

LA GUIDA DEFINITIVA ALLA PADRONANZA DI SÉ E ALL'INFINITO

LO PUOI FARE

MASSIMO DI PUCCIO E SPELTAMAN

COAUTORI

LA VIA PER IL SUCCESSO E LA FELICITÀ TOTALI.
UN METODO SCIENTIFICO-FILOSOFICO.




SPELTAMAN

I COAUTORI



Massimo Di Puccio

Esploratore, imprenditore,
sportivo e uomo di mare.
Crede nella libertà, nella fatica
e nella bellezza delle cose semplici.

Speltaman

Visionario, comunicatore
e compagno di avventure.
Porta energia, ironia
e il coraggio di sognare in grande.

*Due percorsi diversi, una stessa convinzione: ogni persona
possiede risorse molto più grandi di quelle che immagina.*

LO PUOI FARE

LA GUIDA DEFINITIVA ALLA PADRONANZA DI SÉ E ALL'INFINITO

LO PUOI FARE

LA VIA PER IL SUCCESSO E LA FELICITÀ TOTALI. UN METODO
SCIENTIFICO-FILOSOFICO.

Massimo Di Puccio e Speltaman

COAUTORI

"il Cervello gettalo" - copyright.

Questo libro è interamente frutto dell'intelligenza artificiale, dalla copertina all'impaginazione. In fondo, ogni altro sforzo letterario sarebbe stato inutile, impegnati come eravamo a ridere di noi. Che fa sempre molto bene all'anima...

Ma se prolungato e intenso anche agli addominali! :-)

2 ristampa.



Ringraziamenti.

A tutte le anime che nel bene o nel male ci hanno permesso di surfare il nostro tempo. A tutte quelle che verranno e alla prossima grande onda.

A Marika e al suo aperitivo, liquido primordiale di questo libro.



CAPITOLO 1

IL TEMPO TRIPLO

Passato, Presente, Futuro



“Il passato è una lanterna alle spalle, il presente è il terreno sotto i piedi, il futuro è la luce che indica la strada.”



Nessun uomo può costruire un domani solido se continua a combattere con l'ombra di ieri. Il tempo non è una linea retta su cui corriamo disperati, ma un cerchio di consapevolezza. Chi cerca di stare sempre meglio deve imparare ad abitare questi tre mondi con la giusta misura.

Il passato non va rinnegato né glorificato oltre modo. È la nostra roccia, il deposito di cicatrici e vittorie che ci ha fornito gli strumenti per essere qui. Il presente, invece, è l'unico luogo in cui possediamo reale potere. È la tavola da surf su cui stiamo scivolando adesso: distogli lo sguardo anche solo per un istante e cadrai in acqua. Il futuro, infine, è la direzione. Non una prigionia di ansia, ma una bussola.

Come recita il vecchio proverbio: "Chi guarda solo al passato perde un occhio, ma chi lo dimentica li perde entrambi."

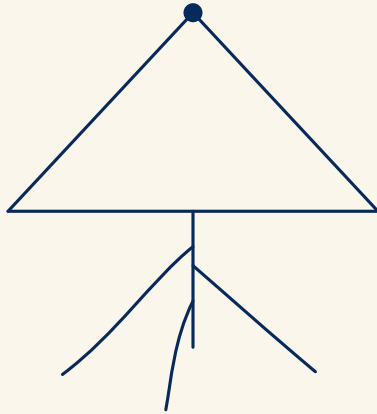
Il vero principio della padronanza di sé sta nel prendere la saggezza di ieri per vivere con intensità l'oggi, lanciando con coraggio la mente verso il domani.



CAPITOLO 2

LA CIMA E LA POLVERE

I Piedi per Terra



“L'albero con i rami più alti verso il cielo è quello che affonda le radici più profonde nella terra.”



Quando la salita si fa ripida e infine si conquista la vetta, l'aria diventa rarefatta e la vista è mozzafiato. La tentazione di sentirsi invincibili è grande. Ma la montagna insegna una lezione spietata: le tempeste colpiscono sempre prima le cime, mai le vallate protette.

Guardare in basso non deve mai servire a misurare la distanza dagli altri per sentirsi superiori. Deve servire a ricordare la polvere che abbiamo mangiato lungo i primi tornanti, il peso dello zaino e le ginocchia sbucciate. La vetta non è un piedistallo, è un punto di osservazione.

Un antico detto popolare ci ricorda: "Più si sale in alto, più fa male la caduta."

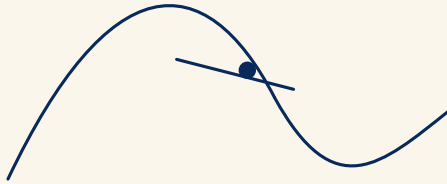
Per evitare di cadere, il segreto non è smettere di salire, ma portare lassù la stessa umiltà con cui si è partito. Bilancia i tuoi successi, gestisci le tue altezze e mantieni sempre un filo diretto con la terra. Il successo senza radici è destinato a volare via al primo soffio di vento.



CAPITOLO 3

SULLA CRESTA DELL'ONDA

La Filosofia del Surf



“Non puoi fermare le onde, ma puoi imparare a cavalcarle.”



Il mare non ha rispetto per i tuoi piani. Puoi studiare le maree, le correnti e i venti per mesi, ma quando sei lì sulla tavola, conta solo la tua capacità di adattarti al movimento dell'acqua in quel preciso millesimo di secondo.

La vita funziona esattamente allo stesso modo. Il successo rigido è un'illusione fragile; il vero potere sta nell'equilibrio dinamico. Quando arriva un'onda improvvisa — un imprevisto, un cambiamento di mercato, una crisi personale — la forza bruta non serve a nulla. Serve la flessibilità. Se ti irrigidisci, il mare ti travolge. Se ti pieghi e asseconi la spinta, trasformi quella forza in velocità.

Ricorda sempre il saggio proverbio marinaresco: "Mare calmo non ha mai fatto un marinaio esperto."

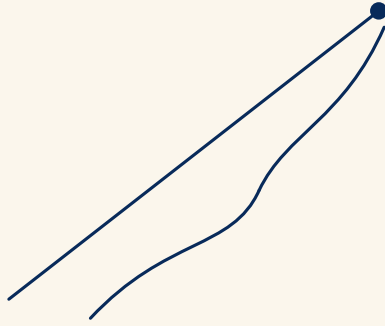
Ogni caduta dalla tavola non è un fallimento, è solo un bagno freddo che ti sveglia. Ti rialzi, recuperi la tavola, guardi l'orizzonte e aspetti la prossima onda con il sorriso di chi sa che la vita è un movimento continuo.



CAPITOLO 4

NEVE FRESCA

Tracciare la Propria Strada



“Seguire le orme degli altri significa non giungere mai primi.”



C'è un momento speciale, in alta montagna, appena finisce una nevicata: il mondo è avvolto nel silenzio e il pendio davanti a te è una distesa intonsa di neve fresca. La maggior parte delle persone cerca i sentieri già battuti, le tracce lasciate dagli sci di qualcun altro, perché offrono la sicurezza di un percorso già testato.

Lo spirito libero, invece, sceglie la neve fresca. Ha la consapevolezza che tracciare la propria rotta richiede più fatica, più attenzione e una buona dose di coraggio. Ma la sensazione di scivolare su un terreno libero, lasciando un'impronta unica e personale, non ha prezzo.

Dopotutto, come recita il proverbio: "Chi lascia la via vecchia per la nuova, sa quel che lascia ma non sa quel che trova... ed è proprio lì che sta l'avventura."

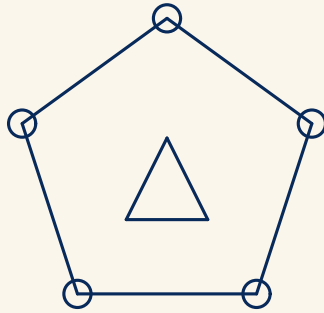
Non accontentarti delle definizioni di successo scritte da altri. Crea le tue regole, assumiti il rischio della prima traccia e goditi la libertà assoluta di chi decide dove andare.



CAPITOLO 5

IL BRANCO E LA VETTA

L'Amicizia Vera



*“Se vuoi andare veloce, vai da solo. Se vuoi andare lontano,
vai insieme.”*



Ci sono persone che collezionano successi materiali come trofei in una stanza vuota. Raggiungono la cima, si voltano e scoprono di essere completamente sole. Quello non è successo, è un esilio dorato.

L'amicizia autentica è il vero differenziale di un'esistenza ricca. I veri amici non sono quelli che festeggiano solo le tue vittorie, ma quelli che hanno condiviso con te l'acqua della borraccia quando la salita sembrava infinita. Sono le persone che ti dicono la verità quando stai perdendo la testa e che ti proteggono le spalle quando la visibilità scende a zero.

Un proverbio senza tempo ci ammonisce: "I veri amici sono come le stelle: li vedi solo quando fa buio."

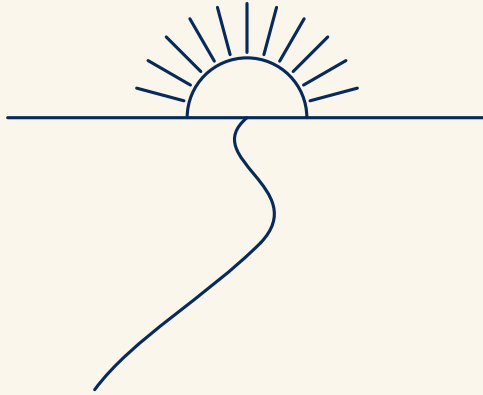
Non permettere mai agli impegni, all'ambizione o all'egoismo di allontanarti dai tuoi compagni di viaggio. Il valore della tua vita non si misura da ciò che stringi tra le mani, ma dal numero di amici sinceri che, seduti attorno al tuo fuoco, brindano alle tue vittorie.



CAPITOLO 6

OLTRE L'ORIZZONTE

Il Viaggio come Mente



“Il mondo è un libro, e chi non viaggia ne legge solo una pagina.”



Viaggiare con gli amici non è una semplice fuga dalla routine quotidiana o una vacanza: è una vera e propria palestra dell'anima. Quando condividi la strada, le attese negli aeroporti, i percorsi sbagliati e le scoperte inaspettate con le persone giuste, la tua mente si espande in modi che nessun libro di testo può insegnare.

Attraverso gli occhi dei tuoi compagni di viaggio scopri sfaccettature di te stesso che la quotidianità teneva nascoste. Il viaggio ti spoglia delle tue certezze, elimina il superfluo e ti costringe a guardare ciò che conta davvero.

Come dice un proverbio arabo: "Chi vive vede molto, ma chi viaggia vede di più."

Tornerai a casa non solo con ricordi e fotografie, ma con una visione più ampia. Capirai che il successo è anche la capacità di meravigliarsi ancora, di perdersi per poi ritrovarsi in un posto nuovo con le persone che ami.



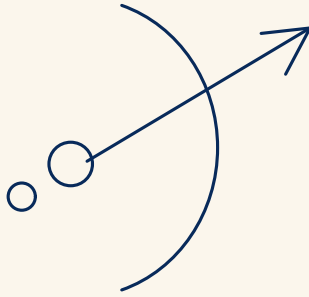


A series of 15 horizontal lines, evenly spaced, providing a template for writing or drawing.

CAPITOLO 7

L'EREDITÀ INVISIBILE

I Figli e il Domani



*“I figli sono le frecce scagliate verso un futuro che noi non
potremo mai vedere.”*



Il ponte più importante verso il futuro non è fatto di titoli di studio, patrimonio immobiliare o conti in banca. I nostri figli sono il vero ponte. Tutto quello che impariamo, la padronanza di noi stessi, la capacità di bilanciare la vita e di rispettare le radici, acquista il suo senso più profondo nel momento in cui lo trasmettiamo a chi viene dopo di noi.

Ai figli non lasciamo ciò che abbiamo accumulato tra le mani, ma ciò che siamo stati capaci di diventare. Non ascolteranno le nostre parole se i nostri comportamenti vanno nella direzione opposta. Se ci vedranno cadere e rialzarsi con dignità, impareranno la resilienza. Se ci vedranno volare in alto senza dimenticare chi sta in basso, impareranno la nobiltà d'animo.

Ricorda il proverbio: "Non educare i tuoi figli alla ricchezza, educali alla felicità. Così sapranno il valore delle cose, non il prezzo."

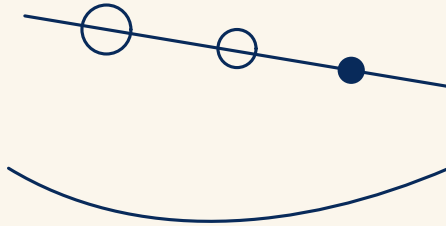
Insegnare loro a cavalcare le proprie onde e a tracciare la propria neve è la vittoria più grande di qualsiasi carriera.



CAPITOLO 8

L'EQUILIBRIO DINAMICO

Bilanciare la Vita



“L'albero si piega, ma la quercia salda resta ferma nella tempesta.”



Molti credono che la stabilità sia una condizione statica, un punto fisso da raggiungere per poi non muoversi più. Niente di più falso. Guarda un acrobata sul filo o un surfista sulla cresta dell'onda: la stabilità è un continuo, impercettibile microaggiustamento.

Bilanciare il lavoro con la famiglia, la ricerca del successo con la salute mentale, la passione per la montagna con i doveri di ogni giorno richiede un equilibrio dinamico. Se dedichi il 100% delle tue energie a una sola area, le altre crolleranno inevitabilmente, portandosi dietro anche il tuo presunto successo.

Un proverbio latino recitava: "In medio stat virtus" — La virtù sta nel mezzo.

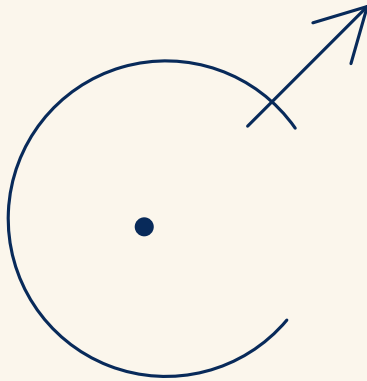
Tieni sott'occhio i piatti della bilancia. Regola il carico. Quando vedi che l'ambizione sta schiacciando la tua serenità o i tuoi affetti, fai un passo indietro. Saper rallentare al momento giusto non è debolezza, è la massima espressione di intelligenza strategica.



CAPITOLO 9

LO SPIRITO LIBERO

Oltre le Convenzioni



“Chi vola alto non si cura delle grida delle galline nel pollaio.”



Lo spirito libero non è colui che rifiuta le regole della società per puro spirito di ribellione, ma colui che ha trovato le proprie regole e ha il coraggio di viverle apertamente. La vera trappola della vita moderna è l'approvazione altrui: vivere per soddisfare le aspettative dei vicini, dei colleghi o dei social media.

Quando smetti di cercare il consenso di tutti, scopri una quantità enorme di energia che prima sprecavi inutilmente. Puoi salire in montagna a respirare l'aria pura, scivolare sulle onde al tramonto e goderti la tua famiglia senza dover dimostrare niente a nessuno.

Come ci insegna un proverbio toscano: "Fatti un buon nome e piscia a letto, che diranno che hai sudato."

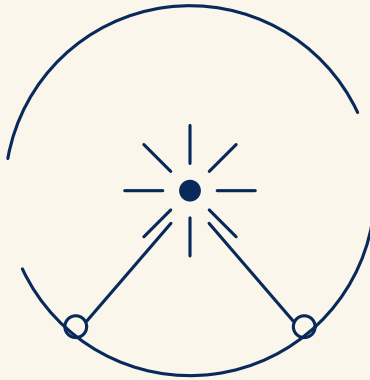
Quando sei sicuro del tuo valore e della bontà della tua strada, il giudizio altrui scivola via come l'acqua sulla muta da surf. Sii autentico, sii libero, sii l'unico architetto del tuo destino.



CAPITOLO 10

IL CERCHIO SI CHIUDE

Il Vero Successo



“Ciò che abbiamo fatto solo per noi stessi muore con noi; ciò che abbiamo fatto per gli altri e per il mondo resta ed è immortale.”



Siamo arrivati alla fine di questa guida, ma in realtà siamo solo all'inizio del percorso. Guardando indietro vediamo il cammino fatto: le battaglie del passato, le vette conquistate, la neve fresca battuta e le onde cavalcate. Guardando avanti vediamo un futuro luminoso che ci aspetta.

Ma la lezione più grande di LO PUOI FARE è che tutti questi elementi non valgono nulla se vissuti nell'isolamento. Il successo non è un trofeo da mostrare con arroganza, ma uno stato di armonia interiore che si riflette verso l'esterno. È la capacità di guardare in alto puntando alle stelle, e contemporaneamente guardare in basso per tendere la mano a chi sta salendo.

Chiudiamo con la frase più profonda: "La felicità è reale solo se condivisa."

Vivi con passione, viaggia con gli amici, ama la tua famiglia, rispetta le tue radici e non perdere mai il tuo spirito libero.

Ora chiudi il libro.

Esci.

Vivi.

Ridi.

Brinda responsabilmente con chi ti sta accanto. :-)



ALTRE PUBBLICAZIONI

altre pubblicazioni degli stessi autori-editori:

2026. L'orto di Massimo.

Mangio solo cose mie.

2026. La pesca per tutti.

(anche per il Leverone).



Ora posa il libro.

Vivi con passione, viaggia con gli amici, ama la tua famiglia,
rispetta le tue radici e non perdere mai il tuo spirito libero.

Esci. Vivi. Ridi.

Brinda responsabilmente con chi ti sta accanto :-)