



JOE VITALE

IL PARADIGMA DELL'ABBONDANZA

DALLA LEGGE DELL'ATTRAZIONE ALLA LEGGE DELLA CREAZIONE



EDIZIONI IL PUNTO D'INCONTRO

Joe Vitale

IL PARADIGMA DELL'ABBONDANZA

**DALLA LEGGE DELL'ATTRAZIONE
ALLA LEGGE DELLA CREAZIONE**



Joe Vitale

Il paradigma dell'abbondanza

Titolo originale: *The Abundance Paradigm*

Traduzione di Fabrizio Andreella

Copyright © 2010 Joe Vitale

Copyright © 2024 Edizioni Il Punto d'Incontro per l'edizione italiana

Original English language edition published by G&D Media

Translation rights attarged through Vicki Satlow of The Agency srl

Prima edizione italiana pubblicata nell'ottobre 2024 da Edizioni Il Punto d'Incontro, via Zamenhof 685, 36100 Vicenza, tel. 0444239189, fax 0444239266, www.edizionilpuntodincontro.it

Finito di stampare nell'ottobre 2024 presso LegoDigit, Lavis (TN).

Tutti i diritti riservati. Nessuna parte di quest'opera può essere riprodotta in alcuna forma senza l'autorizzazione scritta dell'editore, a eccezione di brevi citazioni destinate alle recensioni.

ISBN 979-12-5594-056-2

Nessuna responsabilità può essere assunta per l'utilizzo delle informazioni qui contenute. Benché sia stata presa ogni precauzione, l'autore e l'editore non si assumono alcuna responsabilità per errori o omissioni. Né si assumono alcuna responsabilità per danni derivanti dall'uso delle informazioni qui contenute.

Indice

Capitolo 1	
I QUATTRO STADI DEL RISVEGLIO	9
Capitolo 2	
LA MEDITAZIONE DELLA LAVAGNA.....	39
Capitolo 3	
PURIFICARE CON L'HO'OPONOPONO	59
Capitolo 4	
OLTRE OGNI LAMENTELA	79
Capitolo 5	
DOMANDE DIFFICILI	87
Capitolo 6	
CONVINZIONI LIMITANTI SUL DENARO	111
Nota sull'autore	153

A Lisa Winston

Capitolo 1

I QUATTRO STADI DEL RISVEGLIO

Cosa vuoi veramente? Vuoi la felicità. Vuoi la pace. E stai inseguendo ciò che pensi possa dartela.

In gran parte, le persone pensano che se avessero più tempo, soldi, automobili, case, oppure un lavoro migliore, sarebbero felici, sarebbero in pace.

Questa è la grande illusione. Ciò che vuoi veramente è proprio qui in questo momento. Forse adesso non lo capisci, ma leggendo questo libro e cogliendo i processi di purificazione in esso contenuti, raggiungerai una comprensione che sarà molto reale. Provocherà in te un cambiamento mentale e ti mostrerà che la pace, i miracoli, la felicità e tutto ciò che desideri sono proprio qui in questo momento.

Quando il paradigma dell'abbondanza diventa un cambiamento mentale permanente nella tua consapevolezza,

non devi pensarci più. Tra l'altro, il tempo diventa una dimensione fluida, senza limiti, e i soldi ti arrivano facilmente e senza sforzo perché li vedi ovunque, come anche le opportunità. La pace non è più qualcosa da raggiungere, perché la vivi e capisci che si trova qui, in questo preciso momento.

Attraverso la disamina del libro, tutto questo diventerà molto chiaro, perché il paradigma in cui ti trovi adesso si sposterà verso quello dell'abbondanza. Sono emozionato per te. Come dico spesso alle persone: "Aspettatevi dei miracoli, perché eccoli che arrivano".

Il paradigma dell'abbondanza ti insegnerà a passare dalla legge dell'attrazione alla legge della creazione. In questo libro ti condurrò attraverso una trasformazione personale, un cambio di mentalità.

Prima, però, lascia che ti parli un po' di me. Ho partecipato a *The Secret*, il celebre film di Rhonda Byrne del 2006, e poi a molti altri, tra cui *The Compass*, *Try It on Everything*, *The Tapping Solution*, *The Meta Secret*, *The Leap*. Ho partecipato a vari programmi televisivi, compresi quelli di Larry King e Donny Deutsch, e altri su ABC, CBS, CNN e Fox News. Ho scritto numerosi libri, tra cui cinquantatré su temi di marketing, pubblicità, spiritualità, ispirazione e autoaiuto.

Ho anche registrato molti programmi audio, tra cui *The Power of Outrageous Marketing*, il best-seller *Missing Secret*, *The Secret to Attracting Money* e *The Awakening*. Sono un

ipnoterapeuta, guaritore di qi gong e maestro di Reiki certificato. Sono anche un ministro del culto. Ho due dottorati, uno in marketing e uno in scienze metafisiche. Ho il mio programma radiofonico su CBS Radio, chiamato *The Joe Vitale Radio Show*. Mi piace anche studiare le tradizioni mistiche delle culture antiche. Ho viaggiato in tutto il mondo, Russia, Perù, Polonia e un sacco di altri posti, sempre alla ricerca di modi che ci aiutino a risvegliarci e a sperimentare il cambiamento di paradigma di cui abbiamo bisogno.

Questo mi porta al contenuto di questo libro. È un materiale innovativo e all'avanguardia. Si tratta di informazioni e ispirazioni che non ho mai condiviso prima. Non l'ho mai fatto perché dovevo prima preparare le persone per questo.

Spero che tu abbia letto altri libri o ascoltato altri miei programmi. Che tu lo abbia fatto o no, ti aggiornerò e poi ti porterò in un luogo chiamato il paradigma dell'abbondanza.

Innanzitutto, cos'è un paradigma? Un paradigma è un atteggiamento mentale. Non è solo una convinzione, è un insieme di convinzioni. È il tuo modo di guardare il mondo. Il tuo paradigma è parte della tua personalità, talmente tanto che non sai nemmeno che cosa sia. Lo prendi semplicemente per la tua realtà. La vita è per te così com'è a causa del paradigma (gli occhiali che indossi), della mentalità, del modo di vedere dovuto alle convinzioni che hai accumulato fin da quando eri bambino.

Thomas Kuhn, fisico e storico della scienza, ha il merito di avere coniato la definizione *cambiamento di paradigma* nel suo famoso libro pubblicato nel 1962 *La struttura delle rivoluzioni scientifiche*. Qui stiamo parlando di un cambiamento di paradigma nella tua vita. Non stiamo parlando di scienza, ma di trasformazione personale.

Sebbene dietro la trasformazione personale ci sia la scienza, io sono qui per aiutarti ad avvicinarti al risveglio. Sono qui per aiutarti a passare dalla legge dell'attrazione alla legge della creazione. Per fare ciò, dovrò parlare un po' di entrambe queste leggi. Le mie spiegazioni hanno lo scopo di aiutarti a passare a una comprensione diversa dell'abbondanza, della tua vita e di ciò che per te è possibile. Questa comprensione diversa è, ovviamente, il cambiamento di paradigma che voglio che tu faccia. È questa la promessa e l'essenza di questo libro.

Entriamo subito nel vivo di questo tema. Dove sarai alla fine del libro, quando avrai ultimato il paradigma dell'abbondanza? Per aiutarti a capirlo, devo parlarti delle quattro fasi del risveglio.

Se conosci alcuni dei miei lavori precedenti, ricorderai che ho parlato di tre stadi del risveglio. Ho parlato soltanto di tre perché, a essere sincero, in quel momento era tutto quello che sapevo. Da quando ho scritto quei libri, continuando a lavorare su me stesso il mio risveglio spirituale è diventato più profondo. Ho avuto esperienze di satori, il che significa che ho intuito il paradigma dell'abbondanza e

ho capito che è un processo che posso vivere. Grazie a ciò, ho scoperto la quarta fase del risveglio.

Ti spiego quali sono i quattro stadi del risveglio. Il primo è il *vittimismo*. Non è proprio uno stadio del risveglio, è lo stadio in cui la maggior parte di noi nasce. Quando sei una vittima, la colpa della tua vita è di tutti gli altri. La maggior parte delle persone vive quella che Henry David Thoreau chiamava “una vita di tranquilla disperazione”, perché si sente ancora vittima.

Potresti avere ancora dei momenti in cui ti senti una vittima. Tuttavia, a un certo punto ti imbatti in *The Secret*, nei miei libri o in quelli di qualcun altro. All'improvviso ti rendi conto che non hai più bisogno di essere una vittima. Allora passi al secondo stadio del risveglio, che è l'*autoaffermazione*. Prendi il controllo della tua vita e inizi a manifestare di più ciò che desideri. Inizi a sentire un po' del tuo potere, inizi a sentire un po' di ciò che è possibile per te. L'autoaffermazione c'è quando impari a conoscere, per esempio, il potere della visualizzazione o il potere dell'intenzione. È sicuramente una sensazione migliore rispetto a quella del primo stadio. Sentirsi una vittima non è affatto bello, mentre sentirsi autoaffermati è meraviglioso.

Quando raggiungi questo secondo stadio del risveglio, hai una vita meravigliosa finché non accade qualcosa che non puoi controllare. A quel punto c'è un altro tipo di risveglio, che io chiamo *resa*. In questo terzo stadio ti rendi conto di avere sì potere, ma di non averlo completamente.

Non hai il controllo del pianeta. Non sei Dio. Non sei il Divino. Ti rendi conto che devi arrenderti a qualcosa di più potente di te. A questo punto ti arrendi a un potere superiore e ti ritrovi con un potere maggiore di quello che avresti potuto pensare di avere.

Tuttavia esiste un quarto stadio: il *risveglio* stesso. È lì che diventi il Divino. Sebbene a prima vista possa essere difficile da capire, in questo quarto stadio il tuo ego si dissolve e il Divino, o Dio, vive e respira attraverso di te. Ti guardi intorno e ti rendi conto che il mondo stesso è abbondante, che tu sei parte di questa abbondanza, che non c'è scarsità, mancanza o limitazione. Puoi avere, fare o essere tutto ciò che vuoi, perché tu *sei* proprio ciò che vuoi attrarre.

Questo principio va oltre la legge dell'attrazione e va verso la legge della creazione. In questo stato di risveglio, vivi il paradigma dell'abbondanza. È la tua nuova mentalità, il tuo nuovo modo di essere. Ormai l'insieme delle tue convinzioni è molto radicato nel Divino.

Negli stadi precedenti, le tue convinzioni e il modo in cui vivevi la tua vita provenivano dall'ego. Non c'è niente di sbagliato in questo, ma c'è di più: puoi risvegliarti a un potenziale e a un potere superiori.

Puoi risvegliarti e vivere il paradigma dell'abbondanza, ed è lì che voglio portarti. Ti prenderò per mano e ti ci condurrò. In questo momento sto cercando di definire questa immagine in modo che tu possa visualizzarla. Puoi

cominciare a giocare a capire come sarebbe vivere come la Divinità che respira e agisce attraverso il tuo corpo e la tua mente. Come sarebbe? Prenditi un momento per pensarci, anche se non lo capisci. Stuzzica la tua mente inconscia con questo pensiero. Vorrei che ti fermassi un attimo a pensarci proprio adesso.

Dato che il tema di tutto il libro riguarda il passaggio dalla legge dell'attrazione alla legge della creazione, parliamo un po' di queste due leggi.

Innanzitutto la legge dell'attrazione. Forse ne hai sentito parlare perché, da quando il film *The Secret* che introduce questa idea è diventato famoso, ha fatto il giro del mondo.

La legge dell'attrazione dice che tutto ciò che entra nella tua vita si trova lì a causa dei tuoi pensieri, dei tuoi sentimenti e delle tue convinzioni. Tutto qui, punto e basta. Se guardandoti intorno ti piace o non ti piace qualcosa, devi guardarti dentro e dire: "Me lo ha portato la legge dell'attrazione". Se la legge dell'attrazione è una legge – e lo è – allora ciò che c'è nella tua vita è ciò che hai attratto a qualche livello dentro di te. Questa è l'essenza della legge dell'attrazione.

Il problema della legge dell'attrazione è che in genere le persone non ne comprendono la profondità. Di fatto, diventano molto critiche nei confronti di *The Secret* o di qualsiasi insegnante di questa legge perché dicono: "Ho visto il film. Ho letto il libro. Ho praticato la legge dell'attrazione e non ho ottenuto quello che volevo. Non funziona".

La legge dell'attrazione funziona, ma bisogna comprenderne gli aspetti più profondi. Non necessariamente ottieni ciò che desideri consciamente; ottieni ciò che ti aspetti o credi inconsciamente. Per esempio, magari dici: “Intendo attrarre del denaro. Intendo attrarre una relazione. Intendo attrarre più offerte commerciali”. A livello conscio puoi stare lì, puoi intenderlo, affermarlo, visualizzarlo, scriverlo mille volte su un pezzo di carta. Ma non otterrai comunque ciò che desideri se inconsciamente non credi che sia possibile, che te lo meriti, che sei adorabile e simpatico, che il denaro è una cosa buona o che ti arriverà una relazione. Se hai intenzioni inconsce che vanno contro ciò che dici di voler attrarre, attrarrai le controintenzioni. Quando ti liberi dalle controintenzioni, puoi avere, fare o essere qualsiasi cosa tu possa immaginare. È tutta una questione di purificazione.

In questo libro ti doterò di nuovi e avanzati processi di purificazione che nessuno ha mai presentato prima. Li ho ideati in base alla mia esperienza, li uso personalmente e ne ho parlato ai partecipanti al mio Coaching Miracles Program, ma finora non li avevo mai messi per iscritto. Sono stati concepiti per fare soltanto una cosa: eliminare da te ogni negatività e ogni controintenzione che si oppongano all'aver e essere ciò che hai scelto per te.

Molta gente si è appassionata alla legge dell'attrazione. Quantunque sia una cosa che devi conoscere, comprendere e utilizzare nella tua vita, non è l'unica legge che esista, ce

ne sono altre. Ciò che la maggior parte delle persone non fa con la legge dell'attrazione è agire, anche se in realtà *azione* si trova proprio nella parola *attrazione*. Affinché la legge dell'attrazione funzioni è necessario agire.

Questo ci porta alla legge della creazione. La legge della creazione riguarda l'agire. Manifestare qualsiasi cosa è una co-creazione. Siete tu e l'universo. Tu e il Divino. Tu e Dio. Partecipi alla creazione di ciò che vuoi.

Quando le persone guardano la mia vita e la mia carriera, sembrano stupirsi per il fatto che ho recitato in tanti film, registrato tanti programmi e scritto tanti libri. A oggi ne ho scritti cinquantatré. Anch'io rimango stupito davanti a questa cifra. Come ho fatto a scrivere cinquantatré libri? Non ho iniziato con questo scopo, ho iniziato con lo scopo di essere pubblicato. Mentre scrivevo il primo libro e imparavo che cosa sono la scrittura, la pubblicazione e il marketing, ho iniziato a scrivere il secondo. Quando ho iniziato a scrivere il secondo, ho pensato al terzo. Ho continuato ad agire.

Finché agisci, crei. Finché crei, ottieni risultati. Finché presti attenzione a questi risultati, raccogliendo feedback e imparando da essi, continui a creare una vita meravigliosa, magica e persino miracolosa.

La legge della creazione riguarda il far nascere qualcosa. Per esempio, quando hai un'idea per un prodotto o un servizio, è solo nel regno dell'immaginazione. Esiste come possibilità. Puoi attrarre nella tua vita l'idea e anche le per-

sone che ti aiutano a realizzarla, ma se non agisci, da solo o con gli altri, tale idea non si concretizzerà. Se lo farà, sarà grazie a qualcun altro che ha agito.

Ci sono tanti esempi di questa verità. Le persone hanno creato imprese di successo durante la Grande Depressione e durante tutte le recessioni che abbiamo attraversato. Probabilmente ti vengono in mente anche esempi in cui qualcuno ha avuto un'idea folle e poi è andato avanti e ha agito di conseguenza nonostante tutte le avversità. Poiché stava rispettando la legge della creazione, l'universo, il Divino o Dio si è schierato dalla sua parte per aiutarlo a realizzarla.

La legge dell'attrazione di per sé non è sufficiente. Ecco perché alcune persone critiche nei suoi confronti non ne comprendono la profondità. Devono prima capire che ciò che ottengono è ciò che pensano a livello inconscio. Utilizzando i processi descritti in questo libro, ti mostrerò come eliminare queste convinzioni limitanti inconse.

L'altra legge che ti aiuta a creare questo paradigma dell'abbondanza è la legge della creazione. Ciò significa che devi intraprendere qualche azione per dare vita al concetto, all'energia, al sentimento che ti è arrivato come un dono.

Io ero solito guardare *The Donny Deutsch Show* sulla CNBC e una volta ho avuto la fortuna di parteciparvi. Dicevo a tutti di guardarlo, perché Donny insegnava agli imprenditori come fare la differenza nella loro vita. Portava in trasmissione persone che non avevano idea di come avviare un'attività imprenditoriale. Non avevano esperienza,

istruzione, denaro o risorse, ma avevano un'idea. L'avevano attratta nella loro vita perché la volevano. Quella era la legge dell'attrazione, ma poi dovevano fare qualcosa, che è la legge della creazione.

Una delle mie storie preferite è quella di una giovane donna della Florida che aveva avuto l'idea di una borsa particolare e cercava qualcuno che ne realizzasse il prototipo. Successivamente, aveva bisogno di trovare un produttore che ne realizzasse un certo numero. Fece una ricerca su Google e scoprì che le aziende che potevano produrre quelle borse a minor costo erano in Cina.

Fermati e pensaci: cosa avresti fatto tu a quel punto? È una donna single. Non parla cinese. Non ha tanti soldi. Ha investito nella realizzazione del prototipo e l'azienda con cui deve parlare è in Cina. Cosa faresti?

Quella donna salì su un aereo, volò in Cina, andò in un albergo, fece il check-in, andò alla reception e disse: "Sto cercando queste aziende. Potete portarmi da loro?". Poi fece loro visita senza annunciarsi. Non sapevano che sarebbe andata là. Non parlava cinese. Malgrado le molte sfide e difficoltà, fece l'accordo che stava cercando di ottenere e le sue borse furono prodotte e distribuite.

Lei affrontò le sue paure. Si ripulì e si liberò da qualsiasi cosa le impedisse di agire. Usò la legge dell'attrazione per portare l'idea nella sua consapevolezza e trovare il produttore di cui aveva bisogno. Ma usò anche la legge della creazione per agire, persino volando oltreoceano in un mondo

completamente diverso, e raggiungere i suoi obiettivi. Grazie a quel cambiamento imprenditoriale ora vive il paradigma dell'abbondanza.

Questo è un piccolo esempio di ciò che è possibile. Non è necessario salire su un aereo e volare in Cina. Non devi fare nulla di spaventoso. Ma devi mantenere la rotta. La combinazione di legge dell'attrazione e legge della creazione ti aiuterà a passare al paradigma dell'abbondanza.

Ho concepito questo libro strategicamente per aiutarti nel processo del risveglio. Attraverserai tutti e quattro gli stadi per finire al quarto, nel quale non vive quasi nessuno ma per te è possibile: è lo stadio in cui vivi il paradigma dell'abbondanza. Vivi con chiarezza, con la legge dell'attrazione, con forza, con la legge della creazione. Tutto accade facilmente e senza sforzo.

Da molti anni dico di avere scoperto la scala mobile che attraversa la vita. Questa scala mobile si trova sotto una grande insegna che dice "Paradigma dell'Abbondanza".

Trentacinque anni fa non conoscevo il paradigma dell'abbondanza o la scala mobile che attraversa la vita. Ero un senzatetto sulle strade di Dallas. È stato molto difficile. Ho vissuto esperienze traumatiche e c'è voluta un'eternità a cancellarle e togliermele dalla mente, ma ce l'ho fatta.

In seguito, quando vivevo a Houston, sono stato in povertà per oltre dieci anni. Ho lottato. Ho accettato lavori che detestavo. Mentre li facevo, ascoltavo dei programmi audio ispirazionali. Grazie all'ascolto di quei programmi

e al lavoro su me stesso, oggi sono qui a creare questo libro per te.

Il messaggio che spero che tu senta è per ispirarti. Più lavori su te stesso, più ti trasformerai e passerai da dove sei a dove vuoi essere.

La buona notizia è che questo può accadere in un batter d'occhio, perché in questo momento stai guardando la vita attraverso un paradigma di scarsità. Quando inizi a guardarla attraverso il paradigma dell'abbondanza, vedi la scala mobile e ci resti sopra per attraversare la vita. Questa è la promessa che ti faccio.

Per aiutarti a capire in quale paradigma ti trovi in questo momento, fatti queste domande: hai mai pensato di non avere abbastanza soldi? Hai mai pensato di non avere abbastanza tempo? Hai mai pensato di non poter ottenere ciò che desideri? Hai mai pensato che a causa dei tuoi genitori, della tua famiglia, dei tuoi amici, del Governo, della religione o di chiunque altro, la tua vita non può essere diversa? Ti è mai capitato di pensare che non ci sia abbastanza per tutti, figuriamoci per avere ciò che tu desideri? Hai mai pensato di non poter avere per qualche motivo ciò che desideri? O di essere in qualche modo un fallito?

Tutti questi pensieri sono una specie di dialogo interiore che deriva da una mentalità di scarsità. In altre parole sei stato programmato, come la maggior parte di noi, per credere a queste cose. In quella primissima fase del risveglio chiamata vittimismo, veniamo messi al mondo con una

programmazione già presente nel nostro DNA e nell'epigenetica. Abbiamo rapidamente assorbito altre informazioni dai nostri genitori, dai vicini, dal sistema scolastico, dal Governo, dalla religione, dai media e da molte altre fonti. Tutte queste cose ci programmano.

Finché non ti risvegli al secondo stadio, ovvero all'autoaffermazione, senti che non ce n'è abbastanza: sei tu contro il mondo. Quando ero un senzatetto a Dallas, mi sembrava di combattere contro l'universo intero. Non c'era nessuno dalla mia parte. Non avevo soldi, macchina, casa, reddito, lavoro. Sembrava che non ci fosse speranza. Questa è una mentalità di scarsità.

Oggi ho uno stile di vita lussuoso: ho una collezione di auto e una di chitarre, viaggio dove voglio. Nella mia magnifica casa in Texas ho tutto ciò che desidero, entro nella vasca idromassaggio quasi ogni sera e ringrazio le stelle per la vita che ho. Questo è il paradigma dell'abbondanza.

Se hai ancora una mentalità di scarsità e ritieni che non ci sia abbastanza denaro o tempo oppure che questa cosa non funzionerà per te, renditi conto che questi sono solo pensieri. Non sono fatti. Un fatto è qualcosa di misurabile, riproducibile, che la scienza può duplicare e studiare. I fatti sono cose su cui possiamo essere tutti d'accordo. Le convinzioni sono molto soggettive: sono solo pensieri che hai scelto di trattenere.

Non ci sono soldi sufficienti? Ovviamente ce ne sono più che abbastanza. Migliaia di miliardi di dollari circo-

lano nel mondo in ogni momento. Non c'è tempo sufficiente? C'è sempre tempo per fare quello che vuoi fare. Se sei entrato nel paradigma dell'abbondanza, ti rendi conto che il tempo è un'illusione. Non riesci a ottenere ciò che vuoi? Forse non hai ottenuto ciò che volevi *finora*. Ma man mano che entri nel paradigma dell'abbondanza e impari di più sulle leggi dell'attrazione e della creazione, ottieni tutto ciò che desideri e anche di più. Questo è lo Spirito. Questo è vivere al livello della magia e dei miracoli.

Se in questo momento ti trovi in una situazione di scarsità, ottimo: risvegliati da ciò. Renditi conto che è momentanea. È il vestito che in passato hai dovuto indossare. Te ne daremo uno nuovo. Ti daremo un nuovo paradigma.

Dato che abbiamo parlato di mentalità di scarsità, lascia che ti chiarisca una cosa. Lascia che ti aiuti a capire come funziona la tua mente in questo momento. Per esempio, fermati un attimo e prevedi il tuo prossimo pensiero. Ci riesci? No, non puoi riuscirci. Puoi dirmi qual è il tuo pensiero soltanto dopo che ti è venuto in mente. Perché non puoi prevederlo? Perché non proviene dalla tua mente conscia, viene dalla tua mente inconscia. I tuoi pensieri provengono dal database in cui il tuo paradigma è archiviato. Se sei lì che ti chiedi: "Non so se il programma di questo libro funzionerà per me", questi pensieri provengono dalla tua mente inconscia. Quando li guardi dopo che sono affiorati, noti che provengono da una mentalità di scarsità.