

Sperling & Kupfer Intervista a Walter Rolfo: niente è impossibile!

24/01/2017



Incontrare **Walter Rolfo** è un'esperienza davvero interessante e costruttiva, perché parlando con lui del suo libro **L'ARTE DI REALIZZARE L'IMPOSSIBILE**, ci si rende conto degli errori che commettiamo quotidianamente (spesso, inconsapevolmente) e che pregiudicano la nostra felicità.

Gli abbiamo fatto alcune domande e le risposte sono esaurienti, molto! Buona lettura!

Partiamo dal titolo L'ARTE DI REALIZZARE L'IMPOSSIBILE: una vera sfida.

Sì, una sfida importante perché la si combatte tutta la vita, per cambiare mentalità e punto di vista rispetto alle proprie abitudini. La vera sfida è imparare a eliminare la parola impossibile dalla nostra vita. Ogni volta che la pronunciamo, stiamo perdendo un'occasione. E noi ne abusiamo quotidianamente, reputando impossibile fare piccole come grandi cose. Impossibile è una parola killer! La vera sfida, quella che - con questo libro - voglio aiutare tutte le persone a vincere, è moriscarsi la lingua (in senso metaforico!) ogni volta che si sta per pronunciare quella parola. Già solo eliminandola dal nostro vocabolario ci stiamo mettendo nelle condizioni di vincere.

Quando e come perdiamo fiducia nelle nostre capacità?

Affrontare le battaglie, affrontare le sconfitte, lottare per una vittoria, sono cose molto difficili alle quali noi, spesso, ci disabituamo e dalle quali cerchiamo di fuggire. Molte volte la paura di fallire è ancora più grande del desiderio della vittoria; la paura di non riuscire, di perdere supera la gioia di vincere. E quindi noi preferiamo ricorrere all'aggettivo "impossibile" piuttosto che provarci. La nostra coscienza, nel momento in cui definiamo "impossibile" qualcosa che ci sembra difficile, si tace perché ritiene che non sia colpa nostra se non raggiungiamo l'obiettivo, attribuendo la responsabilità all'impossibilità dell'impresa. Automaticamente, quando definiamo impossibile qualcosa stiamo perdendo fiducia in noi stessi. Ecco perché toglierci gli alibi è l'unico modo per vincere, per avere più fiducia in noi stessi: avere coscienza di essere in grado di fare qualunque cosa ci dà la forza necessaria per realizzarla veramente.

Qual è il primo segreto per affrontare in maniera positiva e risolutiva i problemi di ogni giorno?

Il primo segreto è cambiare la definizione di "impossibile": una cosa è impossibile oggi, con questi mezzi, in queste condizioni. Ma domani sarà diverso: se lavoro su me stesso, mi preparo, mi alleno, domani potrò farcela. Il grande segreto per affrontare e risolvere i problemi è prendere coscienza del fatto che sia possibile farlo.

Lei è anche un mago: davvero si può raddoppiare il tempo?

Sì, il tempo si può raddoppiare perché il tempo che abbiamo a disposizione è molto di più di quanto pensiamo: il vero problema è che lo utilizziamo male, sprecandolo, e alla fine è quasi come se avessimo un piacere perverso nel sentirci stressati piuttosto che prendere in mano la nostra vita e riorganizzarla secondo le nostre priorità. Bisogna avere il coraggio di cambiare, di liberarci degli impegni inutili per fare posto alle cose davvero importanti. In questo libro si impara proprio il segreto per fare apparire, magicamente, un'ora in più nelle nostre giornate, quella che io chiamo "l'ora delle coccole": vale a dire l'ora per fare ciò che davvero amiamo. Nel libro spiego tecniche concrete per riappropriarsi del tempo, come, ad esempio, redigere una "scaletta" della giornata. E' possibile raddoppiare il tempo solo se si impara a gestirlo: prendere coscienza di come lo utilizziamo è il segreto per moltiplicarlo, anche fino all'infinito.