

# AUTOSTIMA DEL MASCHIO ALFA



*Diventa Più Affidabile, Autorevole,  
Carismatico E Attrai La Donna Dei Tuoi Sogni*



**ALPHA MALE ACADEMY, TIMOTHY WILLINK**

# Alpha Academy Male

## Timothy Willink

# Autostima Del Maschio Alfa

[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=51381396](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=51381396)

*Autostima Del Maschio Alfa: Diventa Più Affidabile, Autorevole, Carismatico  
E Attrai La Donna Dei Tuoi Sogni:  
ISBN 9788835402688*

## АННОТАЦИЯ

★☆ Non sarebbe bello essere desiderato dalla donna dei tuoi sogni? Vuoi guadagnarti l'attenzione e il rispetto dei tuoi amici? Continua a leggere... ☆★ L'autostima è un qualcosa che esprimiamo in maniera naturale, che ci garantisce un'aura di fiducia in ciò che siamo. È saggio credere che senza autostima, non puoi avere successo in nulla perché non credi in te stesso. Questa mancanza di fiducia sarà come un enorme blocco in varie situazioni della tua vita, e solo una volta autostima ti mantiene motivato e forte. Il libro "Autostima del Maschio Alfa" ti offre gli strumenti essenziali per incrementare la tua autostima a livelli elevati. L'autostima è pura attrazione. L'aspetto non può mai competere con il potere di un uomo che crede in se stesso. Niente più sexy, e le donne lo sanno! "Il maschio alfa fa ciò che gli altri leoni non riescono. Ricorda a se stesso che è l'alfa, e che non è secondo a nessuno" – Dhanush Bangera. ★☆ Non sarebbe bello essere desiderato dalla donna dei tuoi sogni? Vuoi guadagnarti l'attenzione e il rispetto dei tuoi amici? Continua a leggere... ☆★ L'autostima è un

qualcosa che esprimiamo in maniera naturale, che ci garantisce un'aura di fiducia in ciò che siamo. È saggio credere che senza autostima, non puoi avere successo in nulla perché non credi in te stesso. Questa mancanza di fiducia sarà come un enorme blocco in varie situazioni della tua vita, e solo una volta autostima ti mantiene motivato e forte. Il libro "Autostima del Maschio Alfa" ti offre gli strumenti essenziali per incrementare la tua autostima a livelli elevati. L'autostima è pura attrazione. L'aspetto non può mai competere con il potere di un uomo che crede in se stesso. Niente più sexy, e le donne lo sanno! "Il maschio alfa fa ciò che gli altri leoni non riescono. Ricorda a se stesso che è l'alfa, e che non è secondo a nessuno" – Dhanush Bangera. Secondo ricerche accademiche, l'autostima oscilla continuamente. Può essere al massimo in un momento e al minimo in un altro. Puoi svegliarti pensando di essere come Superman, finire la giornata come se il mondo fosse contro di te. Se impari come sviluppare al meglio la tua autostima, questi sbalzi diminuiranno col passare del tempo. Un'autostima irremovibile resta intatta in ogni situazione. I segreti per riuscirci sono presenti in "Autostima del Maschio Alfa". Cosa stai aspettando? È il momento di finire di autocommiserarti, guardarti allo specchio e sentirti come se non fossi abbastanza. Sei il tuo tesoro più prezioso, e finché non lo comprendi, non lo farà nessun altro. Fortunatamente, il libro "Autostima del Maschio Alfa" offre soluzioni pratiche facili da attuare e in poco tempo avrai fiducia in te stesso. Passa avanti e ottieni la vita che hai sempre voluto. Puoi farlo, devi solo crederti... prima! Agisci ora cliccando sul tasto "Compra ora" o "Aggiungi al carrello" dopo essere arrivato in alto a questa pagina. P.S. Cosa ti ferma? Nella vita, la maggior parte delle persone viene bloccata dalla propria paura o pigrizia. Ricorda, il miglior investimento che tu possa fare è su te stesso. Investi il tempo e il prezzo di meno di

un caffè per fare un salto di qualità nella tua vita, nella tua ricchezza,  
nell'amore e nella felicità. Agisci ora!

# Содержание

INTRODUZIONE	8
INCREMENTA I VANTAGGI DI QUESTO LIBRO	9
OBIETTIVO	13
CITAZIONI SULL'OBIETTIVO DEL MASCHIO ALFA	16
Конец ознакомительного фрагмента.	23

**Timothy Willink**  
**Autostima Del Maschio**  
**Alfa: Diventa Più**  
**Affidabile, Autorevole,**  
**Carismatico E Attrai La**  
**Donna Dei Tuoi Sogni**

**AUTOSTIMA DEL MASCHIO ALFA**

**DIVENTA PIÙ AFFIDABILE,**  
**AUTOREVOLE, CARISMATICO E**  
**ATTRAI LA DONNA DEI TUOI SOGNI**

**ALPHA MALE ACADEMY**

**TIMOTHY WILLINK**

**Traduzione di**

**RAFFAELE SARNATARO**

**Copyright © 2020 Timothy Willink**

# INTRODUZIONE

Complimenti per aver scaricato *Autostima del Maschio Alfa: Diventa più affidabile, autorevole, carismatico e attrai la donna dei tuoi sogni (senza curarti dell'aspetto)* e grazie per averlo fatto!

Nei seguenti capitoli, scoprirai le prospettive chiave sull'obiettivo, il coraggio, la perseveranza, la conoscenza e la leadership dell'uomo. Avrai maggiore dimestichezza con questi tipi di tratti e comportamenti presenti nel maschio alfa, e riceverai informazioni sulla saggezza di quei leader alfa che ti hanno preceduto. Con oltre 365 citazioni da leader potenti, sei sicuro di trovarne alcune attinenti con te. Questi approfondimenti possono garantirti consigli e motivazioni quando sei stanco o al settimo cielo.

Puoi dare un nuovo impatto alla tua vita e al tuo scenario realizzato alcune modifiche deliberate al tuo modo di pensare, parlare e agire. Portando a termine simili cambiamenti, svilupperai un sentimento di fiducia e controllo in te stesso e lo trasmetterai agli altri.

Ci sono numerosi libri disponibili in commercio che trattano le motivazioni dei maschi alfa, grazie ancora per aver scelto questo! Ogni sforzo è stato apportato per assicurare la presenza di più informazioni utili possibili. Buon divertimento!

# INCREMENTA I VANTAGGI DI QUESTO LIBRO

Questo libro è stato concepito per aiutare il maschio alfa naturale ad eccellere nelle sue azioni e ad affinare le proprie capacità durante la sua vita.

Potrebbe essere vero che tu non stia mostrando i tratti, le abilità e gli atteggiamenti di un vero leader alfa. Non permettere a ciò di convincerti che tale caratteristiche non sia presente dentro di te, in attesa di essere liberata.

Dietro numerosi uomini si nascondono eroi, ma la compiacenza e l'ignoranza li rende miracoli mediocri. Sei qui perché sai che c'è qualcosa di più grande per te. Ti senti tirato in ballo per raggiungere il tuo pieno potenziale; per sognare qualche potrebbe essere la tua vita con lo scopo e l'aspirazione da condividere con i tuoi amici.

O continui ad andare avanti in base a come soffia il vento, o prendi una decisione per creare la vita che vuoi; la vita che meriti. Da adesso in poi, sei sotto l'influenza di una delle due forze: il tuo sé superiore o qualcun altro. Non distrarti. Quando trovi il percorso confuso, domandati sotto quale influenza ti trovi. Quando il percorso diventa roccioso e pericoloso, domandati sotto quale influenza ti trovi.

Le intuizioni e le prospettive condivise in questi capitoli

vengono da uomini di potere e autorevolezza. Alcuni li conosci o dovresti conoscerli. Ci sono autori, attori, registi, politici, speaker, presidenti, generali, allenatori, atleti, musicisti, artisti e leader mondiali. Sono stati scelti perché uomini con saggezza e capacità di comando e comprendono in maniera unica cosa serve per essere leader. Sono stati scelti perché dimostrano cosa significhi essere un maschio alfa. Sono dotati di scopo e coraggio, persistenza e conoscenza.

Sei incoraggiato non solo a leggere e applicare queste citazioni, ma ad esplorare la loro fonte. Ricerca i nomi di questi individui alfa. Impara cosa sono e cosa fanno.

Verifica cosa comprende questi maschi alfa che pensano e agiscono con un obiettivo, con coraggio e perseveranza. Questi individui sono il simbolo di una leadership forte e potente. Sono comandanti che portano gli altri a brillare con umiltà. Sono leader con l'immaginazione e la visione per scoprire il potenziale degli altri prima che loro possano vederlo da soli.

Cogli le lezioni e i tratti che ti piacciono, quindi modella i tuoi pensieri e le azioni. Fa' ciò che fanno e fallo meglio, con più velocità e forza. Loro lo vogliono. Non farlo meglio è un danno per i grandi leader prima di te. Ti trovi sulle spalle di 1000 anni di esperienza. Se non te ne accorgi e rifiuti ciò, ti allontani dalla conoscenza e dall'esperienza. Così non vedrai le opportunità che ti si presenteranno davanti.

Fai pratica ogni giorno. Non ti dimenticheresti di lavarti i denti. Non ti dimenticheresti di farti la doccia. Non

salteresti un allenamento. Perché? Tu capisci l'importanza della manutenzione. Perché allora dovresti saltare l'allenamento mentale? Perché dovresti saltare l'allineamento personale?

La pratica genera eccellenza. Non fermarti, specialmente quando le cose si fanno dure.

Questo è il vero marchio di un alfa. Questo è l'attimo che ti segna più di qualsiasi altro. Quando diventa dura, quando le persone si allontanano perché non capiscono il tuo modo di agire, non scoraggiarti. Sono questi momenti che ti forgianno. Le difficoltà non saranno per sempre. Nuovi volti ti faranno strada. Grazie al tuo obiettivo. Al tuo coraggio. Alla tua perseveranza. Alla tua autorevolezza naturale. Al tuo controllo naturale su te stesso e sul tuo ambiente. I nuovi volti vedono il tuo slancio e vanno dove stai andando. Vogliono essere al tuo fianco. Vogliono la tua leadership.

L'alfa accetta il suo regno con umiltà. Non deluderli.

Condividi. Quando hai agito, hai fallito e avuto successo; quando capisci cosa serve per essere una persona di grande caratura, devi renderti immortale trasmettendo la tua conoscenza. Aiuta gli altri a vedere ciò che hai visto. Mostra loro come ottenere slancio e scegliere quali pensieri seguire e diffondere. Dona loro un'arma affilata e aiutarli a fare meglio di te.

Immagina che con un po' di chiarezza e sforzo mirato, tu possa rimodellare la tua vita per conseguire i tuoi desideri. Con un pizzico di coraggio e perseveranza, puoi essere in testa al

gruppo. La tua leadership intrinseca prevale. Il mondo e le sue persone sono attratti da te e vogliono rendere te, il leader, felice. Ti vogliono come guida e approvazione. Gli uomini vogliono seguirti e imparare da te. Le donne vogliono amarti. Solo perché sei stato un po' più coraggioso degli altri. Un po' più saggio degli altri. Disposto a fare di più per ottenere risultati. Ecco perché sei nato per comandare. Non aspettare più per rispondere alla chiamata del destino.

# OBIETTIVO

Se un uomo si accinge ad iniziare un viaggio che finirà con i risultati desiderati, deve iniziare con un obiettivo. Senza obiettivo, non può esserci una direzione precisa, e quindi uno scopo definitivo. È lo stile di tante persone; di andare al vento come le foglie morenti in autunno. Tu non sei così. Il leader alfa ha una direzione perché ha un obiettivo chiaro.

Un uomo con un obiettivo non preciso perde velocemente tempo per attività illogiche rispetto all'obiettivo stesso. Questo individuo perde interesse in pensieri e parole che non risultano più in sintonia con l'obiettivo. Invece, il leader alfa sceglie i pensieri in maniera deliberata e a supporto dell'obiettivo. Parla e agisce con un intento ben preciso. Trasmette fiducia e stima naturali. Agisce con conoscenza umile. È calmo e assertivo perché ha sempre un obiettivo nei suoi occhi.

Se non sei sicuro del tuo obiettivo, non avere paura: è tutto a posto. Chiedere a te stesso “Qual è il mio obiettivo?”, è già un passo notevole. Per questo, vediamo così tante vite mediocri. Complimenti per essere abbastanza coraggioso per domandare.

## **Scopri il tuo obiettivo**

Per aiutarti a individuare il tuo obiettivo, ci sono domande e considerazioni da approfondire. Datti del tempo reale e significativo per farlo. Non saltare alcun passaggio. Imposta uno o più blocchi di tempo nel tuo calendario. Prenditi uno

spazio libero per pensare con tranquillità e senza distrazioni. Non accampare scuse per i motivi per cui non puoi farlo. Recati alla biblioteca pubblica, se puoi. Vai. Pensa. E torna indietro con qualche intuizione e forse anche una decisione sul tuo obiettivo.

Scopri l'obiettivo della tua vita con queste domande e considerazioni:

- Cosa ami fare?
- Cosa è facile per te?
- Cosa il tuo io superiore ti dice di fare?
- Quando hai avuto la maggior soddisfazione?
- Cosa direbbero i tuoi migliori amici sul tuo obiettivo?

È lo stesso di ciò che pensano possa essere?

- Il viaggio fa parte della tua pianificazione?
- Cosa avresti voluto fare a 8 anni di età=
- Cosa fanno i tuoi idoli?
- Se avessi un solo anno di vita, cosa faresti?

**OPPURE** prova questo:

● Leggi – tramite la lettura, che sia finzione o meno, in argomento o no, spesso troviamo per caso le risposte desiderate.

- Cambia ciò che ti rende arrabbiato con il mondo.

### **Affina il tuo obiettivo**

Ora che hai ristretto il campo, siediti e segnati una dichiarazione di intenti per te stesso. Ciò ti aiuta a ricordare il tuo obiettivo, capirlo a fondo e incarnarlo con pensieri e azioni ben mirati. Realizza una dichiarazione scritta per te stesso; non

deve essere lunga. Non più di 2-3 frasi. Più breve è, meglio è. Se riesci a scendere a 3 parole o meno, la tua attenzione è ideale.

Sì chiaro sulla tua dichiarazione. Cosa andrebbe fatto? Come saprai quando sarà fatto? Come saprai se sarai riuscito? Senza inserire cifre e scadenze complicate nella dichiarazione, lasci spazio a risultati vaghi.

Allinea i tuoi pensieri, parole e azioni con le tue aspirazioni. Hai deciso cosa fare. Ora, decidi come farlo.

L'alfa non organizzerà idee su un risultato diverso da ciò che vuole. L'alfa non parlerà delle probabilità di fallimento. Ogni sua azione sarà mirata al risultato finale.

# CITAZIONI SULL'OBBIETTIVO DEL MASCHIO ALFA

“Pensare il vero, percepire il bello e desiderare il buono, ecco come lo spirito trova lo scopo di una vita nella ragione.”

— *Johann Gottfried Herder*

“La più grande cosa di questo mondo non è tanto dove siamo, ma piuttosto verso quale direzione ci stiamo dirigendo.”

— *Johann Wolfgang Von Goethe*

“Colui che ha un perché nella sua vita può sopportare ogni come.”

— *Friedrich Nietzsche*

“Un chiaro obiettivo ti unirà mentre andrai avanti, i valori guideranno i tuoi atteggiamenti e gli obiettivi canalizzeranno la tua energia.”

— *Kenneth H. Blanchard*

“L'obiettivo della vita non è di essere felice. È di essere utile, onesto, caritatevole, di creare una certa differenza tra vivere e vivere bene.”

— *Ralph Waldo Emerson*

“Nel cuore, credi essere destinato a vivere un'esistenza ricca di passione, obiettivo, magia e miracoli.”

—*Roy T. Bennett*

“Il tuo obiettivo di vita è trovare il tuo obiettivo e gettarti anima e corpo per conseguirlo.”

—*Buddha*

“Voglio vivere la mia vita in modo che quando mi sveglio la mattina, il diavolo dica “oh cavolo, è sveglio!”.”

—*Steve Maraboli*

“Niente è più creativo... e distruttivo... di una mente brillante con un obiettivo.”

—*Dan Brown*

“Lo scopo della vita non è essere felice—ma di essere importante, produttivo, utile, di non pensare di vivere per niente.”

—*Leo Rosten*

“Non è sufficiente essere operoso; così sono le formiche. Riguardo a cosa sei operoso?”

—*Henry David Thoreau*

“Noi creiamo il nostro obiettivo.”

—*Carl Sagan*

“Coloro che hanno smesso di lavorare per la verità hanno perso la ragione di vita.”

—*Buddha Siddhartha Gautama Shakyamuni*

“Le grandi menti hanno un obiettivo, altre hanno desideri. Le piccole menti sono domate e sottomesse agli ostacoli; ma le grandi menti li superano.”

— *Washington Irving*

“Un vento che soffia senza direzione non fa bene a nessuno.”

— *Rick Riordan*

“Non è vero che tutti sono speciali. È vero che tutti sono speciali una volta e che hanno le qualità per tornare ad esserlo.”

— *Criss Jami*

“Se hai un proposito forte nella tua vita, non devi essere incitato. La tua passione ti guiderà lì.”

— *Roy T. Bennett*

“Il tuo io più grande ti ha aspettato per tutta la vita; non farlo più attendere.”

— *Steve Maraboli*

“Vivere solo per qualche obiettivo futuro è da superficiale. Sono le pendici della montagna a sostenere la vita, non la vetta.”

— *Robert M. Pirsig*

“Non può esserci disparità nel matrimonio come l'inadeguatezza tra mente e obiettivo.”

— *Charles Dickens*

“La differenza tra le persone di successo e le persone davvero di successo che le persone davvero di successo rifiutano quasi

tutto.”

— *Warren Buffett*

“Dedicati a ciò che dona alla tua vita significato e scopo; crea una differenza positiva nella vita di qualcuno.”

— *Roy T. Bennett*

“Puoi avere tutto ciò che vuoi se lo desideri abbastanza male. Puoi essere tutto ciò che vuoi, fa’ ciò che ti serve fare se ritieni che quel desiderio sia il tuo unico obiettivo.”

— *Abraham Lincoln*

“Che gli atei non abbiano nulla per cui vivere è uno strano mito. Non abbiamo nulla per cui morire. Abbiamo tutti per vivere.”

— *Ricky Gervais*

“Scegli ciò che vuoi intensamente, assicurati che sia quello e fallo con tutte le tue forze. Se vivi, è buono e giusto. Se muori, è buono e giusto. Il tuo obiettivo è fatto.”

— *H.G. Wells*

“Intelligenza meno obiettivo uguale stupidità.”

— *Toba Beta*

“L’obiettivo di una vita è una vita di obiettivo.”

— *Robert Bryne*

“Il fatto che tu sia ancora vivo ti assicura che Dio abbia qualcosa in serbo per te.”

— *Rodney Winters*

“Trova un obiettivo di servire, no uno stile di vita da vivere.”

— *Criss Jami*

“Lo scopo dell’arte è lavare la polvere della vita di tutti i giorni dalle nostre anime.”

— *Pablo Picasso*

“Non posso pensare a qualcosa di più avvilente di vivere una vita senza un chiaro obiettivo.”

— *Daniel Willey*

“Il segreto della felicità: Trova qualcuno più importante di te e dedicagli la tua vita.”

— *Daniel C. Dennett*

“L’obiettivo della vita è l’aumento della felicità.”

— *Deepak Chopra*

“Stai su! Fa’ in modo che il mondo serva il tuo obiettivo, ma non servirlo!”

— *Johann Wolfgang Von Goethe*

“Ma siamo forti, ognuno nel nostro ambito, e siamo ancora più forti insieme.”

— *Bram Stoker*

“Non è abbastanza aver vissuto. Dovremmo essere determinati a vivere per qualcosa.”

— *Winston S. Churchill*

“Iniziare a pensare con un obiettivo è diventare come una persona forte che riconosce il fallimento come un semplice passaggio verso il successo.”

— *James Allen*

“Il mistero dell’esistenza umana non consiste solo nell’essere vivo, ma nella capacità di trovare qualcosa per cui vivere.”

— *Fyodor Dostoyevsky*

“L’anima che non ha un obiettivo nella vita è persa; essere ovunque significa non essere in nessun luogo.”

— *Michel de Montaigne*

“La persona senza uno scopo è come una nave senza un timone.”

— *Thomas Carlyle*

“La fatica e il coraggio non sono abbastanza senza obiettivo e direzione.”

— *John F. Kennedy*

“Il miglior modo per allungare i nostri giorni è camminare sempre e con un obiettivo.”

— *Charles Dickens*

“L’unicità dell’obiettivo è uno degli elementi fondamentali per il successo nella vita, non importa quale possa essere l’obiettivo.”

— *John D. Rockefeller*

“I nostri privilegi non sono per il nostro piacere, ma più per il nostro proposito.”

— *Chris Brady*

“Agisci con gentilezza ogni giorno con tutti e ti accorgerai di essere già ora in paradiso.”

— *Jack Kerouac*

“Con la vita. Rooter dice che la vita è come Dio dona un obiettivo all’universo.”

— *Orson Scott Card*

“Vuoi assicurarti che il tuo obiettivo sia un qualcosa di cui le persone possono beneficiare anche dopo la tua morte.”

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.