

# CLAUDIO BELOTTI

# SUPER YOU

COME INDIVIDUARE  
E ALLENARE  
IL SUPERPOTERE  
CHE TI RENDE  
STRAORDINARIO



**CLAUDIO  
BELOTTI**

# **SUPER YOU**

**COME INDIVIDUARE E ALLENARE  
IL SUPERPOTERE CHE  
TI RENDE STRAORDINARIO**

Proprietà letteraria riservata  
© 2016 Rizzoli Libri S.p.A. / BUR Rizzoli

ISBN 978-88-17-08874-9

Prima edizione BUR Varia settembre 2016

Curatela redazionale: Fabio Trevisiol  
Realizzazione editoriale: NetPhilo, Milano

*Seguici su:*

Twitter: @BUR\_Rizzoli

www.bur.eu

Facebook: /RizzoliLibri

*A David Bowie, il più grande di tutti,  
per avermi accompagnato nella vita  
insegnandomi che essere diversi è bello e normale,  
e per aver mostrato al mondo  
che possiamo essere eroi.  
Ci hai dato tantissimo, e ci manchi ancora di più.*

**SUPER YOU**

## INTRODUZIONE

*Godetevi la vita, è tutto ciò che abbiamo.*

Steven Patrick Morrissey

Da bambino ho passato interi pomeriggi a leggere le gesta dei supereroi. Mi piaceva perdersi in un mondo nel quale qualcuno, apparentemente normale o addirittura un po' sfigato, celava in realtà poteri enormi. E mi piaceva ancora di più vedere che quei tizi straordinari mettevano le loro super-risorse al servizio di qualcosa o qualcuno, combattendo l'egoismo dei loro nemici.

Erano molti i personaggi che amavo: i Fantastici 4 perché erano una squadra; Superman perché nei panni di Clark Kent sembrava un tonto incapace di dichiararsi alla sua amata; Batman perché non aveva poteri ma gadget strafighi; Hulk perché si arrabbiava e perdeva il controllo. Il mio preferito, però, era Thor, il figlio di un dio con non pochi problemi.

Poi sono cresciuto, ho iniziato a leggere anche altro e ho scoperto un nuovo tipo di eroe. Quando ero un ragazzo mio padre entrava e usciva continuamente dagli ospedali, per problemi di salute. Lottava contro un male che io mi ostinavo a chiamare sempre «disfunzione renale». Era un mio modo per rendere la cosa meno grave ai miei occhi: nella mia mente una «malattia» lo avrebbe reso debole, una «disfunzione» no. Grazie al suo modo di vivere le difficoltà è diventato il mio eroe; un

superpapà affiancato da un'altra eroina: mia madre, che faceva da moglie, mamma, infermiera e socia. Era lei che, in quel frangente, teneva unita la famiglia. Allora ho capito che i supereroi in carne e ossa sono più figli di quelli dei fumetti. Ma come fare a diventare uno di loro?

Grazie agli insegnamenti e all'esempio dei miei genitori sono cresciuto bene, certo, però avevo anch'io i miei lati oscuri, come tutti gli adolescenti. In particolare, provavo invidia per quei ragazzini che potevano permettersi ciò che io non avevo; parlo di cose materiali, stupidate, ma all'epoca mi sembravano importanti. In sostanza mi sentivo inadeguato, volevo essere come loro, così ho fatto un errore comune a molti: ho provato a piacere agli altri adeguandomi alla massa. Be', non era la strada giusta, ma l'avrei capito solo più avanti

Riflettendoci bene, tutti i «cattivi» della mia storia personale hanno in comune la capacità di farmi sentire inferiore. C'è voluto del tempo, ma alla fine ho imparato a non lasciar-glielo fare, e ora li ringrazio persino: non fosse stato per loro, non sarei mai arrivato a comprendere quali sono i miei superpoteri. In fondo ogni supereroe ha bisogno di un cattivo da affrontare, che lo spinga a dare sempre il massimo; se non ne avessimo uno anche noi non riusciremmo a realizzare le nostre vere potenzialità. Grazie a persone del genere, ai miei genitori e ai tanti maestri della formazione che ho avuto l'onore di affiancare – e che affianco ancora oggi – sono cresciuto. Ho sviluppato i miei poteri, imparato cose nuove e migliorato me stesso. Certo, di strada da fare ne ho ancora, perché la crescita è un processo continuo e nessuno può dirsi arrivato, ma ora so che sono stato fortunato.

Sono nato in un Paese libero, sebbene pieno di problemi, e in una famiglia che è rimasta aperta al domani anche nei momenti di difficoltà. Non ho sviluppato la telepatia o la capacità di sparare raggi dagli occhi, ma ho tutte le abilità utili a vivere una vita ricca di soddisfazioni. Ho avuto la fortuna di fare tante

cose, quasi tutte belle e comunque tutte figlie di mie decisioni. Ho fatto delle scelte, pagandone il prezzo e incassando il premio; non sempre è stato facile, ma ne è valsa la pena. Periodicamente mi sono messo in discussione, a volte cambiando tutto altre volte solo qualcosa.



**Ho imparato a dare il massimo e a godere di ogni giorno, così mi sono garantito una vita bella, ricca di esperienze e di emozioni.**



Eppure non ho fatto nulla di speciale; ho solo vissuto, creduto in me stesso e costruito qualcosa: prima la mia personalità, poi una famiglia con la mia amata Nancy e infine un'azienda. Certo, non passerò alla storia, ma non era il mio obiettivo. Io volevo solo vivere bene.

Oggi, attraverso il lavoro che ho fatto, ho trovato i miei poteri, il mio scopo e so qual è la mia kryptonite. E, in tutto questo tempo, non ho mai smesso di andare a caccia di superpoteri. Solo che ho cambiato «target»: ora cerco strade nuove per aiutare le persone a scoprire le loro reali potenzialità, così che superino i propri limiti, reali o presunti. E vorrei mettere questa abilità al tuo servizio.

Non so se ci hai mai fatto caso, ma quasi tutti i personaggi dei fumetti diventano supereroi dopo una tragedia (come Batman) o un incidente (come Hulk). Ecco, la stessa cosa capita nella vita vera: molte persone realizzano appieno il proprio potenziale solo dopo aver superato un grosso problema, o un incidente. Una meccanica che si ripete persino nello sport, quando gli atleti si trovano a dover affrontare un infortunio. Fino a simili crisi, purtroppo, la maggior parte delle persone si trascina mediocrementemente un giorno dopo l'altro, anziché sfruttare appieno i propri talenti. Poi, se tutto «va bene», la vita obbliga a svegliarsi.



Nel mio lavoro da coach, cerco di fare in modo che non sia necessario passare dal Golgota per risorgere. Aiuto i miei clienti a tirar fuori quello che hanno dentro, perché sono fermamente convinto che ognuno di noi nasconde superpoteri straordinari e, se li mette in campo, può diventare un eroe. Magari non salveremo l'universo dal malvagio di turno, ma possiamo creare un mondo migliore a partire da casa nostra, dalla nostra famiglia, dai nostri amici, colleghi o clienti. Da quando ho cominciato a leggere fumetti è ormai passato tanto tempo, ma in tutti questi anni ho capito qualcosa di importante: i veri supereroi sono le persone che tutti i giorni cercano di fare qualcosa per migliorare se stessi e la realtà che li circonda. Magari partendo da piccoli gesti concreti.

Quindi, se vorrai seguirmi, nelle prossime pagine ti accompagnerò a scoprire i tuoi superpoteri. Sarò una guida e un compagno di viaggio, pronto a tenderti una mano o a indicarti la via mentre tu porti alla luce il tuo potenziale. D'altra parte, ogni supereroe che si rispetti ha bisogno di un partner...

Nel nostro viaggio arriverai a realizzare chi sei veramente, cosa puoi fare e come puoi farlo. Lo scopo è renderti più felice, aiutarti a fare del bene e mostrarti come goderti la vita anziché sprecare il tuo tempo e le tue capacità.



**Ti accorgerai che puoi fare di più,  
e di meglio,  
con meno fatica  
e soprattutto meno stress.**



Il segreto? Essere semplicemente se stessi. Tutti dovremmo mirare a quello. La normalità va bene per le cose nella norma, ma per ciò che conta sul serio bisogna tirar fuori il nostro io profondo, quel che ci rende unici. Per citare le parole di Robert

Smith, il cantante dei Cure: «Io non sono migliore di nessuno, ma nessuno è migliore di me».

Come avrai intuito, il mio motto è: siamo tutti straordinari! Ed è vero, lo siamo, anche se pochi si impegnano a realizzare quella potenzialità. Perché per essere davvero noi stessi dobbiamo smetterla di voler «essere come loro», e questo fa paura. Chiariamo: non sto dicendo che è necessario diventare asociali, strani o diversi a ogni costo. Se ti piace la moda del momento, e vuoi seguirla, fallo. Ma fallo se l'hai deciso tu, se ti rende felice. Se è solo una questione di *fit in*, di omologazione e adattamento, allora c'è qualcosa che non va.

Nel mio metodo di coaching tutto parte da una domanda: perché fai ciò che fai? È perché lo vuoi, o stai solo cercando di riempire un vuoto? Se a spingerti è quest'ultima ragione non sarai mai del tutto soddisfatto, e soprattutto non riempirai mai il vuoto. Credimi, io ci ho provato prima di te. E sai chi mi ha mostrato che sbagliavo? David Bowie.

Bowie non è stato soltanto un artista superlativo, per me è stato anche un maestro. Mi ha insegnato tanto; in particolare, grazie alle sue canzoni, ho capito che è inutile riempirsi la vita di attività e beni materiali se ti porti dentro una voragine che risucchia tutto. Non è il guscio a dare solidità all'uovo, ma ciò che lo riempie. E tu devi essere completamente pieno di te! Solo così raggiungerai il tuo vero potenziale.

Certo, non è una strada priva di rischi. Tirando fuori il tuo io più profondo potresti non piacere a tutti. Se sei deciso, però, poco importa: i supereroi fanno quello che fanno perché è giusto, non per risultare simpatici. Poi a quel punto *ti* piacerai, ed è questo che conta davvero. Per non parlare di ciò che potresti scoprire; ad esempio che, se cominci ad apprezzarti sul serio, risulti più affascinante anche agli occhi degli altri. E proprio quando il loro giudizio non ti interessa più! Strano? Assolutamente no, la vita è fatta di paradossi... ma questo è un altro argomento, magari per il prossimo libro.