

Hal Elrod

— THE —  
**MIRACLE  
MORNING**

TRASFORMA LA TUA VITA  
UN MATTINO ALLA VOLTA  
**PRIMA DELLE 8:00**

ESTRATTO  
GRATUITO

**BEST SELLER**  
— MONDIALE —



## DICONO DEL LIBRO

«Ogni tanto capita di leggere un libro che cambia il modo in cui si guarda alla vita, ma è molto raro trovarne uno che modifica il modo in cui si vive la vita. *The Miracle Morning* fa entrambe le cose, e molto più rapidamente di quanto pensereste sia possibile.»

– TIM SANDERS,  
ex responsabile delle soluzioni aziendali di Yahoo! e  
autore di *The Likeability Factor*, citato come bestseller dal «NY Times»

«Sono sempre stato un animale notturno, quindi quella di costruirmi una routine mattutina non l'ho mai considerata un'opzione fattibile. Non faceva per me. Le cose andavano già bene con i ritmi che seguivo: perché riparare qualcosa che non è rotto? Ma le persone continuavano a raccontarmi di quanto alzarsi presto facesse bene all'umore, alla carriera e alla vita in generale. Così ho voluto concedere una possibilità a *The Miracle Morning*. Sto seguendo il metodo da tre settimane e ho già notato un cambiamento radicale nella mia capacità di concentrazione, nel mio atteggiamento e nella quantità di cose che riesco a portare a termine.»

– PAT FLYNN,  
autore di *Let's Go* e  
conduttore della trasmissione di successo *Smart Passive Income*

«Non avrei mai pensato di pronunciare queste parole riguardo a un libro “da mattinieri”, ma *The Miracle Morning* MI HA CAMBIATO LA VITA. Già, avete letto bene. Per anni mi sono ripetuto che “non ero tagliato per le mattine”, ed era in gran parte vero. Effettivamente, uno dei motivi che mi ha spinto a diventare imprenditore era proprio il desiderio di dormire. Niente sveglia. Mai alzarsi con il buio. Volevo svegliarmi quando mi pareva. Quando ho iniziato a leggere questo libro, ero curioso di scoprire se sarebbe riuscito a incrinare delle abitudini consolidate e le mie salde motivazioni. Ci è riuscito. Dopo averlo terminato ho iniziato davvero ad alzarmi alle quattro del mattino per andare in palestra. Sì, avete letto bene anche stavolta: LE STRAMALEDETTE QUATTRO DEL MATTINO. Il risultato è che le mie giornate sono di gran lunga

più produttive, e il mio fisico sta cambiando a vista d'occhio. Non avrei mai pensato di poter essere uno di quegli stramboidi che si alzano prestissimo. Ora invece lo sono diventato. Lo faccio cinque volte a settimana, e di solito non mi serve nemmeno la sveglia.»

– MJ DEMARCO,  
ex amministratore delegato di Limos.com e  
autore del bestseller *L'autostrada per la ricchezza*

«Leggere *The Miracle Morning* significa farsi il regalo di svegliarsi ogni giorno al massimo del proprio potenziale. È arrivato il momento di smettere di rimandare la vita che desiderate e che meritate. Leggete il libro e scoprite come. »

– Dottor IVAN MISNER, amministratore delegato e fondatore di BNI®

«Hal Elrod è ben più di un ispiratore. Ha preso la sua incredibile storia personale e l'ha trasformata in una serie di lezioni che potete utilizzare per compiere veri e propri miracoli.»

– JEFFREY GITOMER,  
autore di *La Bibbia delle vendite*, citato come bestseller dal «NY Times»

«*The Miracle Morning* è in grado di farvi modificare profondamente qualsiasi aspetto della vostra vita, o anche *tutti*. Se volete che la vostra vita migliori ADESSO, vi raccomando di immergervi immediatamente nella lettura.»

– RUDY RUETTIGER, celebre giocatore di football dei Notre Dame che ha ispirato il film *Rudy - Il successo di un sogno*

«In veste di relatore, autore e consulente marketing mi sono accorto che l'ostacolo più grosso che impedisce alle persone di raggiungere il successo che desiderano non è il non sapere come fare, bensì il trovare il *tempo* e la *motivazione* necessari per farlo. Hal Elrod ha letteralmente risolto questo problema. *The Miracle Morning* fornisce al lettore il tempo e la motivazione per realizzare il successo che desidera, indipendentemente dagli altri impegni. Lo raccomando davvero.»

– JAMES MALINCHAK,  
ospite del programma televisivo di successo dell'ABC *Secret Millionaire*,  
coautore di *Chicken Soup for the College Soul* e  
fondatore di [www.MillionaireSpeakerSecrets.com](http://www.MillionaireSpeakerSecrets.com)

«All'inizio ho pensato che Hal fosse impazzito. Perché diavolo qualcuno dovrebbe volersi alzare così presto *su base regolare*? Ero scettico... almeno finché non ci ho provato. Quando ho adottato le strategie suggerite da Hal ho notato un effetto immediato sulla mia vita privata e professionale. *The Miracle Morning* vi mostrerà come assumere il controllo della vostra vita, indipendentemente da quanto fatto in passato. Lo raccomando caldamente.»

– JOSH SHIPP,  
conduttore televisivo, autore ed esperto di comportamento adolescenziale

«Il primo libro di Hal, *Taking Life Head On*, ha modificato radicalmente il modo in cui affronto la vita ogni giorno. Ho atteso con impazienza l'uscita del nuovo libro. Tutto ciò che posso dire è che ne è valsa la pena! Con *The Miracle Morning*, Hal ci regala le istruzioni per raggiungere il successo, la felicità e la prosperità finora sfuggiti, e lo fa in un modo così semplice da permettere a tutti di ribaltare completamente la propria vita, indipendentemente dalle circostanze.»

– DEBRA PONEMAN,  
coautrice di *Chicken Soup for the American Idol® Soul* e  
fondatrice di Yes to Success, Inc.

«*The Miracle Morning* mi ha davvero cambiato la vita. Mi ha permesso di iniziare a sfruttare il mio pieno potenziale, evento che mi ha condotto a sua volta lungo un percorso di espansione della coscienza che continua a riservarmi opportunità sempre nuove.»

– NICK CONEDERA,  
regista di *SHARP: The World's Finest Movie*

«*The Miracle Morning* è il libro più rivoluzionario uscito dai tempi di *4 ore alla settimana*. Hal vive adottando le abitudini che insegna agli altri, e in questo libro vi mostrerà come innalzare la vostra vita e la vostra carriera al livello successivo.»

– BRAD WEIMERT,  
amministratore delegato di Easy Pay Direct

«Se vi sentite pronti a lasciarvi alle spalle la mediocrità e massimizzare il vostro potenziale leggete questo libro, punto. *The Miracle Morning*

## 8 THE MIRACLE MORNING

vi fornisce la chiave per sbloccare il vostro potere personale e attingere a quelle capacità che permettono alle persone ordinarie di diventare straordinarie.»

– GAIL LYNNE GOODWIN,  
fondatrice di InspireMeToday.com

«*The Miracle Morning* è quella SINGOLA cosa in grado di cambiare TUTTO nella vita delle persone. Lo raccomando sempre a ogni consulente del mio Game Changers, e vi garantisco che farà la differenza anche per voi.»

– PETER VOOGD,  
autore di *6 Months to 6 Figures*

---

## STORIE DI SUCCESSI E RISULTATI

---

### LEGGETENE QUALCUNA, GIUSTO PER CAPIRE COSA POTRESTE FARE VOI...

«Sono settantanove giorni che seguo le strategie di Hal e, da quando ho iniziato, non ne ho saltato nemmeno uno. In tutta onestà, è la prima volta in assoluto in cui mi sono proposta di fare qualcosa e ci sono riuscita per più di un paio di giorni (o al massimo una settimana)! Adesso non vedo l'ora di alzarmi dal letto. È incredibile: *The Miracle Morning* mi ha cambiato la vita.»

MELANIE DEPPEN,  
imprenditrice (Selinsgrove, Pennsylvania, USA)

«Oggi per me è il sessantesimo giorno! Ecco i risultati ottenuti finora:

- Ho perso 9 kg e 14 cm di girovita
- Ho smesso del tutto di fumare
- Ho MOLTA più energia ogni giorno
- Sono sempre felice 😊
- *The Miracle Morning* continua a spronarmi a diventare una versione migliore di me stessa!»

DAWN POGUE,  
rappresentante (Lakefield, Ontario, Canada)

«Qualche mese fa ho deciso di provare *The Miracle Morning*. La mia vita sta cambiando così in fretta che non riesco a starle dietro! Sono una persona incredibilmente migliore, e sembra che sia una cosa contagiosa. Il lavoro non andava benissimo, ma dopo aver iniziato a seguire i consigli di Hal mi sono meravigliato di quanto sia stato facile ribaltare la situazione semplicemente iniziando a lavorare su me stesso, un giorno dopo l'altro.»

ROB LEROY,  
agente pubblicitario senior (Sacramento, California, USA)

«Quando ho iniziato a seguire i consigli di *The Miracle Morning* nel dicembre del 2009 studiavo ancora all'università. Ho notato fin da subito profondi cambiamenti. Ho iniziato a raggiungere obiettivi a lungo desiderati con molta più facilità di quanto potessi immaginare. Ho perso peso, trovato un nuovo amore, ottenuto i migliori voti della mia carriera scolastica e addirittura creato una serie di fonti di reddito diversificate. Quanto ci ho messo? Due mesi! A distanza di anni, *The Miracle Morning* è ancora una componente fondamentale della mia vita quotidiana.»

NATANYA GREEN,  
istruttrice di yoga (Sacramento, California, USA)

«Ogni volta che applico i principi descritti in *The Miracle Morning* sto davvero alla grande. E ho addirittura perso 12 kg! Non sono mai stato più felice, in salute e produttivo di così. Ora in un giorno riesco a fare molte più cose di quante ne avessi mai immaginate. Ah, e ve l'ho detto che ho già perso 12 kg?»

WILLIAM HOUGEN,  
responsabile di zona (Gresham, Oregon, USA)

«Sono ormai dieci mesi che applico il metodo descritto in *The Miracle Morning*. Da allora il mio reddito è più che raddoppiato, sono in forma come non lo sono mai stato e riesco a vivere al massimo ogni momento che passo con famiglia e amici. Sto accumulando i ricordi migliori della mia vita. Inutile dirlo, sono un GRANDE fan del lavoro di Hal!»

MIKE McDERMOTT,  
direttore commerciale regionale (Davis, California, USA)

«La prima volta che ho sentito parlare di *The Miracle Morning* mi sono detto, "È talmente folle che potrebbe davvero funzionare!" Sto studiando al college, seguo 19 materie e lavoro a tempo pieno, quindi non ho assolutamente tempo per concentrarmi sui miei obiettivi. Prima di leggere *The Miracle Morning* mi svegliavo tra le sette e le nove perché dovevo prepararmi per andare a lezione, ma ora mi alzo praticamente tutti i giorni alle cinque. Sto imparando davvero tanto grazie alla crescita personale quotidiana, AMO questo metodo!»

MICHAEL REEVES,  
studente (Walnut Creek, California, USA)

«Non saprei che altro dire se non che le mie giornate sono cento volte migliori da quando ho letto *The Miracle Morning*.»

JOSH THIELBAR,  
consulente per lo sviluppo aziendale (Boise, Idaho, USA)

«Sono all'ottantatreesimo giorno consecutivo del *Miracle Morning* e mi sarebbe davvero piaciuto averne sentito parlare prima. Non riesco a credere a quanta lucidità riesco a mantenere nell'arco di tutta la giornata. Sono in grado di concentrarmi sul lavoro e sulle altre cose con molta più energia ed entusiasmo. Grazie a *The Miracle Morning* sto sperimentando un modo di vivere molto più ricco e soddisfacente, sia nella sfera professionale che in quella privata.»

RAY CIAFARDINI,  
responsabile di zona (Baltimora, Maryland, USA)

«Dopo aver messo in pratica *The Miracle Morning* per sole tre settimane avevo già recuperato tutta l'energia spesa nei tre anni precedenti! Questo libro mi ha cambiato la vita in tanti modi, e sono certa che sarà lo stesso per voi.»

SARAH GEYER,  
studentessa (Minneapolis, Minnesota, USA)

«*The Miracle Morning* mi ha permesso di inaugurare un capitolo tutto nuovo della mia vita. Può fare lo stesso anche per voi. Grazie, Hal!»

ANDREW BARKSDALE,  
imprenditore (Vienna, Virginia, USA)

«*The Miracle Morning* fa sembrare ogni giorno Natale, letteralmente. Ora mi alzo presto anche nel fine settimana.»

JOSEPH DIOSANA,  
agente immobiliare (Houston, Texas, USA)



---

## NOTA PER IL LETTORE

---

Indipendentemente da dove vi trovate proprio in questo momento nella vostra vita (sia che abbiate raggiunto il massimo nella vostra specialità riscuotendo enormi successi o che vi ritroviate sballottati dalle avversità e non riusciate a trovare la vostra strada) sono sicuro che io e voi abbiamo almeno una cosa in comune (forse anche più di *una*, ma c'è n'è una della quale sono davvero sicuro): vogliamo migliorare noi stessi e la nostra vita. Ciò non significa necessariamente che ci sia qualcosa di *sbagliato* in noi o nella vita che conduciamo, ma in quanto esseri umani nasciamo tutti con il desiderio innato di crescere e migliorarci costantemente. È dentro di noi. E nonostante ciò, la maggior parte di noi si sveglia ogni mattina e la vita resta più o meno la stessa.

In qualità di autore, relatore e motivatore nel campo della vita e degli affari, il mio compito consiste nell'aiutare le persone a raggiungere il più in fretta possibile un grado superiore di successo e soddisfazione nelle varie aree della vita. In veste di studioso interessato al potenziale umano e allo sviluppo personale, mi sento di affermare in tutta certezza che *The Miracle Morning* è il metodo più pratico, orientato al risultato ed efficace che abbia mai incontrato per migliorare un qualunque aspetto (o anche **tutti**) della vita, e permette di riuscirci in talmente poco tempo da sembrare quasi incredibile.

Per i vincenti e i fuoriclasse, *The Miracle Morning* può rappresentare una svolta fondamentale al fine di raggiungere quell'*elusivo livello successivo* ed estendere il successo personale e professionale ben oltre gli obiettivi conquistati in passato. Anche se ciò può includere un aumento dei guadagni o una crescita del volume d'affari, spesso riguarda la scoperta di nuovi modi per sperimen-

tare una maggior soddisfazione e raggiungere un equilibrio in quelle aree della vita che potrebbero essere state trascurate. Da ciò derivano miglioramenti significativi in campi quali **salute, felicità, relazioni, finanze, spiritualità** o qualsiasi altro aspetto della vita si trovi in cima alla vostra lista delle priorità.

Per chi si trova nel bel mezzo delle avversità o sta trascorrendo un periodo particolarmente difficile a livello mentale, motivo, fisico, finanziario, relazionale o altro, *The Miracle Morning* si è dimostrato più e più volte quell'*unica* cosa in grado di fornire gli strumenti necessari per superare sfide apparentemente insormontabili, compiere grandi passi avanti e ribaltare le circostanze, spesso in un breve lasso di tempo.

Sia che vogliate migliorare in maniera significativa soltanto alcune aree chiave o che siate pronti per iniziare una ristrutturazione massiva che trasformerà per sempre la vostra vita nella sua interezza (in modo che le circostanze attuali diventino presto soltanto un ricordo lontano), sappiate che avete scelto il libro giusto. State per iniziare un viaggio miracoloso basato su un processo semplice ma rivoluzionario che, ve lo garantisco, cambierà qualsiasi aspetto della vostra vita desideriate... il tutto prima delle 8:00 del mattino.

Certo, ne sono consapevole: sto facendo delle promesse difficili da mantenere. Ma *The Miracle Morning* ha già fatto registrare risultati misurabili coinvolgendo (letteralmente) decine di migliaia di persone in tutto il mondo (me incluso), e può veramente rappresentare quello strumento che vi permetterà di arrivare dove vorreste essere. Considero un grande onore il fatto di poterlo condividere con voi ora, e ho fatto quanto fosse in mio potere per assicurarmi che questo libro risultasse il miglior investimento possibile per il vostro tempo, la vostra energia e la vostra attenzione. Grazie per permettermi di fare parte della vostra vita; il nostro viaggio miracoloso sta per iniziare.

Con affetto e gratitudine,

HAL

Tratto da:  
The Miracle Morning  
Hal Elrod

