisico (*ovvero all'attrazione sessuale che provano*) sono i più immaturi in circolazione e che è la psicologia stessa a provarlo.

Se ricordi bene anche le altre cose che ti ho detto, è la società stessa che ti condiziona fin dalla nascita, tramite media ed internet, ad apparire

e comportarti in un determinato modo.

Ti ho descritto alcuni comportamenti che molte donne/ragazze attuano quando devono uscire, nonché una specifica tipologia di post che spesso viene pubblicata sui social network.

Adesso è il momento di mettere insieme i pezzi del puzzle: *che messaggio lanci con questi comportamenti?*

Il modo in cui una donna appare e si comporta, come ogni altra cosa che fa o non fa, trasmette un messaggio intorno a lei.

Nel momento in cui tu stessa decidi di amplificare la tua bellezza fisica e, con essa, la tua sessualità. **stai per l'appunto proiettando all'esterno un'"esca" che farà abboccare tutti gli uomini che scelgono le donne in base all'attrazione sessuale.**

Quali sono gli uomini che scelgono in base all'attrazione sessuale? Quelli più immaturi.

E... quelli più seri e maturi che molto probabilmente pensi

non incontrerai mai dove sono?

Semplice: ti vedono, recepiscono il messaggio che sei una donna che tenta di "apparire" sfruttando il suo aspetto e, quindi, immatura... ed evitano di approcciarti.

Un uomo veramente maturo e valido non si terrà MAI accanto una donna che dimostra di essere immatura e, a prescindere dal fatto che tu lo sia o meno veramente, una volta che il primo messaggio che hai mandato è quello, di sicuro non avrà voglia di scoprire altro di te e la tua chance l'avrai già persa.

Dopotutto pensaci: esattamente come tu spesso e volentieri non dai possibilità a chi cerca di conoscerti perché "non ti ispira"... pensi veramente che un uomo che vuole accanto una donna valida sarà interessato a conoscerti nel momento in cui ti avrà etichettata come la classica "ragazzina"?

Potrei averti mandata in confusione... ma non ho ancora finito di scombussolarti le certezze.

Molte donne infatti sono convinte che questo loro "curarsi" sia fatto per una questione personale. Per "sentirsi meglio

con se stesse''.

E nel prossimo capitolo ti spiegherò come mai non è così e come mai, nella realtà, sei una semplice vittima dei tuoi stessi istinti più bestiali.

Spero che tu sia pronta psicologicamente a leggere ed accettare quello che ti spiegherò perché altrimenti... difficilmente cambierà qualcosa nella tua vita.

LO FACCIO SOLO PER ME STES- SA...?

Come mai un uomo, quando comincia ad invecchiare, spesso decide di ringiovanire il suo guardaroba e di comprare macchine ed accessori costosi?

O in alternativa... come mai un uomo va in palestra per farsi i muscoli?

Come mai vuole essere figo?

Se gli chiedi come mai lo fa lui che cosa ti risponderà?

Ed ora passiamo ad un'altra domanda.

Come mai una donna ci tiene tanto a truccarsi e vestirsi in maniera sexy ed attraente quando esce?

Come mai una donna ama spesso mettersi in mostra in fotografia?

E... se ti chiedo come mai lo fai... che cosa mi rispondi?

Che lo fai per te stessa?

Gli uomini vogliono essere più fighi... le donne vogliono essere più belle... ed entrambi lo fanno perché *"così si sentono meglio con se stessi"* e, quindi *"lo fanno solo per loro, non per gli altri"*.

Bene, perfetto, niente da obiettare, effettivamente queste cose ti fanno sentire meglio..

la domanda quindi è: ***come mai ti fanno sentire meglio con te stessa?***

Te lo sei mai chiesto?

Ti lascio qualche secondo per rifletterci e tentare di trovare da sola la risposta.

...

...

...

Più un uomo è figo più aumentano le sue possibili-

tà di trovare una donna che lo voglia.

Più una donna è attraente più sono gli uomini che la vogliono.

Più sono alte queste possibilità più possiamo stare tranquilli, in termini puramente biologici, che avremo qualcuno che ci desidera con cui riprodurci.

Quindi i nostri geni, nel grande gioco della vita, non andranno perduti.

La realtà è che fare queste cose ti fa sentire bene con te stessa perché inconsciamente i tuoi geni e la tua mente fanno che, in questo modo, puoi stare tranquilla che avrai le tue chance di adempiere ad uno dei tuoi ruoli naturale: la procreazione.

Solo che è una trappola.

I tuoi istinti infatti, sono puramente animaleschi ed inconsci e ti portano a comportarti in maniera tale da "*aumentare le tue chance di procreare*"... non di "*trovare la persona giusta con cui procreare*"!

Da un punto di vista puramente genetico ed istintivo ha perfettamente senso e questo comportamento ti porta più vicina ad un obiettivo genetico/biologico.

Ma se quello che vuoi è una persona seria, l'amore, la storia della tua vita... oramai dovrebbe essere chiaro che non è così che funziona.

COME FAR INNAMORARE UN UOMO E VIVERE RELAZIONI FELICI

Sono sempre stato convinto che l'amore rivesta un ruolo fondamentale nella vita di ognuno di noi.

L'esperienza, la scienza e pure la religione confermano da sempre questa convinzione.

Questo è il motivo per cui faccio il lavoro che faccio impegnandomi fino allo stremo.

Negli ultimi anni (*pur senza abbandonare gli uomini*) mi sono concentrato nello specifico nell'aiuto alle donne intraprendendo un percorso di studio su varie problematiche femminili durato ben 2 anni e mezzo (*e tutt'ora in corso, non si finisce mai di imparare*).

Il risultato è che, **dopo questi anni di duro lavoro, abbiamo finalmente dato alla luce il corso "Come far Innamorare un Uomo e vivere Relazioni felici"**.

Ho dato il sangue per la creazione di questo corso, passando innumerevoli notti in bianco a studiare o registrando le lezioni finanche alle 4 del mattino (*dopotutto di giorno, con un bambino in giro per casa, è un po difficile riuscire a registrare con tranquillità*).

Il corso comprende, al momento, una novantina di **lezioni in video per una durata di circa 7 ore** divise in 3 sezioni relative a:

- *psicologia maschile*
- *manipolazione relazionale ed emotiva*
- *attrazione e mantenimento delle relazioni*

Ed alla fine ti permetterò, se deciderai di seguirlo, di **comprendere alla perfezione ogni comportamento maschile, riconoscere i manipolatori bastardi ancora prima che possano farti del male e sapere come attrarre l'uomo di valore che meriti di avere accanto.**

Ma non ti ho ancora detto la cosa più bella.

Il corso è totalmente **GRATIS**.

Come mai?

Semplice: l'intero progetto Amore Oggi è ***no profit!***

Ci siamo resi conto che se l'obiettivo doveva essere quello di fornire aiuto non potevamo assolutamente nascondere questo aiuto dietro ad un muro composto dai soldi.

Se vuoi aiutare le persone vuoi aiutare le persone, non avere i loro soldi.

Fine.

Certo: come ogni altra cosa anche noi abbiamo bisogno di soldi per sopravvivere e per mantenere attivo questo progetto ma reputiamo che per un progetto come questo le entrate debbano essere totalmente volontarie.

Detta in parole povere: Amore Oggi ti sta aiutando? Vuoi darci una mano? Allora puoi diventare uno sponsor volontario donandoci dai 2 ai 50 euro al mese a tua scelta.

Anche la sponsorizzazione minima da 2 euro (*renditi conto, meno di un trancio di pizza*) è comunque un

grande aiuto a mantenere vivo questo progetto.

Non vuoi farlo?

Puoi comunque avere accesso a tutti i nostri articoli, video, corsi, ecc... totalmenet gratis.

Sta solo a te.

Se deciderai di darci una mano... puoi diventare uno sponsor **[CLICCANDO QUI](#)**.

Altrimenti puoi registrarti gratuitamente al corso di cui ti ho parlato **[CLICCANDO QUI](#)**.

L'ILLUMINAZIONE SENTIMENTALE

Complimenti per essere arrivata fino a qui.

All'interno di questa sezione dell'ebook ti ho spiegato tante cose interessanti che, se comprese ed applicate, ti permetteranno di avere una vita sentimentale molto migliore di quella che hai avuto fino ad ora.

In quest'ultimo capitolo voglio dirti il segreto finale che, se capito, farà davvero la differenza nella tua vita.

Il segreto è capire che, come già ti ho accennato, ogni cosa che fai o non fai, trasmette un messaggio e che tale messaggio è l'esca che decide quali pesci "abboccheranno".

Ora... se tu volessi pescare un salmone useresti mai un'esca che non è adatta?

Magari si, ma **le tue possibilità di prenderlo sa-**

rebbero bassissime.

Esattamente la stessa cosa capita per le tue relazioni.

Se vuoi avere accanto un uomo serio e maturo quindi, devi pensare a che cosa lo attrae e, soprattutto, a che cosa non lo attrae e fa sì che lui si allontani da te.

Una volta capito questo il resto è una naturale conseguenza.

Ricordati sempre che avrai sempre accanto le persone che ti meriti.

Se trasmetti un messaggio da donna immatura avrai uomini immaturi.

Se trasmetti di essere matura invece è molto più probabile che il pesce che abbotcherà sarà un uomo maturo.

Ti ho già fornito degli esempi pratici di questo meccanismo proprio nelle ultime lezioni e, per il momento, lascio a te il compito di ragionare su

quali altri modi puoi avere di applicare questo concetto.

Se vuoi entrare in contatto direttamente con me puoi iscriverti al nostro gruppo chiuso su facebook **[CLICCANDO QUI](#)**.

Così facendo non solo resterai sempre aggiornata sulle novità di Amore Oggi ma avrai anche accesso a tante altre informazioni utili e di valore.

Nel frattempo io ti saluto incitandoti a registrarti e partecipare al corso “**[Come Far Innamorare un Uomo e Vivere Relazioni Felici](#)”**”

Un abbraccio col cuore da parte mia e da tutti i membri del mio staff.

CONCLUSIONI

In questo piccolo ebook ho fatto del mio meglio per sviscerare davanti ai tuoi occhi quelli che sono i meccanismi genetici che permettono agli esseri umani di essere felici e non solo.

Abbiamo parlato di quali sono i motivi per cui è molto probabile tu non riesca ad essere felice e quali sono i meccanismi mentali che ti impediscono di lottare per la tua stessa felicità e non contento ti ho anche fornito delle importantissime conoscenze base sulla seduzione e le relazioni.

Ora sta a te.

Sei tu che devi mettere in atto quello che hai imparato.

Sei tu che devi essere affamato di felicità.

Sei tu che devi riuscire, nonostante tutti gli ostacoli che possono pararsi di fronte a te, a continuare a lottare restando focalizzato sul tuo obiettivo.

Felicità.

E' una bella parola, ti pare?

E ti assicuro che non ti è preclusa anzi, è alla portata di tutti.

Tutto sta nel riuscire a lottare nel modo giusto per raggiungerla, senza permettere agli altri di toglierci la speranza o la fiducia che prima o poi arriverà.

Io spero tanto che tu ce la faccia.

Ed il giorno in cui ce l'avrai fatta, se sarò riuscito almeno un minimo ad aiutarti, spero che me lo farai sapere.

Brinderò molto volentieri alla tua salute.

Luca Leonardi