

Cambia in meglio il tuo linguaggio!

(Estratto dal libro È IN TUO POTERE, di Natascia Pane)

Ora ti condurrò a esplorare un nuovo modo di evolvere nel tuo schema mentale, suggerito dal grandissimo maestro Joe Vitale nel suo libro *Corso di risveglio*:

"Appena ti accorgi che ti stai per lamentare di qualcosa, smetti immediatamente. Fermati e trasforma il tuo lamentarti in qualcos'altro. Invece di dare voce alla tua lamentela, afferma una tua intenzione".

Ecco a te un esempio, (molto caro ai liberi professionisti e agli imprenditori come me,

nei giorni di pagamenti delle tasse):

Quando arrivano le tasse da pagare, invece di lamentarti dicendo: "Non ho i soldi per pagarle", puoi esprimere un'intenzione: "Voglio avere i soldi necessari per pagare queste tasse e tutte le altre". Impara a giocare con il tuo linguaggio: invece di dire che hai dei "problemi", puoi dire di avere delle "opportunità".

È un enorme cambiamento, credimi: le Parole creano le cose (ne parlo a lungo nel mio libro *Esprimi il Tuo Talento*) e toccherai con mano quanto cambierà a livello pratico nella tua vita, semplice- mente mutando il tuo linguaggio.

Senti quanta saggezza in queste parole di Joe Vitale:

«Cambiando linguaggio, assumi a poco a poco il controllo della tua realtà. Una 'difficoltà' diventa una 'sfida'. Invece di mettere l'accento sul fatto di avere dei nemici, mettilo sul fatto che hai degli amici. Se nella tua vita c'è una persona che ti tormenta, vedila come un tuo maestro, un tuo allenatore. Se senti un dolore, dì a te stesso che è un 'segnale'. È vero, perché qualunque dolore sta cercando di dirti qualcosa».

Allenati così:

Invece di dire "Voglio che questo dolore se ne vada", puoi dire "Voglio capirlo": è molto più amorevole e utile!

Invece di dire "Ho una lamentela da fare", puoi dire "Ho una richiesta": vedrai come sarà ascoltata diversamente!.

Invece di accusarti dicendoti "Che cosa ho combinato!", puoi dire: "Ecco cosa ho creato" e la tua mentalità vittimistica ne verrà ridimensionata.

Scrivi nei tuoi appunti come stai riformulando dentro di te frasi come queste che ti ho portato come esempio: è un allenamento quotidiano e, più lo pratichi, più arriveranno soddisfazioni.

Approfondiamo ora insieme il concetto di *denaro come flusso di energia*, che potrebbe non essere di immediata comprensione, e lavoriamolo insieme a livello pratico.

Si tratta per te di *spostarti dalla dimensione del bisogno*, *quella che ti fa dire "non ho soldi abbastanza"*, *a quella dell'abbondanza*, che può iniziare a diventare per te lo stato naturale delle cose. È la grande rivoluzione che ha permesso a me stessa di uscire dal circolo vizioso della privazione.

Vuoi avere più denaro?

Se è questo che desideri, ti trovi inconsciamente già nella posizione del bisogno. È nel tuo utilizzo del verbo "voglio" che si annida questa dimensione di privazione e, per toccarla bene con mano, ti propongo questo esercizio.

È tanto semplice nella sua esecuzione, quanto efficace nel mostrar- ti la tua relazione con il denaro, adesso.

Ripeti 10 volte questa frase: "Non voglio soldi".

Non voglio soldi.

Come ti sei sentito a pronunciarla così tante volte? Ti sei sentito sollevato o appesantito?

La prima volta che ho testato io stessa questo esercizio, che lessi in un libro di Gary Douglas e Dain Heer, fui molto stupita del risultato che avevo ottenuto.

Se nel pronunciare questa frase ripetutamente ti sei sentito più leggero, (forse ti sei trovato addirittura a sorridere o a ridere... a me è capitato!) significa che hai provato una sensazione di grande apertura verso il regime delle possibilità e che hai creato spazio per l'abbondanza.

Sentirsi invece più pesanti, nel pronunciare 10 volte questa frase, significa percepire il peso di poche possibilità a propria disposizione, sentirsi contratti in una dimensione angusta.

Ripeti ogni mattina per 10 volte questa frase e aprirai così la tua disponibilità a ricevere di più nella vita: dire ad alta voce che non vuoi soldi dimostra che i soldi non ti mancano e che sei disposto a riceverne. Ogni volta che senti qualcuno, d'ora in poi, dire "voglio soldi", sorridi e ripeti "io non voglio soldi". Sembra paradossale come metodo ma... funziona perché funziona, provare per credere! Attiva l'energia dell'abbondanza dentro di te, e ricorda: *il denaro è uno strumento!*