

# La Matrix Divina

Il Portale Italiano sulla Legge di Attrazione

## Ottimisti non si nasce, lo si diventa

Pubblicato da Fausto · 2 July, 2009

Una buona giornata ai lettori di **Il Meglio di Te**.

Oggi vi offro un articolo di **Giovanni Raimondi**, esperto di **tecniche comunicative** e di **psicologia umanistica**, e autore di un ebook molto solare: **Il Potere dell'Ottimismo**, disponibile presso **Autostima.net**

Lascio subito la parola a Giovanni:



Dedico queste mie considerazioni a tutte le persone che desiderano vivere all'insegna dell'**ottimismo** (che è possibile imparare, come ci insegnano i maestri della psicologia positiva, primo fra tutti il Prof. Martin Seligman docente alla University of Pennsylvania).

**L'ottimismo è un modo di vivere** con una visione del mondo positiva. Gli ottimisti tendono infatti a guardare "**il lato positivo delle cose**" e ad assumere conseguentemente una reazione attiva e propositiva nei confronti di problemi, ostacoli, difficoltà.

**Quello dell'ottimista è il classico modo di vedere il bicchiere mezzo pieno**, in opposizione al pessimista che vede lo stesso bicchiere mezzo vuoto, è il modo di condurre l'esperienza di vita con la propensione nel vedere gli avvenimenti che ci accadono quotidianamente in un modo più fiducioso e costruttivo.

Parlando di ottimismo affrontiamo un argomento che mi sta molto a cuore, e del quale ho realizzato l'ebook formativo "**Il potere dell'ottimismo**", che segna l'inizio di un mio percorso di crescita personale nell'ambito della formazione e del coaching, anzi, meglio: di **Life Wellness Coach**:

Un'avventura entusiasmante, un modo di vivere ed aiutare nella crescita personale una moltitudine di persone, consentendo nel contempo il pieno raggiungimento degli obiettivi, conducendo uno stile di vita all'insegna di benessere, amore, serenità ed equilibrio.

**Ottimismo e Coaching:** un binomio perfetto, non solo per superare ostacoli e difficoltà, ma anche per poter raggiungere l'eccellenza in ogni ambito della nostra vita: famiglia, amore, lavoro, benessere, crescita personale, tempo libero, rapporti interpersonali

Nonostante i problemi, le difficoltà, gli impedimenti che a volte nel vivere quotidiano ci affliggono e ci rendono più dura l'esistenza stessa, vivere da ottimisti, con entusiasmo ed energia, ci aiuta veramente a perseguire gli obiettivi che più ci stanno a cuore. **L'ottimista ha veramente una marcia** in più che gli consente, in ogni momento, di fare la differenza.

Dedico queste considerazioni alle persone che pensano che il fatto di essere ottimisti o pessimisti rappresenti un tratto caratteriale immutabile dell'individuo. Non è così, almeno questo è il mio pensiero, sperimentato in primis su me stesso e suffragato oltremodo dal contributo offertoci da alcuni studiosi e specialisti del settore.

Proprio per questi motivi, organizzerò nel corso del 2009 **Seminari full immersion ad hoc sull'Ottimismo!!**

In questi ultimi anni mi sono spesso fermato un attimo a riflettere sull'argomento, e più di una volta mi sono posto alcune domande che molti di voi si saranno qualche volta già posti, come:

Perché alcune persone di fronte alle avversità della vita riescono a rialzarsi e a riprendere l'esistenza con entusiasmo, mentre altre invece, nelle identiche situazioni si bloccano e non riescono più a riprendersi ?

Per quale motivo solo una minoranza delle persone si realizzano pienamente nella vita ?

**Per quale motivo non realizziamo i nostri sogni ?**

Per quale motivo non siamo felici ?

E' possibile diventare ottimisti modificando il corso dei nostri pensieri ?

**Come poter fare per vivere con entusiasmo e realizzare i nostri obiettivi ?**

Ho cercato di dare una risposta a questi interrogativi, ed è anche per questo motivo che vi annuncio con immenso piacere la nascita di un laboratorio di idee e di pensiero che ho chiamato appunto **Accademia dell'ottimismo**, con il quale cercherò di dare un tentativo di risposta alle domande sopracitate e naturalmente con il desiderio di poter dialogare con molti di voi, su argomenti finalizzati a sviluppare una maggior conoscenza ed esperienza verso **tematiche legate all'ottimismo**, alla motivazione, al benessere psico-fisico, all'autostima, alla comunicazione efficace, al pensiero creativo e positivo.

A tutte quelle tematiche che hanno la possibilità di farci gustare un'esistenza più serena e

appagante e che ci ricordano quanto la vita sia una splendida occasione per realizzare i nostri sogni, per vivere più intensamente le nostre emozioni, per vivere con maggior gioia e serenità, nonostante tutto, questa nostra meravigliosa avventura terrena.

Quindi, per terminare queste riflessioni ti invito a: Vivere, scoprire, sognare, amare, crescere, elevarti, imparare, trasmettere, ascoltare, decidere, realizzare pienamente tutti i tuoi obiettivi.

Come anch'io cerco di fare, nonostante tutto, al fine di vivere l'esistenza quotidiana più intensamente, e con maggior consapevolezza imparando da tutte quelle situazioni che fanno della vita un variopinto e multiforme mosaico, nel quale amo giorno per giorno immergermi, vivendo quelle emozioni che rigenerano le nostre passioni e i nostri intimi sentimenti

Auguro a tutti una vita ricca di Gioia e Felicità



E io mi associo a Giovanni, augurandovi una vita all'insegna della Felicità e del Benessere, magari aiutandovi anche con una buona lettura come appunto è il manuale di Giovanni Raimondi **Il Potere dell'Ottimismo**.

Scarica subito il 1° capitolo gratis  
**Il Potere dell'Ottimismo**

Vuoi conoscere l'autore di **Il Potere dell'Ottimismo**?  
Guarda la Videointervista



Questo Articolo è stato pubblicato il 2 July, 2009 alle 7:49 am nella Categoria Evoluzione&Consapevolezza, Libri&Risorse