

# Beliceweb.it - Semplicemente gratis !!!

<http://www.beliceweb.it/sito/>

## 31 - Vivi meglio



### 1.LA VITA

Coraggio amici,

la vita è fatta di cose belle e di cose brutte. Ma comunque sia è bella da vivere.

Qualsiasi sia la nostra vita, va vissuta fino in fondo. Come disse un saggio :<< Un granello di sabbia per volta, non di più, non di meno >>.

E' la vita va vissuta un granello di sabbia per volta, va assaporata, va apprezzata in quell'istante che passa. Quindi la peggior decisione che puoi prendere e

non prendere decisioni, è non prendere decisioni, significa già morire senza vivere.

### 2.LE SCUSE BANALI

Possiamo prendere tutte le scuse del mondo, per fare vedere agli altri che non abbiamo realizzato un qualcosa a causa della sfortuna o avere motivazioni molto valide per i nostri insuccessi ottenuti.

Ma alla fine non cambierà nulla 😊))

La realtà è invece, che ci sono un sacco di persone intorno a noi che producono risultati nonostante tutto. Nonostante le loro sfortune, le loro limitazioni fisiche o qualsiasi altra cosa che tante volte è peggiore delle cose che noi abbiamo.

### 3.IL CORAGGIO DELLA PAURA

Nella vita non è importante avere paura, perché è quel dono che ci è stato dato come segnale per percepire i pericoli e sopravvivere.

L'importante nella vita è avere coraggio. La persona coraggiosa non è quella persona che non ha paura, ma quella persona che affronta la paura.

### 4.LE INSICUREZZE

Essere insicuri sulle cose da fare determina già il risultato che otterremo.

Le persone che sono insicure otterranno sempre risultati poco positivi, perché alimentano la loro mente nell'auto fallimento, prima che questo diventi reali. In psicologia quando la mente si focalizza su un risultato prima di una prestazione, questo diventa reale nel momento in cui agiamo.

Quindi è fondamentale fare scorrere delle immagini positive nella nostra mente prima di compiere un'operazione.

La nostra vita è in diretta proporzione con il grado di insicurezza con la quale riusciamo a convivere agevolmente.

### 5.SII ONESTO CON TE STESSO

Non fare finta che i tuoi problemi non esistano. DEVI avere la conoscenza del problema per abbatterlo. Le persone dicono che col tempo le cose

migliorano, ma col tempo invece i problemi si ingrandiscono, se non agiamo. L'antefatto dell'azione è il pensiero. Pensa e poi agisci.

## **6.DISTRUGGI IL PROBLEMA**

Cerca di trovare tutte le soluzioni possibili per risolvere un problema.

Vai aldilà della tua sfera razionale e nel momento in cui la tua mente inizia a trovare centinaia di soluzioni (anche banali), ne troverai una che risolverà il problema stesso. Te ne accorgerai perchè ti risuonerà in maniera diversa. O puoi spezzare il problema in piccoli parti. Fallo esplodere in 1000 pezzi e attaccalo. Distruggilo senza pietà. Un problema e lì per essere distrutto e MAI ALIMENTATO.

## **7.ANTICIPA I PROBLEMI**

Trova soluzioni anche per problemi che non hai. Nel momento in cui potrebbero verificarsi, avrai già una valida soluzione in mano. E nello stesso tempo alleni la tua mente a diventare risolutrice dei problemi.

## **8.SVILUPPA CERTEZZE**

Ci sono persone che si accontentano della loro vita, solo perché non hanno la certezza che cambiando, i risultati siano positivi. Chi ha fatto sempre le stesse cose, otterrà sempre gli stessi risultati.

Sviluppa certezza quindi, impara che cambiare significa ottenere nuovi risultati. Possono poi essere positivi o negativi, ma se siamo onesti con noi stessi, possiamo distruggere i risultati negativi e crearne ancora dei positivi. Sviluppa certezza nel lavoro, nello sport, nell'amore, tra amici, in famiglia. Sviluppare certezza, significa cambiare tutta la tua vita, con la convinzione che essa diventerà il capolavoro che merita di essere, quello che hai sempre sognato, ma che non hai mai osato pensare.

RICORDA, CHE PUOI SEMPRE VENIRNE FUORI IN TUTTO.

IL MIO MOTTO PRINCIPALE CHE HO AVUTO FIN DA BAMBINO :  
"IO MI SALVO SEMPRE".

## **9.MIGLIORA LA QUALITA' DEI TUOI PROBLEMI**

Più i tuoi problemi sono alti e più progredisci. Un problema è un'opportunità per imparare cose nuove, per evolversi. Va affrontato quindi come una sfida per migliorare, non come qualcosa per abbattersi.

Più i miei nemici sono potenti e più significa che io sono potente.

Più i miei nemici sono fragili, più significa che io sono piccolo.

I piccoli uomini hanno piccoli problemi rapportati ad essi.

Quindi ricorda, che se oggi ti ritrovi ad avere gli stessi problemi che avevi 5,10,15 anni fa, significa che non sei cambiato, NON SEI CRESCIUTO.

"Mi guardate male perchè sono diverso...io rido perchè siete tutti uguali" 😊

## **10.RICORDATI SEMPRE CHE NON HAI VERI PROBLEMI**

Se hai la possibilità di vivere libero, se hai la possibilità di vedere, sentire, parlare, respirare, piangere, sorridere, amare, NON HAI PROBLEMI.

Sai cosa accade spesso ?

Che le cose che hai ti sembrano scontate. Per te è un diritto averle.

Ti sembra che sia tutto normale. MA NON E' COSI' ?

C'è gente che ogni giorno vive senza le cose che hai tu e che non ritieni che siano così importanti. C'è gente che vorrebbe vedere solo per un istante, come sia il colore rosso, quello blu, quello verde, o come sia la

luce. C'è gente che vorrebbe sentire le note di quella canzone, che a te oramai ha stufato per il fatto di averla ascoltata un milione di volte. C'è gente che vorrebbe esprimere un concetto saggio utilizzando delle semplici parole, e tu non stai zitto nemmeno un attimo e di cretinate ne spari, forse cento al minuto 😊))

Darebbero la vita intera, per un solo istante. Quelli sono VERI PROBLEMI. E tu egoisticamente ti preoccupi a quale scarpe mettere la mattina, in quale posto andare sabato sera, quale persona amare e quale odiare. A quanto spendere e a quanto guadagnare. Complimenti, sei pieno di problemi 😊

### **11. SII FIERO DI TE STESSO**

Vivi, risolvi i tuoi problemi e sii fiero mentre lo fai. Sii fiero di godere di cose IMPORTANTI che tanti non hanno e che vorrebbero avere. Li apprezzerai molto di più. Quando un uomo è affamato capisce cosa significa saziarsi, ma quando un uomo è sazio, non capisce più quello che è ancora affamato.

Quindi sii fiero di te stesso, delle tue scelte e della tua crescita. Cambia sempre in meglio, cresci e sii fiero. Ricorda che non è tanto ciò che ottieni dalla vita che ti rende felice, ma il vero dono è ciò che diventi grazie ad avere ottenuto quella cosa.

### **12. LO STATO MENTALE CHE TI CREI**

Gli esempi in questo punto rispondono alle domande arrivate al nostro gruppo del tipo : << Ci si può disinnamorare di una persona ? >>. Ne parlavamo in chat con la redazione. Avremmo preferito la domanda del tipo : << Ci si può innamorare di una persona ? >>.

Lo stato mentale che associ alle cose, le fanno diventare belle o brutte nella tua mente. 😊))

Quindi ami una ragazza ?

Non è l'ottenerla che ti renderà felice, ma lo stato mentale che hai ad essa associato. Quello stato mentale del tipo, se lei stà con me allora io...

Come la Ferrari. Lo starci sopra non ti renderà felice, ma lo stato mentale che gli hai associato a quell'immagine che scorre nella tua mente sì. Tutti ti guardano, ti rispettano per questo, ti invidiano. Questo ti rende superiore e quindi più felice. Vale per qualsiasi cosa.

Puoi fare l'opposto (Io lo faccio quando ho un problema)

La ragazza che ami non ti fila ? 😊))

Sei in un casino !!! NO scherzo.

Ecco come risolvere subito il problema (Fidati che funziona)  
Vai alla ricerca dello stato mentale che hai associato a quella ragazza.

Rispondi a queste domande :

Come mi sento quando sto con lei ?

Quale immagini mi passano per la mente quando penso a questa situazione ?

Quali emozioni provo ?

Bene ora fai l'opposto :  
Come mi sento quando non sto con lei ?  
Quale altre emozioni provo ?

Ti sembrerà strano, ma se cerchi fino in fondo a te stesso, ti accorgerai che la differenza è talmente minima, che puoi procedere a cancellarla dalla tua mente, senza che ne resti traccia.

Inizia ad immaginarti che ti faccia le corna, che gli altri ti sfottano per questa cosa, che nessuno ti rispetti più. Inizia a pensare che vuoi vivere e che lei te lo impedirà in tutti i modi possibili. Pensa che lei è solo un peso da portare sulle tue spalle, che inevitabilmente rallenterà il tuo processo di crescita, il tuo cammino al tanto sognato traguardo. Cerca in lei solo le cose negative (Ne scoprirai molte se guardi con nuovi occhi), amplificala di cento volte e UALA'

Una delle leve fondamentali in psicologia per portare un cambiamento radicale nella nostra vita è dovuto dal dolore. La persona che prova dolore inevitabilmente si porta al cambiamento, per sfuggire a quella cosa che gli fa male.

Associa quindi tutto l'immenso dolore che hai provato in tutta la tua vita, la tua rabbia, la tua angoscia, i tuoi miseri fallimenti su di lei. Ma attenzione, ti ho detto di dimenticarla, di cancellarla, non di odiarla. Lo so per certo, perché mi succede spesso e poi devo riprendere in mano la cosa, cercando ora di scoprire le cose belle che può darmi (Legge della compensazione) per volergli almeno bene un pò.

Non significa che m'innamoro spesso di una donna. Anzi. In 29 anni ne ho amate solo 3 ed una di esse è mia madre.

Quindi cambia lo stato mentale che associ alle cose e le cose cambieranno.

Funziona sempre. Se poi non funziona e ottieni l'effetto opposto, quindi che la ami ancora, significa che è vero amore.

Ma tu credi ancora al vero amore ? 🤔

Se vuoi semplificare tutto, utilizza quest'altro strumento :

Quante volte penso durante il giorno o la notte a lei ? Quanti minuti,

quante ore ? 😊))

24 ore ? Sei proprio nei casini !!!!

2 ore ? Bene. Dedicare queste 2 ore a cercarne un'altra.

Non dedicarle a NON PENSARLA, ma a cercarne un'altra. Il mondo ne è pieno, Perché proprio lei ? 😊))

## CONCLUSIONI

E anche per stavolta siamo alle conclusioni. Mi raccomando, fermati di tanto in tanto come faccio io, a guardare la natura e alle bellezze che sa darti, perché quando ti fermi a guardare con attenzione, scopri cose nuove e ti sembra che siano lì da poco, ma solo lì da sempre.

Fermati a parlare con le persone anziane, a stringergli la mano e fai sempre sentire le persone che ti circondano importanti. I complimenti non si comprano quindi non ti costano nulla. Ma se riesci a donarli sinceramente allora quelle stesse persone sono lì, pronte a tenderti la mano per migliorare la qualità della tua vita. Ciao e come sempre, buona crescita anche a te.

"E forse la vita un'onda di stupore ?  
Un' onda più grande della morte ?

Non abbiate paura, MAI..." Karol Wojtyla

Rosario Sancetta - [www.beliceweb.it](http://www.beliceweb.it)  
L'era dell'ottimismo è appena iniziata.  
(C)opyright, 05 Ottobre 2005  
Tutti i diritti riservati.