

# **GUIDA: Come utilizzare il PACCO MOTIVAZIONALE GUIDE: How to use the MOTIVATIONAL PACK**

**Caro amico/a,**  
Dear friend,

**Grazie mille per aver acquistato il PACCO MOTIVAZIONALE per migliorare il tuo italiano. Apprezzo la tua fiducia e ti voglio garantire che non ti pentirai di questa scelta. Metto a tua disposizione il metodo che ritengo essere il più efficace per apprendere e migliorare una nuova lingua, ovvero l'utilizzo di materiale interessante dove si può ascoltare e leggere quello che viene detto.**

**Thank you very much for purchasing the MOTIVATIONAL PACK to improve your Italian. I appreciate your trust and I want to ensure you that you will not regret this choice. I put at your disposal the method that I believe to be the most effective to learn and improve a new language, that is the use of interesting material where you can hear and read what is being said.**

**Questa GUIDA ha come scopo quello di spiegarvi come utilizzare il pacco di lezioni per fare in modo che miglioriate il più possibile. Cominciate leggendo questa guida prima di ascoltare le lezioni.**

**This GUIDE has the aim to explain how to use the pack of lessons to make you improve as much as possible. Start by reading this guide before you listen to the lessons.**



**"Success is the total sum of many little efforts,  
repeated day after day."**

**Buona fortuna o meglio, IN BOCCA AL LUPO!  
Good luck or better, (Break a leg)!**

**Alberto**

## **Sommario**

1	Introduzione .....
2	Il contenuto del pacco .....
3	Come utilizzare il pacco? .....
4	Ricordiamo le 7 LINEE GUIDA per imparare una lingua .....
5	I miei pensieri durante la creazione del pacco .....

## **Summary**

1	Introduction .....
2	The content of the pack .....
3	How to use the pack? .....
4	Recall the 7 GUIDELINES to learn a language .....
5	My thoughts while creating the pack .....

## **1 – INTRODUZIONE**

### **1- INTRODUCTION**

In questo pacco di lezioni voglio aiutarvi ad aumentare il vostro livello in italiano di moltissimo.

In this pack of lessons I want to help you increase your level of Italian a lot.

Come vedete, tutto quello che scrivo è tradotto anche in inglese o spagnolo, per facilitare la vostra comprensione dell'italiano in caso abbiate alcuni dubbi, ma metterò a vostra disposizione una versione anche solo in italiano per coloro che si sentono più sicuri e non vogliono essere disturbati dalla traduzione.

As you can see, everything I write is also translated into English or Spanish, to

facilitate your understanding of Italian in case you have some doubts, but I'll put at your disposal also a version only in Italian for those who feel more confident and do not want to be bothered by the translation.

La versione solo in italiano è utile anche per tutti, poiché in futuro sarete tutti in grado di capire la parte in italiano senza traduzione.

The Italian version will be also useful to everybody, because in the future everybody is going to understand the Italian part without translation.

Avrete a vostra disposizione inoltre vari **formati** (tipi di scrittura e colori), ovvero, uno a colori, uno tutto dello stesso colore, uno scritto più piccolo e un altro più grande!

You will also have at your disposal a variety of **formats** (types of writing and colors), which means, one with colors, one all the same color, one written with smaller font and another bigger!

Voglio far sì che per voi sia tutto il più facile possibile!

I want to make sure that everything's as easy as possible for you!

Mi ricordo di aver odiato molti corsi che non avevano il tipo di formato che mi piaceva quando stavo imparando una lingua e non voglio che questo succeda anche a voi!

I remember I hated many courses that did not have the kind of format that I liked when I was learning a language and I do not want this to also happen to you!

Vi avverto che con questo programma continuerete ad imparare cose nuove e ciò

renderà l'apprendimento un piacere invece che un dovere, poiché vi parlerò delle idee, dei personaggi e delle espressioni più interessanti che conosco e che mi hanno permesso di fare quello che ho fatto fino ad ora.

I warn you that with this program you will continue to learn new things and this will make learning a pleasure rather than a duty, as I will talk about the ideas, the people and the most interesting expressions that I know and that allowed me to do what I did until now.

Come vedrete, ho messo il cuore e l'anima in questo progetto e ho dedicato per la sua creazione centinaia e centinaia di ore **durante l'arco** (*nel corso*) di un anno.

As you will see, I put my heart and soul into this project and I have devoted to its creation hundreds and hundreds of hours **during the span** (over) of 1 year.

Questo poiché questa risorsa è qualcosa di UNICO e che purtroppo, proprio per questo motivo, non riesco a trovare per altre lingue che sto imparando come il russo.

Perché è qualcosa di unico?

This is because this resource is something UNIQUE and that unfortunately, for this reason, I cannot find in other languages I'm learning such as Russian.

Why is it something unique?

Molto semplice! Apprendere le lingue in questo modo permette di fare 2 cose allo stesso tempo!

Very simple! Learning languages this way allows you to do two things at the same



provengono da molti campi diversi.

From multimillionaire entrepreneurs, professors and experts in language learning; I had the opportunity to exchange views and talk to people that come from many different fields.

Questo mi ha aiutato a capire quello che funziona e quello che invece è solo una promozione per **fregare** (*imbrogliare*) la gente.

This helped me to understand what works and what instead is only a promotion to **fool** (cheat) people.

## 2- IL CONTENUTO DEL PACCO

## 2- THE CONTENT OF THE PACK

Durante il nostro percorso vedremo **PERSONAGGI ITALIANI DI SUCCESSO**, **IDEE fondamentali per raggiungere i propri obiettivi**, **video bonus**, **ESPRESSIONI ITALIANE CHE NON AVEVO ANCORA SPIEGATO FINO AD ORA**, e molto altro ancora!

During our journey we will see **SUCCESSFUL ITALIAN PEOPLE**, fundamental **IDEAS** to achieve YOUR objectives, bonus videos, **ITALIAN EXPRESSIONS EXPLAINED THAT I HAD NOT EXPLAINED YET**, and much more!

Tutto questo accompagnato da un **AUDIO LENTO** e **VELOCE** che ti permetterà di **sfruttare** (*usare*) al meglio queste risorse.

All this accompanied by a **SLOW** and **FAST AUDIO** that will allow you to **take**

**advantage** (use) of these resources.

Per non parlare dei FILE PRONUNCIA e di tutti i bonus riguardo alla cultura e città italiane!

Not to mention the PRONUNCIATION FILES and all the bonus regarding culture and Italian cities!

### **3- COME UTILIZZARE IL PACCO?**

### **3- HOW TO USE THE PACK?**

La cosa più importante da ricordare quando usate queste "LEZIONI", è di usarle ogni giorno!

The most important thing to remember when using these "LESSONS", is to use them every day!

La costanza è fondamentale per apprendere una nuova lingua usando **I METODI NATURALI** (quelli dove non ci si concentra principalmente sulla grammatica).

Consistency is crucial to learn a new language using **NATURAL METHODS** (those where you don't concentrate mainly on grammar).

Potete trovare questo tempo di mattina, la sera, mentre siete in macchina, autobus o qualunque momento della giornata preferiate!

Non ci sono limiti e regole. Cercate di inserire l'utilizzo di questo pacco nel vostro stile di vita!

You can find this time in the morning, in the evening, while you're in the car, bus or any time of the day you prefer!

There are no limits and rules. Try adding the use of this pack to your lifestyle!

Non voglio dirvi come usare esattamente questo materiale, poiché non è semplicemente il mio stile.

I will not tell you exactly how to use this material, since it is simply not my style.

Quando compro un corso, di fatto, quello che faccio io è utilizzarlo nel modo che preferisco.

When I buy a course, in fact, what I do is to use it as I prefer.

Ovvero, se voglio ascoltare di più, ascolto di più, se voglio leggere e sottolineare lo faccio, se voglio leggere ad alta voce lo faccio...

That is, if I want to listen more, I listen more, if I want to read and highlight I do it, if I want to read out loud I do it...

Lo stesso consiglio di fare a voi!

I advise you to do the same!

Potete seguire l'ordine che ho creato per voi, ma se volete potete anche seguire un ordine diverso e vedere le parti che vi piacciono di più per prime.

You can follow the order that I have created for you, but if you want, you can also follow a different order and see the parts that you like more at first.

Un consiglio importante è quello di stampare questo materiale se potete. Lo so che molti di voi staranno leggendo questo su un Kindle o sul computer, ipad, iphone ecc...

One important tip is to print this material if you can. I know that many of you are reading this on your computer or on a Kindle, iPad, iPhone etc...

Tuttavia io ho sempre preferito stampare i corsi di lingua così come preferisco leggere libri in carta! In questo modo è molto più facile sottolineare, scrivere note, e segnare le parole che non capiamo!

However I have always preferred to print language courses as well as I prefer to read books in paper! This makes it much easier to underline, write notes, and mark the words that we do not understand!

Potreste stampare ogni settimana una parte del corso, **man mano** (*piano piano*) che procedete e avanzate nell'apprendimento!

You could print a part of the course every week, **gradually** (slowly) as you proceed and advance in learning!

Questo è solo un consiglio e la scelta finale sta a voi!

This is just a tip and the final choice is up to you!

Di seguito riprenderò anche le 7 LINEE GUIDA così che possiate ricordarvi quali sono le strategie da seguire per utilizzare al meglio il vostro tempo imparando l'italiano.

Here I also recall the 7 GUIDELINES so you can remember what are the strategies to follow in order to make the best use of your time learning Italian.

#### **4 - RICORDIAMO LE 7 LINEE GUIDA:**

#### **4 - LET'S RECALL THE 7 GUIDELINES:**

L'intero corso si basa sulle 7 linee guida d'italiano automatico che sono:

The whole course is based on the 7 guidelines of Italiano automatico which are:

#### **LINEA GUIDA 1 – Stop con la grammatica!**

#### **Guideline 1 - Stop with grammar!**

Questa è una delle parti più importanti specialmente se state imparando l'italiano già da molto tempo e non potete ancora parlare.

This is one of the most important parts especially if you've already been learning Italian for a long time and you can't speak it yet.

Molto spesso nei corsi di lingue ci si concentra troppo sulla grammatica senza dare importanza ad aspetti fondamentali come il fare cose interessanti e l'ascolto della lingua.

Very often in language courses we focus too much on grammar without giving importance to fundamental aspects like doing interesting things and listening to the language.

Dopo dieci anni di inglese a scuola non potevo ancora parlarlo bene e non capivo assolutamente niente quando guardavo film o ascoltavo canzoni.

After ten years of English in school I could not even speak it well and I did not understand anything at all when watching movies or listening to songs.

Tutto è cambiato quando ho detto stop alla grammatica e ho fatto quello che vi spiegherò nella prossima linea guida.

Everything changed when I said stop to grammar and I did what I will explain in the next guideline.

## **LINEA GUIDA 2 - L'importanza dell'ascolto**

### **Guideline 2 - The importance of listening**

La domanda che mi sono fatto prima di creare italiano automatico era:

The question I asked myself before creating Italiano automatico was:

Quanto si ascolta la lingua quando si impara a scuola o nei corsi di lingue?

How much do you listen to the language when you learn it at school or in language courses?

La risposta fu la **GOCCIA CHE HA FATTO TRABOCCARE IL VASO** (*fu la causa che ha fatto precipitare una situazione già critica*)!

The answer was the **STRAW THAT BROKE THE CAMEL'S BACK** (was the cause that deteriorated an already critical situation)!

Infatti in 10 anni di inglese a scuola, avrò ascoltato in totale non più di 2 ore la lingua parlata!

In fact, in 10 years of English in school, I listened to a total of no more than two hours of the spoken language!

Ora vi chiedo... non è assurdo?

Now I ask you... isn't this absurd?

Trovo pazzesco che questo sia ancora oggi il metodo usato in molte scuole e questa frustrazione mi diede la forza e costanza per creare i video, gli audio, i podcast, gli articoli che potete usare adesso gratuitamente su Internet.

I find it crazy that this is still the method used today in many schools and this frustration gave me the strength and perseverance to create the videos, audios, podcasts, articles that you can use now for free on the Internet.

Quindi, tornando a noi, è fondamentale che ascoltiate tantissime volte gli audio, ma soprattutto dovete ascoltare qualcosa che capite per la maggior parte.

So, back to us, it is essential that you listen to the audios many times, but above all you have to listen to something that you understand the most.

Proprio per questo motivo vi fornisco la spiegazione di tutte le parole più difficili e le espressioni particolari.

Precisely for this reason I give you the explanation of all the most difficult words and particular expressions.

Vedrete che ogni volta riuscirete a capire sempre di più e questa è una grande

soddisfazione quando si sta imparando una lingua straniera.

You will see that every time you will be able to understand more and more and this is a great satisfaction when you are learning a foreign language.

All'inizio sarà molto più facile per coloro che possono già parlare una lingua latina ovvero portoghese, francese, rumeno o spagnolo.

At first, it will be much easier for those who can already speak a Romance language such as Portuguese, French, Romanian or Spanish.

Se siete russi, inglesi, arabi, cinesi, giapponesi e non potete parlare nessuna lingua latina, l'inizio potrebbe essere un po' **impegnativo** (*che richiede sforzo*), ma non lo definirei difficile!

If you are Russians, English, Arabs, Chinese, Japanese, and you cannot speak any Romance language, the beginning may be a bit **challenging** (requiring effort), but I would not call it difficult!

Infatti è proprio per voi che ho pensato anche l'audio LENTO!

In fact it is for you that I also thought about the SLOW audio!

L'audio lento è anche per chi vuole ascoltare e capire meglio le parole, tra coloro che parlano già una lingua latina! Come usarlo dipende da voi! In base al vostro livello, se avete il testo davanti a voi, se siete in macchina, se state correndo ecc...

The slow audio is also for those who want to listen and better understand the words, among those who already speak a Romance language! How to use it is up

to you! Depending on your level, if you have the text in front of you, if you're driving,

if you are running etc...

In conclusione, ricordatevi, l'ascolto di qualcosa che capite e che vi interessa è la chiave!

In conclusion, remember, listening to something that you understand and that you are interested in is the key!

**LINEA GUIDA 3:** Organizzazione, disciplina e pianificazione

**Guideline 3:** Organization, discipline and planning

Per chi mi segue già da un po' di tempo, dovrebbe essere chiaro il fatto che sono un ragazzo più organizzato del tipico diciannovenne (19). Questo mi ha permesso di raggiungere molte cose a partire da quando ho scoperto l'importanza del porsi obiettivi 3 anni fa a 16 anni!

For those who have been following me for some time, it should be clear the fact that I'm a guy who is more organized than the typical nineteen year old (19). This allowed me to achieve many things starting from when I discovered the importance of setting goals three years ago at the age of 16!

**Fino ai 16 anni la mia attività principale era uguale a quella di tutti i ragazzi della mia età!**

**Up to 16 years old my main activity was the same as that of all the guys of my age!**

Uscivo ogni sabato per andare in città o in discoteca, nel tempo libero giocavo al Pacco Motivazionale © *Alberto Arrighini* 15 **2015-2016**

computer oppure guardavo la televisione, non mi interessavo della mia salute e mangiavo tutto quello che volevo ed infatti fino a quel momento non avevo fatto un gran che con la mia vita.

I went out every Saturday to go downtown or to the disco, in my spare time I played on the computer or watched television, I was not interested about my health and I ate whatever I wanted and in fact until then I had not done that much with my life.

(Per quelli di voi che hanno già ascoltato il mio audiobook, già sapete la storia completa, ma ci tenevo a riassumerla brevemente anche qui.)

(For those of you who have already listened to my audiobook, you already know the full story, but I wanted to summarize it briefly here too.)

Poi a 16 anni ho comprato un libro che parlava di come porsi obiettivi, poi ne comprai un altro che parlava dell'importanza dei nostri pensieri, poi cominciai a leggere autobiografie per capire come pensavano e come pensano i personaggi più ammirati e di successo nei vari secoli e questo per me ha cambiato tutto.

Then at 16, I bought a book that talked about how to set goals, then I bought another which talked about the importance of our thoughts, then I began to read autobiographies to understand how the most admired and successful people think and thought, and that changed everything for me.

Dal conoscere solo l'inglese cominciai ad imparare altre lingue e adesso posso parlare francese, spagnolo, inglese, italiano, e rumeno a vari livelli mentre sto imparando tedesco e russo.

From knowing only English I began to learn other languages and now I can speak French, Spanish, English, Italian, and Romanian, all at various levels while I'm learning German and Russian.

Cominciai ad interessarmi alla salute ed ora sto 1000 volte più attento a quello che mangio e all'attività fisica.

I became interested in health and now I am 1,000 times more careful about what I eat and exercise.

A 19 anni e 3 mesi ho corso la maratona di Barcellona (42 km) come sfida personale poiché sono sempre stato l'ultimo a correre nella mia classe. Nonostante ciò sono stato uno tra i più giovani a completare quella maratona su 20 mila partecipanti.

At 19 years and 3 months old I ran the marathon of Barcelona (42 km) as a personal challenge because I was always the last at running in my class. Nevertheless I was one of the youngest to complete the marathon of 20,000 participants.

Nel frattempo ho terminato le scuole superiori con il massimo dei voti 100.

Meanwhile I finished high school with the maximum grade (100).

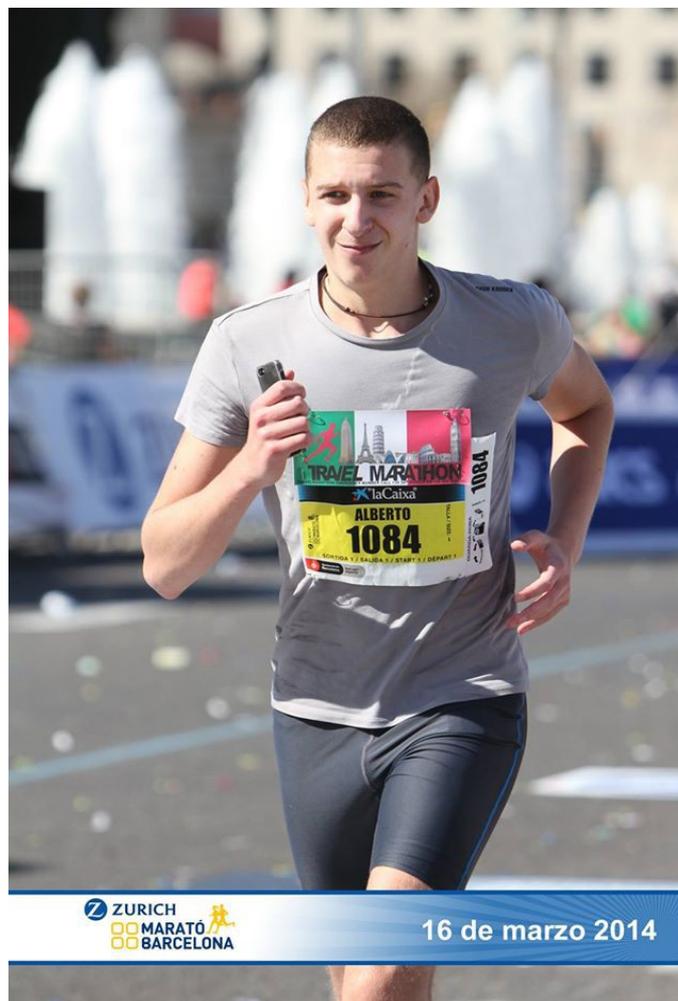
Mentre ho raggiunto queste cose ho creato il canale youtube SimplyLearning1994 dove parlo le 7 lingue che conosco e do consigli di vario tipo in varie lingue.

While achieving these things, I also created the YouTube channel

SimplyLearning1994 where I speak the 7 languages I know and give advice of various kind in different languages.

Nello stesso periodo mi svegliavo la mattina alle 5 durante l'ultimo anno di scuola per creare tutto il materiale gratuito che è ora disponibile su italiano automatico e per leggere e migliorarmi ogni giorno.

At the same time I would wake up at 5 a.m. in the morning during the final year of school to create all the free material that is now available on Italiano automatico and to read and improve myself every day.



Subito dopo la maratona nel marzo 2014 ho pubblicato il primo prodotto ufficiale di italiano automatico ovvero l'audiobook che ha avuto un grande successo e vi ringrazio enormemente per questo. =)

Immediately after the marathon in March 2014 I published the first official product of Italiano automatico that is the audio book which has had a great success and I thank you greatly for this. = )

Vi ho detto questo per farvi capire l'importanza ed il potere delle idee e del sapere dove si vuole andare. Ne parlerò ripetutamente nel corso di questo pacco di lezioni, ma ci tenevo a dirvelo sin dall'inizio.

I told you this to make you understand the importance and the power of ideas and knowing where you want to go. I'll talk repeatedly about it throughout this pack of lessons but I wanted to say it from the beginning.

Se non avessi scoperto l'importanza del porsi obiettivi e del migliorarsi ogni giorno attraverso lo sport, la lettura, l'ascolto di audio e lo scambio di idee con altre persone, probabilmente sarei ancora sul divano a guardare la televisione.

If I had not discovered the importance of setting goals and improving every day through sports, reading, listening to audios and exchanging ideas with other people, I'd probably still be on the couch watching television.

Nel momento in cui sto scrivendo questa parte del pacco, ho 19 anni e ogni giorno sto lavorando e agendo per raggiungere nuovi e più grandi obiettivi.

At the time of writing this part of the pack, I'm 19 years old and every day I'm

working and acting to reach new and larger targets.

**Quello che voglio trasmettervi qui, è il fatto che anche voi potete fare lo stesso!**

**What I want to convey here is that you too can do the same!**

E se state leggendo questo, sono sicuro che almeno il 70% di voi già sta facendo queste cose. La maggior parte di quelli che non si pongono obiettivi non hanno l'ambizione che avete voi di imparare una nuova lingua.

And if you are reading this, I'm sure that at least 70% of you are already doing these things. Most of those that do not set goals do not have the ambition that you have to learn a new language.

Indovinate perché? Imparare una nuova lingua richiede tempo, costanza, passione e anche l'ambizione e la voglia che ti permettono di ascoltare e leggere ogni giorno qualcosa in quella lingua!

Guess why? Learning a new language takes time, perseverance, passion and the ambition and desire that allow you to listen and read something in that language every day!

Quindi, ricordatevi l'importanza del PIANIFICARE ed ORGANIZZARE il vostro apprendimento!

So, remember the importance of PLANNING and ORGANIZING your learning!

Quello che è fondamentale è pianificare in anticipo quello che volete fare! Se non lo fate, ogni giorno potreste trovare una scusa per non fare i vostri 30 minuti o ora di

italiano!

What is fundamental is to plan in advance what you want to do! If you do not, every day you could find an excuse not to do your 30 minutes or hour of Italian!

Quello che faccio personalmente e quello che vi consiglio di fare, è di tenere una agenda dove scrivete le abitudini che volete tenere ogni giorno, e lì scriverete 1 ora di italiano alle 8 p.m, 7 a.m o quando preferite!

What I personally do and what I recommend you do, is to keep a journal where you write the habits you want to keep every day, and there you'll write one hour of Italian at 8 p.m., 7 a.m. or whenever you prefer!

Una volta fatta, mettete una bella X, ogni giorno, per segnare che avete fatto quello che dovevate!

Once done, put a nice X, everyday, to mark that you did what you had to!

Ricordatevi quindi di PROGRAMMARE IL VOSTRO APPRENDIMENTO!

Remember therefore TO PLAN YOUR LEARNING!

**LINEA GUIDA 4 –** Migliorare la propria vita imparando una nuova lingua straniera

**GUIDELINE 4 -** Improve your life by learning a new foreign language

Questa parte è fantastica poiché crea un EFFETTO A CATENA che ti aiuta a migliorare tutti gli aspetti della tua vita che desideri cambiare.

This part is great because it creates a RIPPLE EFFECT that helps you improve all aspects of your life that you want to change.

Cercando di migliorare il mio inglese ho cominciato a comprare audio e libri che riguardano lo sviluppo personale (di cui vi parlerò nella prossima linea guida), in inglese!

Trying to improve my English, I started buying audios and books about personal development (which I will talk about in the next guideline), in English!

Questo mi ha aiutato a capire sempre più cose e soprattutto ad applicare queste idee alla mia vita permettendomi di fare in 3 anni più di quello che avevo fatto negli altri 16 anni della mia vita!

This helped me to understand more and more things, and especially to apply these ideas to my life by allowing me to do in three years more than what I had done in the other 16 years of my life!

Quindi quello che intendo con MIGLIORARE LA PROPRIA VITA IMPARANDO UNA LINGUA STRANIERA è che, non solo aggiungere una nuova lingua alla tua vita ti regalerà esperienze uniche e incredibili possibilità che gli altri non hanno, ma anche che ti sentirai meglio.

So what I mean by IMPROVING YOUR LIFE LEARNING A FOREIGN LANGUAGE is that, not only adding a new language to your life will give you unique experiences and incredible possibilities that others do not have, but you'll also feel better.

È un grandissimo allenamento per il nostro cervello (a qualsiasi età) e aiuta a sviluppare decine di caratteristiche vincenti come la autodisciplina, la costanza, la fiducia in sé, l'organizzazione, e molto altro ancora!

It's a great workout for your brain (at any age) and helps to develop dozens of winning features such as self-discipline, perseverance, self-confidence, organization, and much more!

## **LINEA GUIDA 5:** Sviluppo personale

### **GUIDELINE 5:** Personal Development

Questo fattore è stato per me fondamentale. Posso dire senza problemi che il fatto di aver incluso lo “sviluppo personale” (o personal development in inglese) nel mio apprendimento, abbia cambiato il corso della mia vita per sempre.

This factor was crucial for me. I can safely say that having included "personal development" in my learning has changed the course of my life forever.

Ma in breve cosa è successo?

But briefly, what happened?

Per migliorare il mio inglese cercai video interessanti su internet riguardo a come porsi obiettivi, come agivano le persone di successo e autobiografie di personaggi famosi che ammiravo.

To improve my English I looked for interesting videos on the internet about how to set goals, how successful people acted, and autobiographies of famous people I admired.

Questo mi ha aperto un mondo poiché cominciai a leggere anche libri sull'argomento e venni a conoscenza dei testi di Napoleon Hill, Jim Rohn, Brian

Tracy, Wayne Dyer, Anthony Robbins, Donald Trump, Robert Kiyosaki, James Allen e un'infinità di altri libri!

This has opened up a world to me as I also began to read books on the subject and I got to know the texts of Napoleon Hill, Jim Rohn, Brian Tracy, Wayne Dyer, Anthony Robbins, Donald Trump, Robert Kiyosaki, James Allen and countless others!

Qui si parlava di tutti i vari aspetti della vita delle persone di successo, come pensavano, come agivano, come passavano il loro tempo.

Here they talked about all the different aspects of the life of successful people, how they thought, how they acted, and how they spent their time.

Se avete già letto il mio eBook, alla fine trovate una lista di alcuni libri che consiglio assolutamente di leggere. Se riuscite sarebbe perfetto farlo in italiano!

If you've already read my eBook, in the end you can find a list of some books that I suggest you absolutely to read. It would be perfect if you can do it in Italian!

Potete trovarli su [www.amazon.it](http://www.amazon.it) e ordinarli da lì!

You can find them on [www.amazon.it](http://www.amazon.it) and order them from there!

Altri libri che consiglio li trovate sul sito [www.italianoautomatico.com](http://www.italianoautomatico.com) nella sezione libri che consiglio.

Other books that I recommend, you can find them on the website [www.italianoautomatico.com](http://www.italianoautomatico.com) in the section "books that I recommend."

Se siete come me, vi assicuro che è un investimento che **vale assolutamente la pena** (è di valore) fare poiché vi possono dare molte idee che nel mio caso mi hanno aiutato e mi stanno aiutando a raggiungere quello che voglio fare ed essere nella vita!

If you are like me, I assure you it is an investment that is absolutely **worth it** (is valuable) to do because they can give you a lot of ideas that in my case have helped me and are helping me to achieve what I want to do and be in life!

Tuttavia potrebbe anche non funzionare per voi, quindi, l'unico modo è provare ad acquistare o prendere in biblioteca qualche libro sull'argomento e vedere che effetto ha su di voi.

However, it might not work for you, so, the only way is to try to purchase or get at the library a good book on the subject and see what effect it has on you.

Quindi ricordatevi di provare ad inserire lo sviluppo personale all'interno del vostro apprendimento. Con questo voglio dire di continuare a migliorarsi giorno dopo giorno, sia a livello linguistico che a livello fisico e come persona in generale.

So remember to try adding personal development to your learning. By that I mean to continue to improve day by day, both on a linguistic and physical level and as a person in general.

Sono già eccitato per voi, non ve ne pentirete! =)

I'm already excited for you, you will not regret it! = )

**LINEA GUIDA 6:** Uscite dalla zona di comfort!

**GUIDELINE 6:** Get out of the comfort zone!

Questa è la linea più difficile da seguire e non parlo solo per voi, ma anche per me.

This is the most difficult line to follow and I don't speak only for you but also for me.

Tutti preferiamo fare quello che già sappiamo fare e quello che ci fa sentire sicuri e tranquilli (possiamo definire quest'area di cose la nostra ZONA DI COMFORT).

All of us prefer to do what we already know and do what makes us feel safe and secure (we can define this area of things our COMFORT ZONE).

**Tuttavia, il progresso risiede nel fare ciò che non siamo abituati a fare, e questo ci porta a provare ansia, paura e tutte queste sensazioni che tendiamo a definire come negative, ma che in realtà sono solo sensazioni.**

**However, progress lies in doing what we are not used to do and this leads us to feel anxiety, fear and all these feelings that we tend to define as negative, but in reality they are just feelings.**

Il paragone con la palestra è qua d'obbligo.

The comparison to the gym is a must here.

La domanda che vi faccio è: "Come fa un muscolo a crescere e diventare più grande?"

Risposta: uscendo ogni volta dalla propria zona di comfort.

The question that I ask you is: "How does a muscle grow and become bigger?"

Answer: going out from its comfort zone every time.

La stessa cosa vale per gli esseri umani. Più una persona continua a fare cose difficili, al di fuori della propria zona di comfort, più questa persona cresce e diventa più sicura di sé.

The same thing applies to humans. The more a person continues to do difficult things, outside of one's comfort zone, the more this person grows and becomes more confident.

Vi ricordate quando stavate guidando per la prima volta una macchina?

Remember when you were driving a car for the first time?

Io me lo ricordo benissimo! Sono abbastanza giovane (19 anni) e l'anno scorso stavo facendo gli esami per la patente.

I remember it very well! I am quite young (19 years old) and the last year I was having the exams for the driving license.

**Mi cagavo addosso** ogni volta che salivo in macchina! (*cagarsi addosso è un'espressione molto usata che significa avere una paura molto forte*)

**I shitted myself** every time I got in the car! (shit myself is a much used expression in Italian that means having a very strong fear)

\*Normally It's not considered rude to say it, but of course it must not be used in a formal setting.

Molti non lo ammettono, ma io non ho problemi a farlo. Avevo moltissima paura di guidare! Era completamente al di fuori della mia zona di comfort, come lo è per tutti

quelli che non hanno mai guidato, all'inizio.

Many do not admit it, but I have no problem doing it. I had a lot of fear to drive! It was completely out of my comfort zone, as it is for those who have never driven, at the beginning.

La paura è rimasta per mesi anche dopo aver preso la patente, ma indovinate un po'?

The fear remained for months even after taking the license test but guess what?

Se continui a fare una cosa per un tempo abbastanza lungo, questa cosa si trasforma in un'abitudine quasi automatica. Adesso guido senza problemi e l'ho fatto perché quando guidavo e avevo paura mi sono detto: "Se c'è riuscito lui, lei e tutti, perché io dovrei **mollare** (*abbandonare*)?"

If you continue to do a thing for quite a long time, this thing turns into a habit almost automatically. Now I drive smoothly and I did it because when I was driving and I was afraid I said to myself: "If he made it, if she and everyone made it, why should I **give up** (abandon)?"

Se siamo costretti a fare una cosa, possiamo fare cose che altrimenti sarebbero da noi considerate impossibili.

If we are forced to do something, we can do things that would otherwise be considered impossible for us.

Quindi qual è la lezione che possiamo **trarre** (*prendere*) da questo?

So what is the lesson we can **learn** (take) from this?

Molto semplice! Ogni volta che qualcosa ci risulta difficile, possiamo pensare a tutti quelli che ce l'hanno già fatta e chiederci perché io no?

Very simple! Whenever something is difficult to us, we can think of all those who have already done it and ask why not me?

I record del mondo negli sport sono così importanti poiché si diventa la prima persona nella storia a fare quella determinata azione in modo così rapido o preciso.

The world records in sports are so important since you become the first person in history to do that action in such a quick or accurate way.

Questo richiede una mentalità ancora più forte, che pochi hanno, e che si basa su successi ottenuti nel tempo che ti danno così tanta fiducia in te da credere di poter fare qualcosa che nessuno ha mai fatto prima d'ora.

This requires an even stronger mindset, that few have, and which is based on successes achieved through time that give you so much confidence in yourself to believe you can do something that nobody has ever done before.

Chi mi conosce già, sa che sono un **fan sfegatato** (*uno molto fan di qualcosa o qualcuno*) della mentalità vincente di Arnold Schwarzenegger, e dopo aver letto quasi tutto quello che ha scritto, vi posso confermare che nulla è un caso.

For those who already know me, you know that I am a **huge fan** (one really fan of something or someone) of the winning mindset of Arnold Schwarzenegger, and

having read almost everything he wrote, I can confirm that nothing is by chance.

Lavori duro e in modo intelligente e prima o poi la fortuna e i risultati ti raggiungono.  
You work hard and in an intelligent way and sooner or later luck and results will reach you.

**LINEA GUIDA 7: Rilassatevi!**

**GUIDELINE 7: Relax!**

Specialmente nell'imparare una nuova lingua, rilassarsi è d'obbligo!

Especially in learning a new language, relaxing is a must!

Imparando il russo in questo momento con i metodi naturali, non sto investendo più di 30 minuti al giorno poiché sto imparando allo stesso tempo il tedesco.

Learning Russian at the moment with natural methods, I'm not investing more than 30 minutes a day because I'm learning German at the same time.

Ho notato che mettendo poco tempo il mio russo migliora molto lentamente ed è una lingua completamente diversa rispetto all'italiano. Cosa fare quando hai qualche difficoltà o ti sembra di fare pochi progressi?

I noticed that putting little time my Russian improves very slowly and it is a completely different language than Italian. What to do when you have some problems or you seem to make little progress?

Se vuoi impararlo più velocemente ovviamente almeno 1 ora al giorno sarebbe  
Pacco Motivazionale © *Alberto Arrighini* 30 2015-2016

l'ideale, ma io ho deciso di dare 2-3 anni al mio russo quindi la scelta che ho fatto è stata di RILASSARMI prendere un bel respiro e continuare così.

If you want to learn faster of course at least one hour a day would be ideal, but I decided to give 2-3 years to my Russian so the choice I made was to RELAX, take a deep breath and go on.

La mia pazienza sta dando i propri frutti poiché sono già riuscito a fare un video di 7-8 minuti dove provo a parlare un po' in russo e so che in 2-3 anni arriverò dove voglio arrivare.

My patience is paying off as I was already able to make a video of 7-8 minutes where I try to talk a little in Russian and I know that in 2-3 years I will get where I want to get.

**PAZIENZA, COSTANZA E PASSIONE, queste sono caratteristiche fondamentali da avere in tutto ciò che si fa.**

**PATIENCE, PERSEVERANCE AND PASSION, these are the key features to have in everything that one does.**

In momenti difficili e di frustrazione quindi ricordate, RILASSATEVI!

So in difficult moments of frustration remember, RELAX!

## **5 - I MIEI PENSIERI DURANTE LA CREAZIONE DEL PACCO**

### **5 - MY THOUGHTS DURING THE CREATION OF THE PACK**

10/09/2014

Sono qui davanti al computer pronto per iniziare un nuovo viaggio nella creazione di qualcosa di unico per aiutare il maggior numero di persone possibile ad imparare l'italiano in un modo piacevole e interessante. Ho pensato molto a lungo su come strutturare questo pacco di lezioni e alla fine ho deciso di preparare una combinazione tra cultura, storia, geografia italiana e motivazione attraverso il racconto di storie di personaggi italiani che hanno segnato il corso della storia. Non mancherà la spiegazione di espressioni italiane e molto altro ancora! Non vedo l'ora di iniziare VAMOOOOOOS!!

I'm here in front of the computer ready to begin a new journey in the creation of something unique to help as many people as possible to learn Italian in a pleasant and interesting way. I thought a long time about how to structure this pack of lessons and at the end I decided to prepare a combination of culture, history, Italian geography and motivation while telling stories of Italian personalities that have marked the course of history. The explanation of Italian expressions and much more won't lack! I can't wait to start VAMOOOOOOS!!

1/12/2014

Sono passati quasi 3 mesi da quando ho iniziato la creazione di questo prodotto e finalmente ho quasi finito i file sui personaggi. Adesso non vedo l'ora di cominciare a scrivere le parti riguardanti la cultura, la pronuncia e le città. C'è ancora moltissimo da fare e probabilmente mancano ancora molti mesi prima di pubblicare questo progetto, ma sto imparando cose nuove ogni giorno e sto cercando di creare qualcosa di eccezionale per le persone che vogliono imparare l'italiano. Sto scrivendo questi pensieri, anche per dimostrare che in ogni progetto ci vogliono mesi e mesi di lavoro giorno dopo giorno. Ma soprattutto per dimostrare che alla fine ne vale assolutamente la pena!

It's been almost three months since I started the creation of this product and I finally almost finished the files about the characters. Now I cannot wait to start writing the parts about the culture, pronunciation and cities. There is still much to be done and there are still probably many months before publishing this project, but I'm learning new things every day and I'm trying to create something special for people who want to learn Italian. I am writing these thoughts, also to show that every project takes months and months of work day after day. But above all to show that in the end it is absolutely worth it!

12/01/2014

Ho appena terminato la parte in italiano e ora voglio ricontrollare tutto quello che ho scritto per assicurarmi che non ci siano errori di scrittura e lo farò 5-6 volte! Sto  
Pacco Motivazionale © *Alberto Arrighini* 32 2015-2016

scrivendo questi piccoli messaggi anche per aiutare quelli di voi che vogliono creare qualcosa online, a capire quanto tempo e impegno ci vuole. Sono sicuro che molti di voi già lo sanno, ma ci tengo a ricordare anche a me stesso che la costanza e la passione sono importantissimi. Senza di queste caratteristiche non potrei lavorare su questo progetto per così tanto tempo e avere la pazienza necessaria per crearlo!

I just finished the Italian part and now I want to re-check everything I've written to make sure there are no errors in writing and I will do it 5-6 times! I am writing these little messages also to help those of you who want to create something online, to understand how much time and effort it takes. I'm sure many of you already know this, but I want to also remind myself that perseverance and passion are very important. Without these features I could not work on this project for so long and have the patience necessary to create it!

Come dico sempre è importante scegliere di fare qualcosa che ci piace e se non possiamo farlo subito, dobbiamo cercare un modo per poterlo fare. Adesso rileggerò i testi che ho scritto e aggiungerò le immagini. Dopodiché devo registrare i video. Il passo successivo è mandarlo ad alcune persone per farglielo provare e chiedere consigli su come renderlo migliore!

As I always say it is important to choose to do something that we like and if we cannot do it now, we have to find a way to do it. Now I'm going to read again the texts I've written and I will add the images. Then I have to record the videos. The next step is to send it to some people to try it and ask for advice on how to make it better!

20/01/2015

Ho appena pianificato il 2015 e sono sempre più contento di lavorare sulla creazione di questo pacco!

I just planned 2015 and I am always happier to work on the creation of this pack!

So che ci vorrà ancora qualche mese per terminarlo, ma il risultato finale sarà qualcosa di unico e fantastico per tutti coloro che sono determinati a migliorare il proprio italiano e portarlo al livello successivo!

I know that it will take a few more months to finish, but the end result will be something unique and fantastic for all those who are determined to improve their Italian and take it to the next level!

Il tempo vola! Sono già 4 mesi che sto creando questi file e l'unica cosa che mi spinge a continuare è sapere che saranno utili per migliaia di persone!

Time flies! It's already been 4 months that I am creating these files and the only thing that pushes me to continue is knowing that they will be useful to thousands of people!

Il mio obiettivo adesso è di passare almeno 1-2 ore ogni giorno per terminare il

prima possibile questa creazione!

My goal now is to spend at least 1-2 hours every day to end this creation as soon as possible!

3/03/ 2015

Sono appena tornato dalla California dove ho lavorato ogni giorno sulla creazione di questo pacco e sto facendo molti progressi.

I just came back from California where I worked every day on creating this pack and I'm making a lot of progress.

Ogni volta che lo riguardo sono sempre più convinto che sarà una risorsa incredibile per tutte le persone che stanno imparando l'italiano e vogliono migliorare le proprie abilità in questa lingua.

Whenever I see it again I am more convinced that it will be an incredible resource for all the people who are learning Italian and want to improve their skills in this language.

Sto creando qualcosa di unico e non vedo l'ora di poter pubblicare questo materiale! Anche se tutto questo richiede molto tempo, so che ne varrà la pena, poiché nulla di importante si raggiunge senza sforzo e qualche sacrificio.

I'm creating something unique and I cannot wait to be able to publish this material! Although this takes a long time, I know that it is worth it, because nothing important can be achieved without effort and some sacrifices.

Il prossimo passo, sarà tradurre tutto in inglese e spagnolo!

The next step will be to translate everything into English and Spanish!

Dopodiché potrò cominciare a registrare l'audio veloce e lento.

Then I will begin to record the fast and slow audio.

L'ideale sarebbe finire tutto per giugno o luglio! Avanti così!

The ideal would be to finish everything in June or July! Keep it up!

29/04/2015

Sono qua a casa e domani partirò per Berlino per andare ad una conferenza di poliglotti dove voglio incontrare qualche amico che non vedo da tempo. La creazione di questo pacco procede con costanza e ho avuto qualche ritardo a cause di alcune persone di cui mi stavo fidando per la traduzione di questi file. Invece di consegnare i file in 1 settimana, dopo più di 1 mese e mezzo non avevo ancora ricevuto nulla.

I'm here at home, and tomorrow I will leave for Berlin to go to a conference of polyglots where I will meet some friends I have not seen for some time. The creation of this pack proceeds consistently and I had some delay because of some people I trusted for the translation of these files. Instead of delivering the files in one week, after more than a month and a half I had not yet received anything.

Vi sto dicendo questo poiché questo tipo di problemi fanno semplicemente parte della creazione di qualcosa di grande e che richiede tempo.

I am telling you this because these kind of problems are simply part of creating something great and that requires time.

Tuttavia ho trovato da qualche settimana un'altra ragazza che è 100 volte più brava di quelle altre persone e sono molto soddisfatto. Ho trovato anche un altro amico che è molto bravo e sto riprendendo velocità. A me piacciono le cose fatte bene e preferisco pubblicare questo materiale con un po' di ritardo, ma in modo che sia davvero il meglio che posso creare.

However I found a few weeks ago another girl who is 100 times better than those other people and I am very satisfied. I also found another friend who is very good and I'm taking speed. I like things done well and I prefer to publish this material with a bit of delay, but in a way that it will be really the best I can create.

Spero di finire tutto entro Agosto/Settembre. Dovrò ancora registrare tutti i file, preparare altri bonus e lanciare il prodotto, ma con costanza e calma posso farcela! I hope to finish everything by August/September. I still have to register all files, prepare other bonuses and launch the product, but with perseverance and calmness I can do it!

15/6/2015

Finalmente sono pronte le traduzioni in spagnolo ed inglese e ho quasi portato a termine il proof-reading di tutto il materiale. Presto sarò finalmente pronto a cominciare le registrazioni di questo pacco! Non vedo l'ora.

Finally the translations in Spanish and English are ready and I almost finished the final proof-reading of the material. Soon I'll finally be ready to start recording this Pack! I can't wait.

Fortunatamente qualche amico mi ha dato una mano con il proof-reading di qualche file.

Luckily some friends gave me a hand with the proofreading of some files.

Ancora qualche mese e sarà tutto pronto. Il lavoro è stato enorme e c'è ancora moltissimo da fare, ma ogni giorno mi ricordo che questa risorsa potrà aiutare migliaia di persone a portare il proprio italiano al livello successivo.

Some months more and everything will be ready. The task has been huge and there's a lot more to do, but everyday I remember that this resource will help thousands of people taking their Italian to the next level.