

Stendhal

ISPIRAZIONI PER CULTURA, INTRATTENIMENTO, OPINIONI, VITA
stendhal@laprovincia.it



L'abbondanza? Prima di tutto uno stato mentale

Psicologia. Prosperare e acquisire ricchezza significa prima di tutto avere idee e creare occasioni. Ecco come Claudia Rainville consiglia di fare

DANIELA MAMBRETTI

Prima di vedere il denaro come monete sonanti o banconote fruscianti bisogna provare a immaginarlo come un flusso di energia che, in quanto tale, si muove libero e disinvolto verso chi lo sa desiderare e accogliere, non necessariamente per imprigionarlo in un accumulazione stagnante che si rivela inadeguato alla sua natura dinamica.

È, invece, preferibile visualizzarlo come un moto perpetuo identificabile non solo come abbondanza economica, ma anche di idee e di opportunità che raggiunge chi lo invoca per goderne, ma anche per veicolarlo in finalità alte a beneficio di tutti.

Pura energia

L'importante è comprendere che la prosperità, in tutte le sue forme, vuole essere desiderata, celebrata e restituita in varie forme, superando tutti i luoghi comuni e le credenze autolimitanti che la vedono accompagnarsi a avidità, dissolutezza, disonestà, dipendenza e malcostume. Di fatto, in quanto pura energia, non porta con sé alcunché. Tutto dipende semplicemente da come si rapporta a essa chi la desidera: fiducia, apertura e accoglienza ne potenziano l'attrazione, mentre pensieri di precarietà, di carenza e di penuria la allontanano. Infatti,

tutte le credenze e le convinzioni sul denaro vanno irrimediabilmente impattate su di esso che risponde in funzione di come viene visto, come spiega Claudia Rainville nel libro "Apri la porta all'abbondanza. Metamedicina e prosperità" (Edizioni Amrita).

L'autrice sostiene che è, in primo luogo, necessario focalizzarsi su ciò che veramente si desidera: troppo spesso, infatti, si sa molto bene cosa non si vuole, ma non quali siano le nostre vere, autentiche aspirazioni o i desideri coltivati nelle nostre profondità. Peggio ancora se si è in grado di esprimerli, ma, subito dopo, si aggiunge sconfortatamente che, però, non si hanno abbastanza soldi, capacità o preparazione per realizzarli: ecco i primi limiti autoimposti che allontanano dall'obiettivo.

Un'altra possibile credenza autoboicottante è il senso di colpa che può scaturire dal vivere in una condizione di benessere economico rispetto a chi non è altrettanto fortuna-

to: se si considera che la prosperità, sul piano energetico, è una fonte infinita a disposizione di tutti, di fatto, nessuno toglie nulla al prossimo se gode di quanto ha ricevuto. Al contrario, chi conduce un'esistenza agiata può attivarsi per contribuire al benessere comune, riequilibrando la possibilità di ricevere e di dare. Senza pensare a quanti altri binomi autolimitanti siamo abituati a fare nostri senza rifletterci davvero, quali, per esempio, successo e presunzione, fama e perdita della libertà, potere e arroganza, oppure ricchezza e povertà di spirito.

Gli stereotipi

Pertanto, un ulteriore passo consiste nel liberarsi dagli stereotipi che inconsapevolmente sono stati introiettati senza alcun senso critico per passare, poi, all'attivazione dell'energia dell'abbondanza. Parallelamente, infatti, bisogna imparare a avere fiducia nel proprio destino, sentendosi liberi di sognare per realizzare la propria missione esistenziale, senza porsi vincoli o limitazioni di sorta, poiché un grande sogno rivela sempre ciò che si è venuti a sperimentare nella vita. A volte, è proprio la ricchezza di idee a portare la prosperità economica, pertanto Rainville invita a ricordare che non è necessario essere ricchi per nutrire gran-

Ci sono credenze autolimitanti che vanno rimosse



Peter Paul Rubens e Frans Snyder, "Tre ninfhe che riempiono una cornucopia", circa 1617. MUSEO DEL PRADO

di ambizioni, ma che spesso è proprio la realizzazione di queste ultime che può renderci ricchi economicamente. L'autrice sottolinea, infatti, che l'abbondanza dipende dalle scelte interiori che facciamo consapevolmente e da quanto ci sentiamo fiduciosi di poter realizzare i nostri sogni, riconoscendo i doni e i talenti che ci sono stati dati e attribuendo loro anche il giusto valore economico. Paura, autosvaluta-

zione e mancanza in fiducia nelle proprie possibilità non sono benvenuti amore per ciò che si fa, entusiasmo, focalizzazione e determinazione.

Un altro aspetto da non sottovalutare è la quotidiana gratitudine per tutto ciò che abbiamo avuto, predisponendoci al fatto che continueremo a riceverne: non ce ne rendiamo conto, ma dare valore a ciò che ci arriva, dalle cose più piccole

e a ciò che consideriamo scontato, ci pone nella condizione energetica di aprirci a ricevere e a accogliere sempre più. Sì, perché dobbiamo ricordare che il denaro e l'abbondanza sono, prima di tutto, un incessante flusso energetico che può essere bloccato solo dalla paura, come, per esempio, quella della mancanza, ma che può venire altrettanto facilmente attivato dall'amore e dalla fede nella vita.

La scheda / 1

**La ricchezza è un gioco interiore
«Ecco le regole per partecipare»**

La ricchezza è, prima di tutto, un gioco interiore e, come ogni gioco, ha delle regole da seguire. Questo il pensiero di T. Harv Eker, autore del libro "I segreti della mente milionaria" (Gribaudo), dove spiega come superare i pensieri limitanti che allontanano il benessere pecuniario, come riequilibrare il proprio rapporto con la ricchezza e come aprirsi, con coraggio, integrità, affidabi-

lità e mente operosa, alla fioritura delle proprie potenzialità economiche superando le paure sabotanti. Gli insegnamenti dell'autore sono anche sinteticamente riassunti in "Le carte della mente milionaria" (Edizioni My Life), 50 affermazioni illustrate che incoraggiano a pensare e agire come persone che vivono serenamente nella prosperità. D.MAM.



La scheda / 2

**C'è chi ha inventato lo yoga finanziario
«Attenti: è la felicità che fa i soldi»**

L'unica ricchezza possibile è quella consapevole, vale a dire quella che unisce due parti che devono incessantemente interagire fra loro: la ricchezza interiore e quella esteriore. Lo sostengono Davide Francesco Sada e Enrico Garzotto nel libro "La felicità fa i soldi. Ricchi dentro e fuori con lo yoga finanziario (Macro)". Gli autori partono dal presupposto che le persone

ricche si occupano di ciò per cui sono portate e che risuona con la loro anima, prescindendo dalla monetizzazione che ne deriva. Allo stesso tempo, assimilano le leggi che governano il denaro per poi dimenticarle al momento opportuno, lasciando spazio al perseguimento della loro vocazione che, in quanto intrisa di amore, non può che generare profitto e soddisfazione. D.MAM.



MASSIMIO MINIMO di FEDERICO RONCORONI

Parlare d'amore fa bene all'amore



Che cosa è un'opera teatrale senza almeno una donna?

Thomas Kyd