



MANUALE DELL'ARTISTA

Ciao, benvenuto e complimenti per aver acquistato l'App e per la tua crescita personale, mi presento sono Alessandro Vigo il titolare di Time Bomb Music, grazie per la fiducia e fatti i complimenti per aver deciso di investire sulla tua crescita personale e su te stesso, credimi sono veramente poche le persone che lo fanno.

Con questo documento, ho riportato tutto quello che ho sperimentato nella mia vita personale e professionale e che ti consiglio se vuoi raggiungere i risultati nella musica e che purtroppo devi sapere se vuoi farlo diventare in un vero lavoro. Non pretendo di avere la verità in tasca e non pretendo di avere ragione, ma voglio condividere con te tutte le informazioni che sono state utili per la mia formazione lavorativa ed artistica.

Se pensi di non avere le capacità, la mentalità o che sia impossibile lavorare nel mondo della Musica, ti racconto in breve la mia storia.

"Fin da quando ero bambino ho avuto difficoltà perché ho iniziato a parlare e camminare tardi. A scuola avevo problemi legati all'apprendimento, concentrazione e non ero in grado di fare calcoli a mente. Nel tempo ho scoperto che queste mie difficoltà sono legate ad un problema di dislessia e discalculia. Mi sono rifugiato nella Musica superando timidezze ed insicurezze, ho creato da solo una band con cui ho girato l'Italia. L'esperienza mi ha reso più sicuro sia nella vita privata che a livello professionale, migliorandomi da diversi punti di vista. Con impegno e tanta determinazione mi sono laureato in Scienze della formazione e specializzato in Formazione Aziendale.

A 29 anni ho realizzato uno dei miei sogni, vivere di Musica creando un'agenzia musicale e casa discografica da zero, insieme a un amico, che ad oggi è una delle più importanti realtà nel panorama musicale nazionale.

Ho collaborato con professionisti di alto livello e imprenditori di successo, sviluppando e facendo crescere una mentalità imprenditoriale che voglio condividere con tutti coloro che vorranno collaborare con me".

Questo per dirti che Volere è potere! Se ce l'ho fatta io, puoi farcela anche TU!

Prima che tu proceda vorrei precisare che ho volutamente creato un file scritto e non audio-visivo perché così potrai prenderti il giusto tempo per analizzare e prendere appunti ed immagazzinare ed apprendere senza distrazioni.

Buon lavoro e buona Lettura! ☺

Alessandro



ALCUNI CONSIGLI PRIMA DI INIZIARE

Ti consiglio di non sottovalutare e di non avere alcun pregiudizio su ciò che ti dirò. Ti consiglio di seguire l'ordine delle lezioni senza SALTARE da una parte all'altra.

Ti consiglio di non frammentare la visione di ogni capitolo.

Ti consiglio di prendere appunti in modo attento/a e concentrato/a.

Tante delle cose che vedrai potrebbero urtare la tua sensibilità o "scoraggiarti": il mio intento è solamente quello di darti informazioni utili e impattanti, provate e testate sulla mia pelle in più di 25 Anni (15 da musicista, 8 come professionista nel campo discografico e 4 anni come Coach Musicale)

BENE! INZIAMO...

1) A CHI SI RIVOLGE QUESTO PERCORSO

- A chi vuole cambiare qualcosa nella sua vita.
- A chi vuole intraprendere SERIAMENTE un percorso volto all'acquisizione delle competenze necessarie per lavorare nel mondo della musica.
- A chi è consapevole che, per fare musica di lavoro, è necessario impregnarsi, sacrificarsi, acquisire competenze ed abilità (ovvero le cosiddette Hard Skill).
- A tutte quelle persone che coltivano progetti nel settore musicale e che faticano a raggiungere risultati concreti, capendo quindi che oggi, LA MUSICA, DA SOLA, NON BASTA!!!

A chi **NON** si rivolge questo percorso

- A chi non sa prendersi le proprie responsabilità: le GARANZIE non ESISTONO.
- A chi crede che sia una mera questione di VISIBILITA'.
- A chi crede non essere necessario acquisire COMPETENZE SOLIDE (Hard Skill).
- A chi pensa e crede che i risultati siano DELEGABILI. La responsabilità è solamente VOSTRA.



2) IL MUSICISTA, ARTISTA, o qualunque sia la figura che vuoi ricoprire in questo settore, DEVE SAPERSI VENDERE, e DEVE IMPARARE a costruirsi e approcciarsi alla musica come un qualsiasi altro BUSINESS.

- Dovrete essere in grado di servire un mercato, e in base a quanto VALORE voi darete al mercato, il Mercato sarà estremamente grato di ricompensarvi. Maggiore è il valore, maggiore sarà la ricompensa.
- Dovrete essere in grado di creare prodotti e servizi di VALORE.
- Le vostre COMPETENZE, unite alle vostre AZIONI, sono le uniche armi che avete per combattere e vincere la competizione di mercato.
- Ricordiamoci sempre che il nostro compito è dare tangibilità all'intangibile.

3) LA MUSICA E' UN LAVORO, il lavoro è DISCIPLINA. La disciplina è lo STRUMENTO dei MAESTRI.

- Molte persone pensano di non essere "disciplinate" quando in realtà lo sono, ma su "oggetti" sbagliati.
- La disciplina è AUTOREGOLAMENTAZIONE: datti delle regole!
- Sii un grande ed attento osservatore, in primis di te stesso e delle tue azioni.

4) COME SVILUPPARE UNA CORRETTA DISCIPLINA

- Non evitare la realtà.
- Resisti agli Impulsi Esterni: Telefono, Social Media (ELIMINALI), Acquisti impulsivi, ecc ecc
- Credi solo nei risultati (fai parlare i risultati, e evita le persone che parlano, alla fine le parole finiscono, mentre i fatti rimangono).
- Fai esercizio: ogni mattina, appena sveglio, prenditi almeno 20 minuti per fare esercizio fisico.
- Mantieni un'alimentazione sana e se riesci svegliati presto e leggi libri, mantieni ordine sul tuo luogo di lavoro, ordine ambientale comporta a ordine mentale.
- Medita: ogni mattina prenditi almeno 20 minuti di tempo per MEDITARE, e non saltare un singolo giorno.
- Sii disposto a SACRIFICARE il BREVE PERIODO a favore del LUNGO PERIODO



- Time Management: pianifica scrupolosamente il tuo mese, settimana, giorno e ora e impara a dire NO a qualsiasi altra cosa, (se fai fatica non ti preoccupare, inizia facendo un passo alla volta giornalmente l'importante che inizi a fare).
- Imposta i tuoi OBIETTIVI: rifletti sempre sulla tua Missione e Visione, monitora i tuoi obiettivi mensili, trimestrali e annuali e tieni traccia chiara delle tue AZIONI e dei tuoi RISULTATI. Ciò che non è misurabile non è implementabile.
- Sii GRATO: se stai sempre a pensare al futuro o al passato, finirai con l'essere vittima di ansia e stress, concentrati sul presente e pratica la GRATITUDINE giornalmente per bilanciare stress e ansia.
- Resilienza e Persistenza e Divertimento: qualsiasi cosa succeda, segui il tuo piano e i tuoi obiettivi, SEMPRE, per fare questo agisci sempre con entusiasmo e divertimento anche le cose che non ti piacciono, il segreto per fare le cose è divertirti anche nei momenti più difficili.
- Un Grande saggio disse che se vuoi raggiungere la meta, non pensare solo alla meta, goditi il cammino per raggiungerla, perché se penserai solo alla meta non la raggiungerai, il segreto sta nel divertirsi a raggiungerla, nel viaggio.

5) SVILUPPARE COMPETENZE

- Studia almeno 3 ore al giorno.
- Segui/individua 1 Mentore.
- Affiancati a chi ha ottenuto i risultati che vuoi ottenere, elimina ambienti depotenziati e negativi per te.
- Prendi spunto e acquisisci informazioni da ambienti che non siano necessariamente legati al settore musicale.
- Prediligi le esperienze PRATICHE. La musica è PRATICA.
- Investi almeno il 10% di tutto quello che guadagni in FORMAZIONE.

6) ATTITUDINE

"Disposizione innata per certe attività, anche in quanto oggetto di valutazione ai fini dell'orientamento professionale.

Ogni persona, quindi anche tu, ha una determinata ATTITUDINE.

Analizza le tue attitudini COMPORTAMENTALI e cerca sempre di migliorarle e, dove necessario, MODIFICARLE, studiando e sfruttando la Formazione Continua (sii curioso e sperimenta).

7) COMPORTAMENTO

"Modo di condursi dell'individuo rispetto all'ambiente".

- Il comportamento è ciò che differenzia un professionista da un dilettante.
- Il proprio comportamento modifica le reazioni ed il modo stesso di comportarsi degli altri
- Il comportamento può avere la meglio sulle competenze
- Il comportamento, così come le nostre abitudini, derivano spesso dai nostri PARADIGMI.

Analizzare il proprio comportamento può rivelare tanti aspetti su cui lavorare.

8) CRITERI DI SELEZIONE

- Un professionista da molto peso, in fase di scelta decisionale, ad una persona con un'ottima "educazione" e con un temperamento comportamentale solido.
- Un professionista e/o un'azienda darà priorità a chi ha dei planning CHIARI con OBIETTIVI MISURABILI.
- Nel mondo della professione musicale, la QUALITÀ È FONDAMENTALE.
- Ogni professionista ha i propri Modus Operandi e la propria modalità comunicativa. Cerca sempre di capire a fondo chi hai di fronte, quali sono le sue modalità comunicative e quali le sue possibili necessità.
- Un professionista valuta i RISULTATI e non ha interesse nei TITOLI e ha sempre una merce di scambio.

9) ABITUDINI

- Monitora e analizza le tue abitudini

Ricorda che le nostre abitudini rivelano chi siamo veramente e i nostri PARADIGMI.



MINDSET STATO MENTALE ABITUALE

In questo capitolo parleremo appunto di come lavorare sul nostro **Mindset**, in modo da generare nuove abitudini e comportamenti.

Con il termine mindset si fa riferimento allo stato mentale abituale di un individuo. Quest'ultimo ha un ruolo fondamentale sul modo in cui svolgi i compiti quotidiani, prendi decisioni e affronti le sfide.

Da cosa è composto? Generalmente, la mentalità di un soggetto è costituita dai condizionamenti e dalle credenze che la mente ha assimilato nel corso di una vita. Questo bagaglio culturale che determina l'atteggiamento abituale caratterizza le tue modalità di agire e reagire alle circostanze che ti trovi di fronte.

Possiamo definire il mindset come il modo in cui reagisci di fronte alle situazioni della vita.

Ti faccio un esempio: se sei convinto di non saper parlare in pubblico, questa tua forma mentale ti porterà ad evitare tutte le occasioni durante le quali sarà necessario mostrare le tue capacità davanti agli altri. Tuttavia, questo mindset è negativo per te perché ti fa essere profondamente insicuro e se non lo cambierai con il tempo, sarai sempre più portato a rinunciare alle opportunità per paura di sbagliare.

Tu non vuoi che questo accada, vero?

Ecco perché ritengo indispensabile conoscere sé stessi e sviluppare una mentalità di crescita, o **Growth Mindset**.

Il punto di partenza è sapere quali sono i tuoi limiti, le paure, le difficoltà e riuscire ad ammetterle è ciò che devi fare per superarli. Sono le tue paure a farti credere che ci siano degli ostacoli impossibili da abbattere ed è proprio da questa consapevolezza che devi partire per formare il tuo mindset.

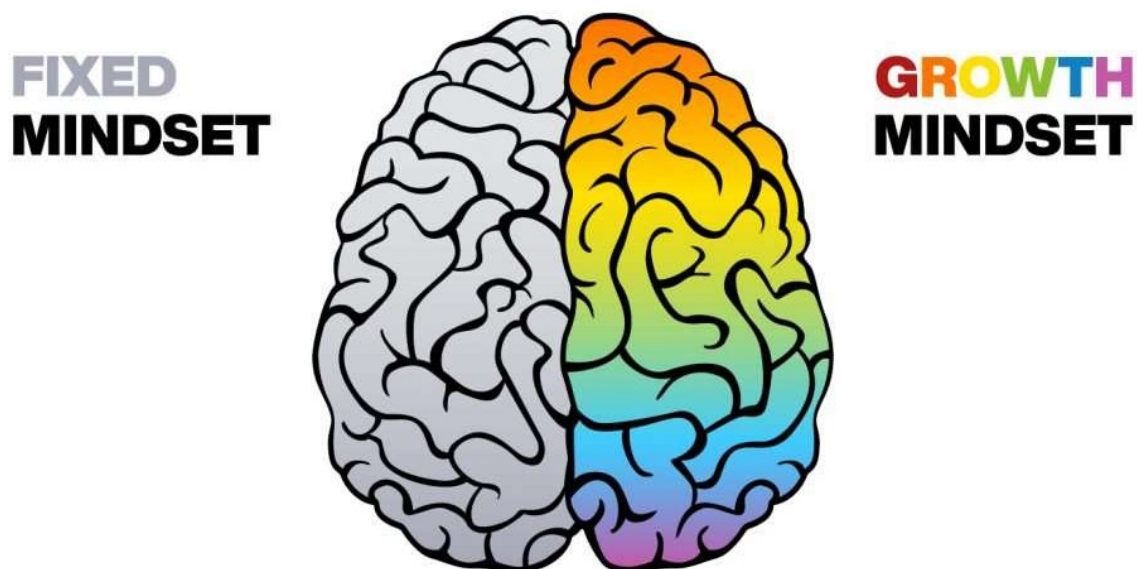
In conclusione, ciò significa che gli ostacoli sono dentro la tua mente e sei tu a crearli...
NON ESISTONO!

Il mind setting nella pratica

Il **Mindset** è un grande contenitore che contiene due principali tipologie di mentalità:

Fixed mindset: chi ha una mentalità fissa pensa che le proprie qualità, come l'intelligenza, la logica o il talento, siano delle qualità fisse, immutabili; inoltre, pensa che queste qualità possano svilupparsi da sole, senza l'impegno e lo sforzo;

Growth mindset: chi pensa che le proprie qualità di base e le proprie abilità possano essere accresciute e perfezionate attraverso lo studio e la pratica.



Cosa ne deduciamo da questa suddivisione? Che tutti abbiamo delle qualità e delle abilità innate. In alcune persone possono essere più accentuate che in altre, ma ciò che è sicuro è che ognuno di noi ne possiede in grande abbondanza.

La vera differenza tra le due tipologie di mindset è l'**AZIONE**.



Chi si autoconvince di non poter migliorare le proprie qualità più di quanto abbia già fatto la natura, si tarpa le ali fin dal primo istante. Le persone di successo, invece, hanno la convinzione opposta, ossia sanno di poter raggiungere grandi risultati grazie all'impegno.

Einstein diceva: "l'1% è talento, l'altro 99% è lavoro" (chi ha successo conosce molto bene questo concetto e lo applica tutti i giorni)

Come si passa da una mentalità fissa ad una forma mentis di crescita? Attraverso la pratica.

La pratica è il modo migliore per fissare in concreto concetti teorici e per iniziare a realizzare quelli che sono i buoni propositi. Perciò, quello che ti invito a fare è di tradurre in attività reali ed utili le tue intenzioni.

In primo luogo è importante acquisire un nuovo mindset, cambiandolo e cercando di introdurre nella tua mente concetti positivi che saranno utili nella tua vita personale e professionale.

MINDSET

Come funziona la nostra mente e come riprogrammarla

OBIETTIVI DI QUESTO PARAGRAFO

- Comprendere come funziona la nostra mente, i nostri schemi e paradigmi mentali e come essi influenzano i nostri risultati.
- Farti entrare e scoprire una mentalità diversa, una mentalità che sia utile al raggiungimento dei tuoi obiettivi e dei tuoi risultati.
- Comprendere il concetto di PARADIGMA.
- Mostrarti come ho riprogrammato la mia mente per raggiungere i miei risultati.

Senza questo paragrafo, nulla che imparerai ti sarà realmente utile.



LA MENTALITA' ERRATA DELL'ARTISTA/MUSICISTA

Spesso, all'interno dell'ambiente musicale, la maggior parte degli artisti hanno una forte predisposizione alla musica e alle competenze tecniche musicali, ma con una scarsa mentalità e paradigmi mentali:

- Credono ancora alla storia del talento innato e che basti solo il talento o contatti per arrivare al grande successo;
- Credono che le etichette discografiche investano ancora sull'artista/Band;
- Credono sia solo questione di soldi;
- Credono che la Musica non sia un vero lavoro e che se non partecipi ai talent non farai mai niente;
- Credono sia solo una questione di fortuna;
- Credono che la Musica non sia meritocratica e che il mercato musicale sia povero;
- Credono che sia solo una questione di numeri, sono importanti solo gli streaming e le visualizzazioni;
- Credono non ci siano più posti dove si suona come una volta.

Quante volte ho sentito questi discorsi... talmente tante volte che sono pure arrivato a crederci anch'io... Attenzione riconosco che esistono queste problematiche, ma sono tutti alibi che ci creiamo noi per non fare niente.

Proprio per questo un giorno mi sono chiesto: ma tutte queste persone che parlano cosa stanno facendo per cambiare la situazione? Che competenze hanno? Come stanno lavorando? Io cosa sto facendo per cambiare?

"La risposta sta sempre nei fatti, chi parla non fa e chi non parla fa"

Tutti rincorrono il grande sogno, ma pochi ci credono e lavorano e si preparano seriamente. La chiave del successo sta nello studio, nella preparazione e nella mentalità vincente.

Si può fare Musica di professione, ma è una scelta di vita, e come ogni scelta comprende delle responsabilità da cui non puoi scappare e delegare.

Sei sempre tu responsabile delle tue azioni e scelte! Non puoi sperare in un cambiamento se fai sempre le solite azioni, capisci che facendo sempre le stesse cose il risultato non cambia.



Per ottenere risultati è fondamentale cambiare "ambiente mentale" in primis.

Le persone che frequenti, e di conseguenza la mentalità a cui sei maggiormente esposto, ha un peso determinante sulle azioni che intraprendi nella tua vita.

Ciò significa che se frequenti amici o persone che non hanno la tua stessa visione e non attribuiscono lo stesso valore che tu dai alla Musica, sarà più difficile raggiungere i tuoi obiettivi. E' consigliato, quindi, circondarti di persone affini ai tuoi obiettivi e con la stessa mentalità.

Vi riporto la mia esperienza personale:

ISOLAMENTO: vivevo un ambiente "depotenziante", la cosa migliore che ho potuto fare è stata quella di "isolarmi".

Dare peso alle opinioni degli altri, e non accorgermi che il "come gli altri mi vedono" era più importante di "cosa sono e cosa voglio io".

Credevo profondamente che la vita del musicista/ Artista fosse una vita di stenti economici.

Credevo che fosse assolutamente impossibile guadagnare tanto con la musica.

Credevo che il musicista/ Artista doveva preoccuparsi di fare ESCLUSIVAMENTE quello.

Credevo fermamente che chi arrivava a certi livelli ci arrivava per questioni legate a "conoscenze" e "raccomandazioni".

Fino a che non sono riuscito ad abbattere questi miei paradigmi mentali ero sempre allo stesso punto, solo superandoli e cambiando la visione delle cose ho iniziato a lavorare ed ottenere risultati diversi. Sono andato contro la mia "natura" perché solo uscendo dalla zona di comfort (stato psicologico in cui un individuo percepisce tutto come familiare e si sente a suo agio) puoi ottenere risultati straordinari...

Come diceva Gandhi: "Sii tu il cambiamento che vuoi vedere nel mondo".



AZIONI E RISULTATI

CHE COSA ORIGINA LE NOSTRE AZIONI E, DI CONSEGUENZA, I NOSTRI RISULTATI?

COME FUNZIONA LA NOSTRA MENTE

- L'essere umano ragiona per immagini, e le nostre immagini mentali evocano emozioni.
- E' la mente inconscia che guida le nostre azioni, ed i nostri risultati sono il frutto di ciò che è piantato nella nostra mente inconscia.
- Il cervello non pensa, noi pensiamo con il cervello.
- La nostra mente inconscia può essere riprogrammata in 3 modi:

1. Shock
2. Ipnosi
3. Ripetizione

- TU sei solamente il frutto di PARADIGMI INCONSCI che non hai scelto ma sono legati alla tua esperienza, alla tua cultura, famiglia e società.

L'ESSERE UMANO RAGIONA PER IMMAGINI

Alcuni esempi pratici: "Pensa alla porta di casa tua".

- Che colore ha?
- Dove è posizionata la serratura?
- Da che parte si apre?
- Com'è fatto l'ingresso di casa tua? Sapresti descrivermelo?

Sono certo che in questo momento:

Hai un'immagine precisa nella tua mente conscia della tua porta di casa, così come dell'ingresso di casa tua.

Non riusciresti, nel modo più assoluto, a rispondere alle domande che ti ho fatto prima senza VEDERE la tua porta di casa.

Queste immagini sono nella tua mente CONSCIA, ma...dov'è la tua mente conscia?



Ti faccio un altro esempio rapido: "Con quale piede premi il pedale della frizione quando guidi?"

In questo momento ti sei immaginato di essere nella tua macchina, mentre stai guidando. Non puoi assolutamente rispondere a questa domanda "a memoria", devi VEDERTI nella tua macchina.

Se ci hai provato, ti sei immaginato cambiare marcia con la tua mano destra.

ORA, LASCIA CHE TI DICA... PENSA ALLA TUA MENTE

Immagino che non hai un'immagine chiara.

Molto probabilmente l'immagine che ti è venuta "in mente", è quella di un cervello, ma come ora ben sai, il nostro CERVELLO non è la nostra MENTE.

Questo è un grandissimo problema, che andremo ovviamente ad affrontare.

Non sapendo e non avendo un'immagine chiara della nostra MENTE, diventa impossibile riuscire a lavorare su noi stessi, sulla nostra mente inconscia e sui nostri PARADIGMI (che vedremo a breve), che sono quelli che causano le nostre azioni e generano i nostri RISULTATI.

IMMAGINE DELLA TUA MENTE

PROBLEMA DA RISOLVERE

Il 95% del tempo siamo in "pilota automatico".

Torniamo un secondo sull'esempio del guidare la nostra auto:

Superato il periodo di "guida conscia", dove devi fare attenzione e consciamente pensi ai movimenti, e a tutte le azioni che devi fare per fare andare l'auto dove vuoi tu, puoi (o fai) mentre guidi:

- Parlare al telefono
- Cantare
- Mangiare
- Pensare a cosa dovrai fare una volta arrivato a lavoro
- Pensare a come risolvere un determinato problema
-

Oppure magari ti sarà capitato di arrivare a destinazione e non esserti "accorto" del tragitto che hai fatto, vero?



BENE, RISPONDIMI: chi sta quindi guidando la macchina?

LA TUA MENTE INCONSCIA

Nella parte alta (CONSCIOUS) ci sono i tuoi pensieri, nella parte bassa (SUBCONSCIOUS) i tuoi paradigmi, ovvero il tuo pilota automatico.

- Dobbiamo iniziare ad analizzare consciamente il nostro comportamento, poiché come avrete capito, le azioni che compiamo provengono dalla nostra mente inconscia, e quindi le nostre azioni rivelano in modo estremamente oggettivo che cosa "c'è" nella nostra mente inconscia.
- Fino a quando determinati "pensieri" non permeano la nostra mente inconscia, finiremo con il "pensare" certe cose e agire in altro modo, senza capire il perché.
- I pensieri provocano le nostre azioni, e quindi è altamente probabile che i "tuoi" pensieri, e quindi i "tuoi" risultati, non siano i tuoi ma quelli di qualcun'altro.
- La famiglia ed i suoi "insegnamenti", giocano spesso un ruolo fondamentale su quelli che sono i nostri "paradigmi".
- Moltissime delle cose in cui tu "credi", e quindi i pensieri che hai in modo radicato, non servono assolutamente e sono nocivi per il raggiungimento dei tuoi risultati e, inoltre, moltissime delle cose in cui tu credi non le hai in realtà decise tu, ma qualcun'altro. Da oggi puoi scegliere di cambiare.

RIPETERE concetti per "eliminare" i nostri vecchi paradigmi.

MENTE CONSCIA, MENTE INCONSCIA, RISULTATI.

CHE COSA SONO I PARADIGMI?

I paradigmi sono una moltitudine di Pensieri, Abitudini e Credenze che assimiliamo nel corso della nostra vita. Non abbiamo nessun controllo su essi e, cosa ancor più "grave", non sono stati scelti da noi ma dall'ambiente che abbiamo vissuto e dai pensieri, abitudini e credenze a cui siamo stati esposti nel corso della nostra crescita:

- *le persone che ci hanno educato (primariamente i nostri genitori)*
- *le persone che abbiamo frequentato*
- *l'ambiente fisico, mentale e spirituale che abbiamo vissuto*
- Possiamo identificarli e analizzarli osservando i NOSTRI COMPORTAMENTI e, ancor più in modo diretto e oggettivo, i nostri RISULTATI.
- Tutti gli Artisti, Musicisti o operatori di questo specifico settore devono in realtà fare attenzione a tre principali macro aree:



1. **Paradigmi Artistici:** tutti i paradigmi legati a quello che noi crediamo essere la condotta di un/una artista nei confronti del proprio lavoro
2. **Paradigmi imprenditoriali:** tutti i paradigmi che, proprio in concausa al primo gruppo, trascinano i nostri pensieri verso il fatto che "noi facciamo arte", quindi qualcun altro/a dovrà preoccuparsi di commercializzare il nostro operato
3. **Paradigmi economici:** tutti quei paradigmi che in realtà sono radicati nel settore e in ciò che "crediamo" essere giusto o sbagliato, sotto il profilo economico (es. "con la cultura non si mangia")

DOVE SI TROVANO I NOSTRI PARADIGMI

NOSTRI PARADIGMI DEFINISCONO:

- Fino a che punto cresce il nostro progetto
- La qualità delle nostre connessioni musicali e delle persone che frequentiamo
- Quanto guadagniamo
- Quanto ci esponiamo
- I nostri "standard" (qualitativi, economici, relazionali)
- La nostra logica e le nostre scelte
- Come ci sentiamo

Quante volte ti sei sforzato di "fare cose diverse" e, non appena la tua attenzione è calata, ti sei trovato/a nella stessa situazione di partenza?

CONCETTO DI TOP, MIDDLE, BOTTOM

Sono certo che, ad esempio, la tua economia si muove in un range nel quale ti senti "confident" (Top), dopo di che ti "rilassi" (Middle) fino a quando non ritorni ad una soglia di "panico" (Bottom) e ti riattivi subito per cercare di "tirarti fuori" da quella situazione.

Questo processo, se analizzato, ti accorgerai essere presente in vari ambiti della tua vita (pulizia della casa, qualità del cibo che mangi e dell'esercizio fisico che fai, relazioni con gli altri, umore, ecc...)



ESPANDIAMO IL CONCETTO DI AUTOPILOTA

Come avrai capito, le tue azioni sono determinate dai tuoi PARADIGMI e, ti vorrei ribadire, che oltre il 95% del tempo ogni essere umano è appunto in "autopilota".

QUELLO CHE REALMENTE TI SUCCEDE

Alcuni esempi

- Se il tuo paradigma ti dice "guadagno 1.200€ al mese e va benissimo così".
- Se durante il mese guadagni o ti accorgi che stai guadagnando meno di questa cifra, allora ti attiverai e porterai avanti AZIONI che facciano in modo che tu raggiunga questa cifra.
- Se, durante il mese, hai raggiunto quella cifra, ti "siedi" e ti dici "bene perfetto sono a posto!"... e ti fermerai, esattamente fino a quando non tornerai ad una soglia più bassa, che ti farà attivare nuovamente.
- Se il tuo paradigma ti dice "non ti preoccupare della qualità, tanto non te lo puoi permettere! Puoi anche produrre questo brano in una modalità "casalinga" e poi quando crescerò farò un prodotto di qualità".

Non ti attiverai mai e non ti muoverai mai in una direzione qualitativa, poiché il tuo paradigma ti sta guidando esattamente nella sua direzione.

- Se il tuo paradigma ti dice "Non è importante che ti metti a studiare e lavorare seriamente, perché è una questione di visibilità. Devi raggiungere più persone possibile!"

Il risultato sarà che non farai attenzione al prodotto, e butterai soldi nel cestino in cambio di qualche sponsorizzazione, promozione, o "contratto" che ti "garantisce" visibilità.

- Se il tuo paradigma ti dice "l'artista/musicista deve fare solo l'artista/musicista"

Non studierai nulla di ciò che conta: non imparerai meccanismi di mercato, imprenditoria, gestione progettuale, non cercherai connessioni ed informazioni specifiche ...qualcuno lo farà al posto tuo perché tu sei un/una musicista/artista!



SUGGERIMENTO PRATICO LEGATO ALLA TUA ECONOMIA

- Qual è quella cifra di risparmio che, se superata, fa in modo che tu ti conceda qualche "vizio"?
- Qual è quella cifra che, se guadagnata, ti mette in una condizione di "agio", "rilassatezza", "pigrizia"... quella cifra che ti dice "bene, ci pensiamo il mese prossimo"?

Alcuni esercizi

Stabilisci le tue soglie TOP, MIDDLE, BOTTOM economiche attuali.

Analizza i tuoi comportamenti e cerca di capire quali sono i tuoi attuali paradigmi sulle seguenti aree:

- Economica
- Conoscenza
- Progettuale
- Artistica

Fai una lista dei tuoi attuali paradigmi.



IL MINDSET DI MUSICISTI, ARTISTI, e OPERATORI DI SETTORE E' SBAGLIATO

Quindi, con enorme probabilità, anche il TUO.

OBIETTIVI DI QUESTO PARAGRAFO

- In questo paragrafo voglio spiegarti e farti capire cosa significa avere un mindset sbagliato, facendo riferimento a PARADIGMI comuni e facilmente riscontrabili nella maggioranza delle persone.
- Analizzeremo vari aspetti e paradigmi comuni negativi, osservabili in 3 principali "categorie" (non li dividerò esattamente in categorie, nel corso dello svolgimento, per il semplice motivo che un paradigma può in realtà andare a colpire più di una singola categoria):
 - ECONOMIA e DENARO
 - IMPRENDITORIALITA'
 - SVILUPPO ARTISTICO
- Molte delle cose che leggerai in questo paragrafo saranno in netta opposizione a quanto hai sempre "sentito", "ascoltato" o "sperimentato".

Sarà un paragrafo FONDAMENTALE, e ti consiglio di leggerlo più e più volte.

E' bene sapere che tutto quello che sto per mostrarti, deriva da un metodo di RICERCA e APPLICAZIONE.

Non è un gioco. Gli aspetti trattati sono estremamente seri.

PERCHE' IL TUO MINDSET È SBAGLIATO

Non hai i paradigmi giusti e che ti possano permettere di sviluppare al massimo il tuo progetto ed i tuoi obiettivi, al contrario, i tuoi risultati lo dimostrerebbero.

Non hai i paradigmi giusti per affrontare l'esposizione sociale, infatti in tantissime aree hai difficoltà ad esporti in modo diretto e polarizzato.

I tuoi paradigmi sulla crescita e sul successo, fino ad ora, NON HANNO FUNZIONATO. Al contrario e nuovamente, avresti risultati completamente diversi.



Per natura, noi esseri umani tendiamo a pensare di avere sempre ragione.

Bisogna invece imparare a vedere e validare solamente in modo oggettivo, sterile, ed assolutamente non emozionale, i PROPRI RISULTATI.

I nostri risultati sono lo "specchio" dei nostri paradigmi.

Devi iniziare da ADESSO a prenderti le tue responsabilità, poiché i tuoi risultati, così come il tuo fallimento, è solamente una TUA responsabilità.

Ricordati che sei tu il "capitano" ed il "timoniere" della tua nave, e puoi solamente cambiare te stesso attraverso una riprogrammazione dei TUOI paradigmi.

Le persone di "successo" hanno caratteristiche, tratti e atteggiamenti comuni nei confronti della vita, del lavoro e delle difficoltà.

INIZIAMO...

Spesso hai dato la "colpa" o hai attribuito la causa di un tuo fallimento all'ambiente che vivevi, ad una persona specifica, o ad un fattore esterno al tuo controllo:

Hai un paradigma che impedisce che tu ti prenda le tue responsabilità, e che credi di non avere il minimo controllo sulla tua situazione.

I RISULTATI sono INDELEGABILI, e qualsiasi cosa ti succeda è SEMPRE e SOLO una TUA RESPONSABILITÀ.

Potresti aver pensato che è bene seguire la maggioranza

LA MAGGIORANZA HA SEMPRE TORTO, CONTANO SOLO I RISULTATI.

La "media" non ha alcun senso, e voglio darti una prova pratica.

- A lavora e chiede un compenso di 250€ l'ora
- B lavora e chiede un compenso di 35€ l'ora
- C lavora e chiede un compenso di 15€ l'ora

La media matematica ci indica che il risultato è 100.

Questa risultante non ha nulla a che vedere con le condizioni di A, B e C.

Pensate allo stesso concetto applicato ai pesi sollevati in una palestra è assurdo!!!
Ma "la maggioranza" segue questo schema.



Potresti aver pensato che non sei "titolato" per poter fare un certo lavoro, e che quindi non puoi permetterti di esporti in un determinato ambito o campo.

Hai un paradigma estremamente allineato al pensiero comune, figlio del sistema scolastico e dell'ambiente a cui siamo sottoposti sin da bambini.

Potresti aver pensato che guadagnare tanto lavorando poco sia sbagliato, poiché "il lavoro è fatica", "i soldi non crescono sugli alberi".

Questo è un retaggio che arriva quasi sempre dalla nostra famiglia, soprattutto se i nostri genitori sono persone che nella vita si sono "spaccate la schiena".

Nella nostra società, come viene "rappresentata" la persona ricca?

Pensa ai film, ai cartoni animati...il ricco che tratti caratteriali ha? "Io non ho mai visto un rapinatore andarsene in limousine".

Potresti pensare che esporti in modo diretto, polarizzato, e farti pubblicità sia sbagliato.

Molto probabilmente hai un paradigma che ti dice che "il giudizio degli altri conta". Soprattutto in Italia, c'è questa barzelletta che "se il prodotto è buono non c'è bisogno di pubblicizzarsi", motivo per cui in tv non si vedono pubblicità di Mercedes e BMW. Vero? (Naturalmente sono ironico)

Il tuo paradigma ti dice ed impone che il fatto di "esporti" è, o possa essere, mal visto dai tuoi colleghi e conoscenti.

Sono quasi certo che nella tua mente è presente in modo netto la frase "L'artista deve fare l'artista", o "il musicista deve fare il musicista" ecc..

Questo paradigma fa sì che tu non ti preoccupi di acquisire conoscenze e competenze (hard skill), legate al business e credi che prima o poi "qualcuno" si preoccuperà della TUA attività imprenditoriale.

Se già lavori con la musica (ma questo paradigma è presente in qualsiasi ambito), è altamente probabile che tu abbia stabilito le tue politiche di prezzo, o peggio le tue strategie, sulla base di quello che ha fatto "tizio", "caio" o "sempronio"

Potresti aver pensato che curare i tuoi interessi prima di quelli degli altri sia sbagliato, motivo per cui sei sempre disponibile con tutti e spesso ti trovi nella condizione di sentire di aver "dato" tantissimo e di non aver ricevuto niente.

Questo paradigma anche ha origini di natura educativa e/o familiare: "sii sempre disponibile", "non essere egoista", "porgi l'altra guancia" ecc ecc ecc



Basta essere disponibili e di dire SI a tutti. Se dite SI a tutti, non avrete tempo per curare i VOSTRI interessi. E' semplicemente una questione di rispetto verso se stessi e non, come spesso si crede, maleducazione.

Non perdetevi tempo con amici, parenti, conoscenti, se queste persone stanno ore ed ore a parlare del nulla, a fare gossip e/o a LAMENTARSI (FATE MOLTA ATTENZIONE ALLE LAMENTELE).

Potresti aver pensato che chi è al top (1%), che si tratti di musica o di altre forme espressive, ci sia arrivato per "raccomandazioni", o perché è "figlio d'arte", "perché se lo può permettere" o, peggio, "perché ha avuto fortuna".

E' bene sapere che chi è al top 1%, così come oltre il 70% di TUTTI i milionari presenti al mondo, sono milionari e persone di successo di PRIMA GENERAZIONE.

Ricorda quasi sempre chi NON ha soldi, HA idee e i soldi sono sempre il risultato di un lavoro!

Potresti aver pensato che chi è ricco lo è perché ha "rubato" i soldi a qualcun altro/a, e potresti aver sentito o detto più volte la frase "meglio poveri ma onesti", "bisogna avere il giusto", Non c'è assolutamente nessuna etica nella povertà:

- è etico non potersi prendere cura della propria famiglia e dei propri cari?
- è etico non poter far fronte agli imprevisti della vita?
- è etico non potersi permettere una vita agiata, di permetterti quel viaggio che hai sempre voluto fare, o di fare un bel regalo ogni tanto al tuo compagno o alla tua compagna?

Dove c'è povertà, c'è enorme sofferenza umana.

Esistono poveri stronzi come ricchi stronzi.

Potresti aver pensato più e più volte che il giudizio degli altri, conta.

Potresti aver pensato che, siccome hai "talento", non ti serve studiare, impegnarti o sacrificarti duramente. Niente di più sbagliato, si parte sempre da una base di umiltà. Come è sbagliato l'esatto opposto, non sentirti all'altezza, tutti possiamo fare tutto (naturalmente ci sono delle predisposizioni, ma il lavoro ripaga).

Basta ripeterti IO SONO FATTO COSI' perché è un alibi e limita la tua crescita. Hai le stesse probabilità degli altri, la differenza sei tu ed il tuo modo di pensare.



ALCUNI ESERCIZI UTILI e PRELIMINARI

- Analizza i tuoi risultati, nelle aree di tuo interesse, e cerca di scoprire "coscientemente che cosa li ha causati".
- Valuta, in modo estremamente conscio e assolutamente non emozionale, quali sono le posizioni di pensiero dei tuoi genitori rispetto alle tematiche economiche, ai temi relativi al successo e, in generale, il loro comportamento nei confronti degli altri: la tua famiglia può essere uno specchio molto limpido di quelli che sono i tuoi paradigmi.

Fai una lista di tutti i tuoi paradigmi, atteggiamenti e comportamenti, nei confronti delle tematiche esposte fino ad ora.

Una volta fatta questa lista, classifica e "ordina" quanto emerso facendo una sorta di "podio", ovvero dal più importante (per te) al meno importante (per te).

Determina i tuoi "termostati" (Top, Middle, Bottom), nelle aree:

- economiche
- relazionali
- produttive

Scrivi tutto ciò che emerso su un singolo foglio, e intitola questo foglio con un titolo che possa discostarsi totalmente da quanto emerso. "Voglio staccarmi totalmente da tutto questo, poiché questi pensieri non sono miei".



COME RIPROGRAMMARE LA NOSTRA MENTE

In questo paragrafo voglio esternare tutto ciò che ho testato su me stesso, e che mi è stato estremamente utile, per SOSTITUIRE i miei paradigmi nocivi e "depotenzianti", sostituendoli con paradigmi virtuosi.

ALCUNE PREMESSE IMPORTANTI

- I nostri paradigmi non possono essere cancellati ma SOSTITUITI e, sovente, un paradigma "nuovo" può risultare vizioso per il superamento di un determinato step. E' una "corsa" senza fine!
- I paradigmi si riprogrammano tramite la ripetizione di idee e informazioni che sono congruenti a ciò che vogliamo ottenere.
- Serve TEMPO: non potete sperare che nel giro di una settimana succeda qualcosa! Personalmente ho iniziato a VEDERE (coscientemente ed inconscientemente) i primi benefici dopo 30 giorni costanti.

Ricordati che come esseri umani siamo riluttanti al cambiamento, e quindi il paradigma farà di tutto per creare opposizione. Il nostro cervello è programmato per non fare fatica.

Questi esercizi potranno provocarvi sensazioni molto "strane", come senso di inadeguatezza, ansia e nausea:

- Cambiare paradigmi che sono piantati e radicati nella nostra mente da anni ed anni, non solo non è semplice, ma vedrete che il vostro corpo inizierà a tentare di "reagire", e potrete passare dei momenti dove la sensazione sarà "ma cosa sto facendo?";
- Vi accorgerete del funzionamento di questi esercizi quando inizierete a FARE cose che prima non facevate, e quando inizierete a sentirne i benefici vi consiglio di "spingere" ancor di più l'acceleratore;
- Il motivo è molto semplice: vi basterà smettere con questi esercizi e, nel giro di poco, tornare al vostro stadio di partenza.

Uno strumento importante per avviare il processo di cambiamento è la MEDITAZIONE (guarda i video che ti ho messo nella sezione apposita)



TI RICORDO CHE

La nostra mente ed i nostri paradigmi possono essere riprogrammati in 3 modi:

- SHOCK
- IPNOSI
- RIPETIZIONE

Noi ci soffermeremo sulla RIPETIZIONE.

1. Ricorda che la nostra mente inconscia non distingue un fatto realmente accaduto da uno immaginato.
2. Per rendere efficace queste pratiche è molto utile sentirsi "emozionati", o comunque cercare in tutti i modi di immedesimarsi emotivamente.
3. Vi consiglio inizialmente di lavorare su uno, massimo due paradigmi per volta.

ALCUNI FATTI SULLA NOSTRA MENTE INCONSCIA

Esercizi

- 1) Dichiarazione di intenti: su un foglio di carta, scrivete e stabilite un obiettivo chiaro e tangibile che volete raggiungere, dando una data di raggiungimento di quel dato obiettivo, unita ad una motivazione forte del perchè volete raggiungerlo.

Leggete questa dichiarazione tutti i giorni appena svegli e la sera prima di andare a dormire, e fate in modo di leggere ad alta voce durante la giornata ed in ogni momento disponibile, tale dichiarazione.

- 2) Nuovi paradigmi: su un foglio di carta, dividete tale foglio in due aree (immaginate di creare due colonne), da una parte scrivete tutti i vostri attuali paradigmi negativi (vecchi), dall'altra parte, il paradigma opposto positivo.

I paradigmi devono essere declinati senza l'utilizzo del "NON" (es: se il mio obiettivo è quello di installare nella mia mente un paradigma relativo al risparmio non dovrò scrivere "non devo spendere" ma "devo risparmiare").

Tagliate la parte dei "paradigmi vecchi", distruggetela o bruciatela, e tenete sempre a portata di mano i vostri nuovi paradigmi, leggeteli ad alta voce ogni volta che potete o, anche, registrateli e ascoltateli di continuo.



ESEMPIO

PARADIGMA VECCHIO PARADIGMA NUOVO

Spendo ogni qual volta ne ho possibilità, anche se non posso permettermelo/Prima dispendere devo risparmiare!

Vivo in un mondo ed in un ambiente di totale scarsità/Vivo nell'abbondanza assoluta e con persone di successo!

La musica è un business per ricchi, inutile provarci/La musica è un business estremamente profittevole, e sono felice di provarci.

Non sono abbastanza bravo per meritare di avere successo/Il successo è presente, quindi oggi!

Chi ha tanti soldi è meschino e li ha perché li toglie agli altri/Avere tanti soldi significadare tanto valore al mercato!

I ricchi sono persone materialiste e bastarde/Essere ricchi è assolutamente normale ed altamente etico!

- 3) VISUALIZZAZIONE: Cercate di trascorrere almeno 20 minuti al giorno nell'immedesimarvi e nell'immaginarvi la situazione in cui vorreste trovarvi.

Più sarete dettagliati in questa visualizzazione, meglio è.

- 4) IMMERSIONE, OSSESSIONE, DESIDERIO: dovete essere ossessionati dal vostro obiettivo, e dovete desiderarlo realmente.

Cercate, durante questo periodo, di "immergervi" in informazioni utili al raggiungimento del vostro obiettivo, e che confermino i vostri paradigmi.

Guardate interviste di persone di successo (mettete da parte i pregiudizi!!!), cercate di guardare queste interviste facendo attenzione al tipo di atteggiamento mentale, al problem-solving, cercate di carpire e di immergervi in qualsiasi informazione, video, persona, lettura, che possa confermare i vostri nuovi paradigmi ed i vostri obiettivi.

L'Ossessione batte il talento. (cit. Conor McGregor)

- 5) IMPERSONIFICAZIONE: comportatevi "come se".

Vi consiglio di avere un riferimento, un mentor, o comunque cercare di immaginare chi volete essere e cosa volete diventare, e comportatevi di conseguenza, come se aveste già raggiunto quell'obiettivo.

Non è assolutamente possibile cambiare se non cambiate anche il vostro atteggiamento, in particolare, il vostro atteggiamento mentale.



6) AMBIENTE: trovate ed immergetevi in un ambiente di pari.

Questo è l'aspetto più difficile, ma sappiate che la corsa verso il "podio" è una corsa solitaria.

Con il tempo, vi accorgete che si avvicineranno a voi "come per magia", delle persone che la pensano esattamente come voi, che hanno "fame" di raggiungere i propri obiettivi.

State alla larga il più possibile dai vostri amici.

7) STUDIO: da oggi in poi, dovrete studiare almeno 3 ore al giorno. Che cosa? Hardskill.

Studiate le competenze necessarie al raggiungimento del vostro obiettivo.

PARADIGMI VIRTUOSI, alcuni esempi

- Essere ricchi è assolutamente normale ed estremamente etico
- La musica è un business estremamente profittevole pieno di grandissime possibilità
- Contano solamente i fatti ed i risultati
- Bisogna spendere dopo aver risparmiato, e non risparmiare dopo aver speso
- Viviamo nell'abbondanza assoluta
- Bisogna dedicare una parte di tutte le nostre entrate al risparmio all'investimento ed una alla carità
- I soldi che guadagniamo noi non impoveriscono gli altri
- È doveroso curare i propri interessi prima, poi quelli degli altri
- Chiunque può avere successo, basta volerlo
- Tutto può essere raggiunto, tutto può essere imparato
- Gli altri sono sempre meno intelligenti di ciò che pensiamo
- Le persone hanno sempre un piano B, fai attenzione
- Se vuoi diventare un grande artista, devi diventare un grande imprenditore
- Senza preparazione e sacrificio, nulla può essere raggiunto
- La fortuna è una menzogna



- La gratitudine è la cosa più importante, e va praticata ogni singolo giorno
- E' difficile raggiungere grandi obiettivi da soli: chiedi aiuto
- Collaborare in modo limpido e regolamentato è necessario e doveroso
- Possiamo e dobbiamo imparare sempre cose nuove, da chiunque
- Dobbiamo trascorrere almeno 30 giorni l'anno con persone di un livello molto più alto del nostro
- Il successo si raggiunge per capacità e competenze

Ricorda sempre che le persone hanno torto e, statisticamente:

Il 95% delle persone non conclude nulla di "impattante" nella propria vita, e si comporta esattamente come la maggioranza.

Il 4% delle persone ha risultati soddisfacenti, e fa di tutto per raggiungere "la vetta".

L'1% della popolazione sono i cosiddetti "TOP 1%", ovvero persone che riescono ad eccellere nel loro ambito di riferimento

SCEGLI E PUNTA A FAR PARTE DI QUELL'1%

BUON LAVORO!

Alessandro