

Hi-Performance® presenta

# MOMENTUM

*"E' nel momento delle decisioni  
che prende forma il tuo destino"*

*by Anthony Robbins*



# Sette preziosi passi per la tua piena realizzazione personale.

## Il Potere del MOMENTUM

Sapevi che il 95% delle persone che si pone dei buoni propositi poi non li porta mai a termine?

E molto spesso non riesce neppure a fare il primo passo.

Per iniziare con la giusta carica di energia, **Anthony Robbins e Hi-Performance** hanno pensato di regalarti questo breve "manuale d'uso" per guidarti, attraverso un semplice processo di riflessione, a raggiungere quel momento decisionale, fatto di chiarezza e lucidità interiore, che ti porterà alla realizzazione dei tuoi progetti futuri.

Dedicati qualche momento di tempo per rispondere alle domande che seguono. Attraverso sette potenti passi, ti aiuteremo a fare il punto sul passato appena trascorso ed a creare un piano di azione efficace.

Buona lettura!

...Che tu possa trovare tutti gli stimoli, la motivazione  
e la gioia che meriti!



Vivi con Passione!

**Anthony Robbins & Hi-Performance**

# I 7 Passi

**1• CHIAREZZA**

**2• CONSAPEVOLEZZA**

**3• ENTUSIASMO**

**4• FOCUS**

**5• IMPEGNO**

**6• MOMENTUM**

**7• STRATEGIA &  
METODO**









## STEP 1 FAI CHIAREZZA

### **3. Quali decisioni prese nello scorso anno si sono dimostrate davvero potenzianti per te ?**

Quali sono state le tue decisioni più importanti ?

---

---

---

---

---

---

---

---

Quali passi conti di fare nei prossimi 12 mesi, in virtù di queste decisioni ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## STEP 2 ➔ ACQUISISCI CONSAPEVOLEZZA

Per le due o tre voci che hai evidenziato, scrivi ora quali sono stati i passi che hai compiuto per portare a termine la loro realizzazione. Forse non hai seguito un percorso pienamente cosciente, forse è stata una spinta irrazionale, un desiderio a spingerti all'azione. Qualcosa di forte che si è trasformata in te in una sorta di straordinaria, benefica "ossessione".

In questo caso, ti sei focalizzato su di essa continuamente ?

Hai investito molte energie mentali ed emotive ?

E quindi, cosa è accaduto ?

Hai creato un vero e proprio piano di azione ?

Quali sono stati i passi che hai compiuto per raggiungere la meta ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## STEP 3 ➡ ALIMENTA L'ENTUSIASMO

Ora che hai acquisito consapevolezza sul percorso compiuto e la tua capacità di raggiungere gli obiettivi e realizzare i tuoi sogni, è tempo di decidere dove vuoi andare....

### **Raggiungi il tuo peak state e scrivi TUTTI gli obiettivi che vuoi raggiungere da qui a 20 anni.**

Sì, hai letto bene, da qui ai prossimi 20 anni! Prenditi tutto il tempo e sii certo di includere QUALSIASI cosa tu voglia fare, essere, condividere, creare, avere, dare. Includi anche i tuoi obiettivi finanziari, fisici, di relazione, di contributo sociale. Qualsiasi cosa tu voglia imparare, godere, vivere. Non importa quanto possa sembrarti esagerata o futile, questa è la tua occasione per sognare senza limiti. Pronto ? Via !

Lascia scorrere la penna sulla pagina ....senza freni !!!

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---











## STEP 6 SFRUTTA IL TUO MOMENTUM

Non lasciare mai incompiuta la focalizzazione di un obiettivo! Quando si fissa una meta, bisogna sempre far seguire l'azione. Devi agire immediatamente.

### **1. Decidi adesso: qual è la cosa più piccola che puoi fare immediatamente, per portarti in direzione dei tuoi principali obiettivi ?**

(Per esempio: fare una telefonata, organizzare un incontro, acquisire informazioni in internet, iscriverti a un corso, parlare con qualcuno ecc..)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### **2. Ed ora: qual è la cosa "grande" che decidi di fare IMMEDIATAMENTE per raggiungere il tuo obiettivo ?**

(Per esempio: prendere una decisione importante, gettare via in questo istante il cibo che hai in casa e che è dannoso alla tua salute, regalare alcune cose di cui non hai più bisogno ecc...)

---

---

---

---

---

## STEP 7 USA STRATEGIA & METODO

Per avere la certezza di seguire il tuo piano di azione, devi farti furbo, aiutandoti a seguire il percorso che hai deciso, con metodo. Solo così potrai verificare la coerenza delle tue azioni con gli obiettivi che ti sei preposto. Se non lo farai, purtroppo, rischierai di finire come quel 95% di persone che all'inizio di ogni nuovo anno fa dei buoni propositi senza mai riuscire a mantenerli !

Misura con costanza i tuoi progressi. La verifica può avvenire scrivendo su un agenda o sul tuo pc i tuoi risultati. E' una strategia vincente che alimenta e rafforza la tua evoluzione.

Scegli qui sotto l'opzione che preferisci e che ti impegni a mantenere.

**IO SOTTOSCRITTO/A \_\_\_\_\_  
MI IMPEGNO FIN DA ORA A MISURARE I MIEI RISULTATI**

*( barra la casella corrispondente)*

**Ogni giorno**

**Settimanalmente**

**Nel seguente modo:**

---

**Firma e data**

---







**HI-PERFORMANCE®**  
Divisione Grandi Eventi

*Distributore in Esclusiva Anthony Robbins - Italia*



Partecipa all'evento dell'anno!  
Incontra dal vivo Anthony Robbins a

**ROMA, dal 25 -28 Settembre 2009**

**"Sprigiona il potere che è in te"**  
Edizione Speciale

### **Novità in arrivo !**

Siamo lavorando per rendere il nostro sito [www.hiperformance.it/anthonyrobbins](http://www.hiperformance.it/anthonyrobbins) ancora più bello e ricco di contenuti. Vieni a visitarlo!