

Superare i pensieri comuni a proposito dell'economia

La tristezza e la percezione di disastro imminente si possono vedere da qualsiasi parte e per dei buoni motivi. L'economia è in picchiata. Ma ciò non significa che tu devi ricadere in questo gruppo di sensazioni e portare questi effetti catastrofici nelle tue finanze personali.

Sto proprio ora iniziando una nuova attività, nel bel mezzo della recessione e ritengo che questa situazione lavori a mio vantaggio. Tu hai la medesima opportunità.

Dal momento che tendiamo a manifestare ciò che pensiamo, quando tante persone mantengono la propria energia in un'emozione di paura tutto le porta a sperimentare proprio le loro proiezioni. Qualche volta è impegnativo uscire dal branco per costruire un'emozione di aspettative favorevoli.

Il fatto è che ci sono persone che fanno le cose bene e ci sono sempre delle altre che non lo fanno. Alcune persone considerano la recessione una tragedia, altre vedono un'opportunità. E tu cosa vuoi vedere? La scelta è solo tua.

➔ Ecco alcuni passi che ti suggerisco di fare.

1. Crea una strategia. Se sei nel mondo degli affari, avrai bisogno di modificare i tuoi prodotti, servizi o prezzi per generare più affari. Potresti dover scegliere un nuovo mercato o espandere quello esistente. La chiave sta nel fare qualcosa e non rimanere bloccati dalla paura o in pensieri negativi. Se il tuo posto di lavoro è a rischio, fai i passi necessari per ottenere una posizione diversa. Sii proattivo. Evita in ogni modo di sederti ed aspettare il giudizio finale.

2. Cerca e circondati di persone positive e prendi ispirazione da loro. Se le persone con le quali sei coinvolto hanno delle difficoltà finanziarie fai il grande passo e trova un nuovo gruppo di persone. Guarda delle trasmissioni che ti possano ispirare o cerca dei siti che parlano di prosperità economica durante la crisi.

3. Mantieniti collegato alla tua esperienza finanziaria. Nei periodi di intensa attività, le nostre emozioni sono più forti e più profonde. Anziché sguazzare nella paura o sofferenza, guardale in faccia. Diventa attento all'*esperienza cinestetica* del tuo corpo e di come reagisci alla situazione corrente. Poi crea un suono che rappresenti le sensazioni che noterai. Questo esprime le sensazioni all'esterno ed elimina il bisogno di portarle nella tua esperienza di vita quotidiana. Vai a cercare qualche idea all'esercizio 6 del libro ***Money Training***.

Suggerimenti di prosperità di Joan Sotkin

dal Vol. 1-2008

2

4. Guardati delle commedie o dei video divertenti. Canta e balla. Fai qualsiasi cosa per concentrarti su altro che non sia la tristezza ed il senso di panico. Vai su **BoomerAlley.com** (vers. inglese) e guarda i video. Quello è il sito di mio fratello Marc, che è stato uno dei produttori delle **Golden Girls**, ed è molto divertente.

5. Conta i tuoi soldi. Una delle tendenze durante la recessione è di cadere nella superficialità finanziaria. Questo ti paralizza e ti impedisce di passare all'azione.

6. Partecipa a delle reti online. Mi sono appena iscritta come esperta sul sito **SelfGrowth.com**, dove si raccolgono altri esperti in diverse discipline. Stiamo trovando dei modi per lavorare assieme e rafforzare quello che fa ognuno di noi. Questo crea una comunità e nuove opportunità. Ci sono numerosi siti che permettono di fare rete. Investi alcuni minuti ogni giorno per connetterti ad altri.

7. Incontra gli altri. Soffrire da soli ed in silenzio è la peggior cosa che puoi fare per le tue finanze. Incontrati con altre persone online o il tuo gruppo di auto-aiuto, se ne frequenti uno, o partecipa a qualche gruppo di crescita, o religioso e fatti coinvolgere. Qualsiasi cosa tu decida di fare, evita in ogni modo di autocommiserarti. Agisci in modo positivo!

Alcuni strumenti utili

➔ **Lascia andare la solitudine che blocca la tua prosperità** (audio inglese)

➔ Per avere ulteriori idee su come usare le parole di potere per modificare le sensazioni sgradevoli leggi **Money Training**.

➔ Per imparare il metodo BSFF, un'incredibile tecnica per rimuovere i disagi emotivi, visita **bsff.it** (file scaricabile in formato PDF).

Suggerimenti di prosperità di Joan Sotkin

dal Vol. 1-2008

3

Ti è piaciuto questo Suggerimento? Fallo sapere ai tuoi amici, la prosperità è contagiosa! Inviarlo per email a chi pensi potrebbe trarne dei benefici, te ne sarà riconoscente.

Puoi regalarlo ma non puoi apportarvi alcuna modifica. Se hai un blog e vuoi pubblicarlo, contatta il Salotto di Ely & Anna.

*Per ricevere la versione completa dei **Suggerimenti di prosperità** di Joan Sotkin - Vol. 1-2008 iscriviti alla newsletter del Percorso Prosperità.*