

# Storie di Unicità



Edizioni  
Digital Bench

La serie monografica per dare voce agli allievi  
della **Digital Bench Academy**

SPECIALE N° 2

## LA SUA UNICITÀ

Visione e innovazione per  
sbloccare il potenziale  
umano attraverso tecniche  
uniche

**ANDREA FREDI**

**Formatore e ricercatore**

---

# Sommario

04



## VALORE UNICO

L'X-Factor che contraddistingue Andrea Fredi, quel talento che, in azione, permette di realizzare imprese straordinarie.

06



## IL LATO UMANO

La storia personale, incredibile e unica che ha portato Andrea ad essere chi è oggi; sfide e vulnerabilità, momenti di svolta e di crisi si intrecciano nella Vita.

10



## BUSINESS STORY

Scopriamo insieme la storia professionale dell'imprenditore, i momenti salienti del suo business, la sua unicità messa a disposizione del mondo.

---

13



### **PENSIERO +**

Spazio a pensieri e modelli cognitivi che migliorano il mondo: diamo voce al pensiero positivo di professionisti illuminati.

15



### **VISIONI**

La mente illuminata guarda verso il futuro ed ha delle visioni. Noi abbiamo chiesto di raccontarcele.

17



### **DIGITAL BENCH**

La panchina digitale, che contrasta i negative bias, si presenta attraverso i progetti che realizza.

---

# Editoriale

**Storie di Unicità** nasce dalla determinata intenzione della fondatrice di Digital Bench®, Caterina Schiappa, di divulgare il valore unico di Operatori Olistici e Guide al Cambiamento che, con le loro scelte ed azioni, vogliono lasciare un segno positivo nel mondo. Consapevoli del loro ruolo e delle responsabilità che questo comporta, ma anche delle occasioni che offre, queste persone escono dai canoni consueti e dagli schemi abituali per dare vita a nuove opportunità, nuovi modi di fare business rispettosi dell'essere umano, del pianeta, della nostra essenza.

**Storie di Unicità** partecipa al raggiungimento di questo obiettivo raccontando la vita di persone col segno "+" che, grazie al loro valore unico, generano impatto positivo nel mondo.

In una società mediatica che esercita potere attraverso la comunicazione, sfruttando l'innata attenzione dell'essere umano verso i segnali di potenziale pericolo, noi vogliamo utilizzare lo strumento opposto per fare colpo sui lettori: le belle storie che narrano di successi (parola dai mille significati) e di segni positivi indelebili lasciati nelle vite degli altri.

La lettura di questi fatti ha una conseguenza diretta sul nostro cervello: attiva il sistema parasimpatico, innesca la sua reazione di calma e connessione, migliora il mondo che ci circonda.

Auguriamo al lettore di immergersi completamente nella lettura, rallentando il respiro, rilassando i muscoli, lasciandosi trasportare dalle parole in una dimensione di connessione e apertura. Qui la creatività, l'immaginazione e l'intuizione trovano lo spazio per esprimersi.

**CATERINA SCHIAPPA**  
Founder Digital Bench®





# VALORE UNICO

**Visione e innovazione per sbloccare il  
potenziale umano attraverso  
tecniche uniche e trasformative**





Il valore unico è in ogni essere umano. È il talento, l'x-factor che caratterizza ognuno di noi, che ci rende speciali, unici. Esiste e non possiamo negarlo; a volte è nascosto, altre dimenticato, in altri casi è stato ignorato a lungo o semplicemente non coltivato, ma c'è. Digital Bench® ha scelto di andare alla ricerca del valore unico di imprenditori e professionisti, di mettere in risalto questa unicità e divulgarla. Per questo, in ogni monografia presentiamo in modo chiaro, con un articolo dedicato, il valore unico del o della protagonista.

Celebriamo in questa monografia il valore unico di Andrea Fredi.

Andrea non si definisce semplicemente un libero professionista, ma piuttosto un imprenditore nel settore della formazione e dello sviluppo personale. Ha fondato un'azienda strutturata, un'SRL, con l'obiettivo di trasmettere le sue conoscenze e competenze a quante più persone possibile. Il suo lavoro si concentra principalmente sullo sviluppo dei potenziali individuali e sulla consapevolezza di sé, un ambito che lo appassiona profondamente.

Ciò che lo distingue nel panorama della formazione e dello sviluppo personale è la creazione di metodi esclusivi e innovativi, frutto della sua esperienza e ricerca. Uno di questi è TAI® - Tecniche di Alchimia interiore, un metodo di sua ideazione che ha brevettato e registrato, rendendolo unico

nel suo genere. Un altro aspetto che contraddistingue Andrea è il suo contributo alla diffusione della EFT (Emotional Freedom Techniques) in Italia. A partire dal 2003, ha introdotto e sviluppato una versione evoluta e arricchita di questa tecnica, incorporando strategie e conoscenze che, ancora oggi, non sono ampiamente conosciute o utilizzate negli Stati Uniti, in Francia o nel Regno Unito.

Oltre a questi strumenti, Andrea ha co-creato, in collaborazione con il dottor Di Spazio, una metodica innovativa chiamata AGER – Age Gate Energy Release. Questo sistema, nato da un'intuizione e successivamente affinato, si basa sull'idea di rilascio di energia attraverso i cancelli del tempo. Integrando le scoperte del dottor Di Spazio con l'utilizzo di TAI come strumento di elaborazione, questa tecnica permette di individuare, direttamente sulla pelle, i punti di accesso a memorie non risolte. In altre parole, consente di sciogliere quei "grumi di coscienza" che rappresentano movimenti interrotti, responsabili di blocchi personali e sistemici che possono coinvolgere anche l'intero nucleo familiare.

Queste metodologie esclusive, unite a un approccio altamente personalizzato, rendono Andrea un punto di riferimento nel suo settore. La sua missione è chiara: aiutare le persone a riscoprire il proprio potenziale, superando limiti e ostacoli attraverso strumenti concreti ed efficaci.

---

# IL LATO UMANO

## ESSERE PROFESSIONISTI NON BASTA!! SCOPRIAMO IL FATTORE UMANO DI ANDREA FREDI

L'infanzia di Andrea si svolge a Manerbio, un piccolo centro della bassa bresciana in cui è nato nel 1974 e dove ha vissuto con la sua famiglia di estrazione piccolo-borghese. Il padre, artigiano, gestiva una ditta di ceramiche artistiche, mentre la madre era impiegata alle Poste. Nel 1981 è nata la sorella, Arianna, con cui Andrea è cresciuto serenamente, tra le consuete dinamiche tra fratelli, ma sempre legati da un profondo affetto.

Il padre aveva una grande passione per il lavoro e, allo stesso tempo, amava godersi la vita, mentre la madre si dedicava principalmente ai figli e alla loro educazione. Le divergenze caratteriali tra i genitori, tuttavia, si sono fatte via via più marcate, portandoli alla separazione quando Andrea aveva circa dieci anni, tra il 1984 e il 1985.

All'epoca, la fine di un matrimonio non era così comune come oggi e l'evento ebbe un forte impatto su di lui. Fino alle scuole elementari, infatti, otteneva risultati eccellenti – era tra i migliori della classe –, ma il passaggio alle medie, coinciso con la separazione, segnò un brusco calo del suo rendimento scolastico. Pur non essendo tra i peggiori, non riuscì più a esprimere le stesse capacità di prima, quasi come se una parte di lui fosse rimasta bloccata in quell'esperienza dolorosa.

Un altro momento importante della sua storia fu il riavvicinamento dei genitori, avvenuto quando Andrea, dopo vari trasferimenti (anche all'estero, in Grecia e a Londra), si era stabilito in un appartamento a Brescia. In occasione di un trasloco, i genitori unirono le forze per aiutarlo.

Dopo un percorso di studi superiore focalizzato sull'ambito commerciale e linguistico, Andrea ha conseguito il diploma di perito aziendale corrispondente in lingue estere, pur con qualche difficoltà lungo il cammino. L'esame di maturità si è rivelato un momento di svolta, grazie a una tesina in cui è riuscito a fondere la letteratura beat americana – a partire da Sulla strada di Jack Kerouac – con i poeti maledetti francesi dell'Ottocento (come Baudelaire), la musica rock e i movimenti culturali alternativi. Questa prospettiva originale è stata accolta con grande entusiasmo sia dalla commissione sia dai compagni di scuola presenti, consentendogli di ottenere un voto finale superiore alle aspettative.

In seguito, Andrea si è iscritto a Lingue presso l'Università di Parma, ma la scelta non si è rivelata adatta alle sue inclinazioni: dopo un anno vissuto più come un "Paese dei Balocchi", ha dato solo due esami, decidendo infine di interrompere gli studi per imparare le lingue direttamente sul campo.

All'età di 22 anni, Andrea ha intrapreso una decisione importante, ispirato dalla storia di Alessandro Magno e dal celebre episodio in cui il condottiero decise di bruciare le proprie navi, costringendo l'esercito a scegliere tra la vittoria o la morte. Questa immagine lo ha spronato a "bruciare le navi" nella propria vita, tagliando ogni possibilità di ritorno. Già affascinato dalla Grecia – da lui considerata la terra degli dèi – aveva promesso a se stesso, dopo un primo viaggio l'anno precedente, che avrebbe trascorso l'estate successiva nelle isole elleniche. Per rendere ancora più concreto l'impegno, ha iniziato a dichiararlo apertamente a tutti, in modo da non lasciarsi alcuna

---

via di fuga.

Così, il 1° giugno di quell'anno, Andrea ha preso un biglietto di sola andata per la Grecia, approdando a Mykonos, nelle Cicladi, proprio in un giorno di pioggia. Nonostante il meteo avverso, ha pian piano conosciuto persone e si è inserito nell'ambiente locale.

Un ulteriore elemento che ha influito positivamente sulla sua esperienza è stato il primo approccio al Reiki, disciplina scoperta grazie a un regalo molto particolare ricevuto al compimento dei 18 anni. Invece di donargli una chitarra – strumento che desiderava per coltivare la propria passione per il canto e la musica rock – la madre gli aveva regalato un corso di Reiki, suscitando in lui una sincera curiosità per quel mondo di pratiche energetiche.

Animato da un entusiasmo innato – una sorta di “fuoco e aria” interiori – Andrea iniziò a praticare con sempre maggiore passione la disciplina del Reiki. Quando, nel 1997, giunse in Grecia alla ricerca di un lavoro stagionale, si trovò però di fronte a un mercato già saturo, specialmente a Mykonos, la sua prima tappa. Invece di arrendersi, scelse un percorso alternativo: si presentò come operatore Reiki a una comunità in cui risiedevano molti italiani e iniziò a offrire trattamenti a chi accusava dolori di varia natura, dal mal di schiena al mal di testa.

I miglioramenti riscontrati dalle persone che si sottoponevano alle sue sedute fecero sì che l'opinione pubblica locale lo battezzasse ben presto “lo stregone di Mykonos”. All'epoca, infatti, il Reiki era praticamente sconosciuto in Grecia, mentre in Italia stava muovendo i primi passi. Trasferitosi in seguito sull'isola di Ios, venne soprannominato anche “Il Mago”, nomignolo che ancora oggi risuona nella memoria di chi ha vissuto quei momenti.

Quell'esperienza si rivelò determinante: Andrea non solo approfondì la pratica del Reiki, ma scoprì anche una naturale propensione ad aiutare gli altri a liberarsi da stati di dolore, stress e disagio. Fu allora che intuì di voler proseguire su quella strada, dedicando il proprio percorso a favorire il benessere e la crescita personale delle persone che incontrava sul suo cammino.

Dopo gli anni trascorsi nelle isole greche, Andrea decise di trasferirsi a Londra, con l'intento di perfezionare l'inglese. Tuttavia, l'atmosfera della capitale britannica non lo conquistò del tutto e, dopo alcuni mesi, preferì tornare sui propri passi. Quel periodo, comunque, si rivelò prezioso per l'approfondimento di temi legati allo sviluppo personale e alla crescita interiore: fu in Inghilterra, infatti, che egli cominciò a interessarsi più da vicino alle associazioni e ai centri dedicati al potenziale umano, avvicinandosi in particolare alla “Quarta Via” di Gurdjieff.

Il primo contatto con questo percorso spirituale risale a una spiaggia dell'isola di Ios, la suggestiva Kolitsani Beach, dove Andrea lesse un libro acquistato d'impulso proprio sulla Quarta Via. Un conoscente greco gli anticipò che, quando fosse stato pronto, la “scuola” lo avrebbe trovato. Poco dopo, infatti, assistendo a un concerto di Franco Battiato, Andrea incrociò il volantino di un'organizzazione che diffondeva gli insegnamenti di Gurdjieff, decidendo di sperimentare personalmente questo metodo. Benché l'esperienza si rivelasse inizialmente arricchente, col tempo sentì che alcuni aspetti non risuonavano più con la sua sensibilità, scegliendo dunque di allontanarsene.

In seguito, un viaggio negli Stati Uniti segnò un nuovo punto di svolta. Ospite di una famiglia in Georgia, Andrea scoprì un articolo di Joseph Mercola, uno dei più noti divulgatori americani in materia di benessere. Quelle pagine raccontavano la storia di Rose, una donna laureatasi a 83 anni, lanciando un messaggio di speranza: non è mai troppo tardi per realizzare i propri sogni, basta volerlo davvero.

Spinto da questa ispirazione, Andrea esplorò il sito di Mercola e notò un piccolo riquadro dal titolo “Emotional Health” (Salute Emotiva). Fu così che entrò in contatto con l'EFT (Emotional Freedom Techniques). Ricorda ancora oggi il senso di presenza assoluta vissuto in quel momento. Decise di studiare il materiale disponibile e, successivamente, di formarsi direttamente con il fondatore dell'EFT, Gary Craig.

Avendo già una base di conoscenze di medicina cinese, Andrea integrò rapidamente l'EFT nel proprio percorso personale, iniziando a sperimentarla prima su di sé, poi su amici e conoscenti che potessero testimoniare l'efficacia della tecnica.

---

Nel 2003 fece ritorno in Italia, dove quasi nessuno aveva sentito parlare di EFT. Le poche persone che la praticavano la inserivano all'interno di altri percorsi, come la PNL, ma non esisteva ancora una divulgazione autonoma e diffusa. Dopo aver superato dubbi e timori – picchiando letteralmente su ogni pensiero limitante – Andrea decise di colmare quel vuoto e di diventare un punto di riferimento per l'EFT nel panorama italiano.

In pochi mesi, grazie alle consulenze dirette con Gary Craig, creò il primo sito italiano dedicato alla tecnica, EFT-Italia.it, e scrisse il primo libro in italiano sull'argomento, Il Codice del Benessere. Pur considerandolo oggi un testo "preistorico", all'epoca (tra il 2003 e il 2004) rappresentò un passo fondamentale per la diffusione dell'EFT in Italia. Nello stesso periodo iniziarono i primi corsi, a partire da un evento organizzato vicino a Verona, seguito da appuntamenti a Bologna, Brescia e in altre città, dando così vita a una nuova comunità di appassionati e praticanti in tutto il Paese. Durante uno dei tanti eventi di divulgazio-

ne delle tecniche energetiche alternative ad EFT, a Riolo Terme, Andrea – fino ad allora principale referente di una specifica metodica ideata da un relatore olandese – vive un episodio che lo segna profondamente. Dopo una lunga corsa tra i calanchi, viene denigrato pubblicamente dal relatore, che davanti a tutti i partecipanti dichiara: "Vedete questo ragazzo? Lui può correre per due ore tra le montagne, in salita e discesa. Io non avrei mai potuto farlo, neanche da ragazzino. Però la differenza tra me e lui è che io ho inventato un metodo, mentre lui è qui a fare il traduttore.". Questo commento sprezzante spezza il lungo rapporto di collaborazione e spinge Andrea] a smettere di diffondere tecniche altrui per dedicarsi, invece, alla creazione dei propri metodi. Inizia così il passaggio simbolico da "figlio" – fedele divulgatore delle idee di altri – a "padre", cioè creatore di un nuovo percorso professionale e, qualche tempo dopo, anche padre nella vita reale.

Dopo questa esperienza difficile, nel 2017 Andrea diede vita al suo metodo TAI (Tecniche di Alchimia Interiore).





Alla fine di un periodo di cinque anni trascorsi in Svizzera, percepiva con chiarezza che quel luogo non gli apparteneva più. Una notte, la prima notte insonne non scelta della sua vita, fu il punto di svolta. In passato, infatti, le sue notti in bianco erano sempre state il frutto di uscite e feste, ma questa volta l'insonnia era involontaria e il suo corpo sembrava rifiutarsi di concedergli riposo.

Durante quelle ore di veglia, emerse un'intuizione legata ai concetti di Dantian, i centri energetici individuati nelle arti marziali cinesi: il primo Dantian, sotto l'ombelico, sede dell'energia vitale; il secondo, situato nel cuore; e il terzo, associato al terzo occhio. Avendo già avuto esperienza con Kung Fu, TAI Chi e tiro con l'arco istintivo – attività che richiedono di concentrarsi sul Dantian inferiore – Andrea si rese improvvisamente conto della presenza di tutti e tre i centri e dell'importanza di metterli in comunicazione per riequilibrare il proprio sistema.

Il tentativo di utilizzarli quella notte non gli permise di dormire, ma il messaggio era ormai arrivato forte e chiaro.

Il mattino seguente, ancora senza aver chiuso occhio, si recò in Italia, vicino Como, per un appuntamento con un amico insegnante di arti marziali. Dopo un trattamento craniosacrale, si addormentò immediatamente e, al risveglio, l'amico gli donò un libro sul Kung Fu. Sfogliandolo, trovò un'illustrazione sui tre Dantian: la conferma di aver colto un segnale essenziale.

Da quel momento, tra il 2014 e il 2016, Andrea si dedicò a sperimentare, ricercare e testare queste intuizioni su di sé e sugli altri. Fu un periodo di transizione completa: lasciò il sistema di lavoro precedente, si trasferì a Tenerife e perse molti clienti, poiché inizialmente tutti lo seguivano per il vecchio metodo. Eppure, era convinto di muoversi nella direzione giusta.

Nel 2017, codificò i risultati di quegli studi dando vita alle Tecniche di Alchimia Interiore (TAI), registrandone il marchio e iniziando a insegnarle. Fu l'inizio di una nuova era nel suo percorso personale e professionale.

---

# BUSINESS STORY

## DA RAGAZZO TIMIDO E INTROVERSO A RICERCATORE E FORMATORE

Il percorso di crescita personale, per Andrea, richiede dedizione, pazienza e un tocco di leggerezza. Da oltre vent'anni semplifica ciò che appare complesso, praticando con serietà e insegnando col sorriso. Ogni giorno aiuta chi desidera una trasformazione interiore, rendendo il cambiamento naturale e accessibile grazie a tecniche basate sull'evidenza.

La sua passione risiede nel vedere i limiti diventare opportunità e nell'osservare i risultati concreti che le persone ottengono nelle loro vite e in ciò che le circonda. Ritiene che l'evoluzione sia un beneficio per tutti: chi la intraprende ne esce vincitore, ma anche coloro che lo sostengono con il cuore aperto traggono vantaggio da questo processo.

Da ragazzo timido e introverso, si è trasformato in un ricercatore e formatore che ama raccontare il proprio percorso come dimostrazione del potere di accogliere senza timore i propri talenti. Sin dalla metà degli anni '90 si è dedicato allo studio delle culture orientali e del benessere, fino a scoprire l'EFT (Emotional Freedom Techniques), che ha approfondito direttamente con il suo creatore Gary Craig. Da questa esperienza ha ideato TAI® (Tecniche di Alchimia Interiore), una metodologia rivoluzionaria per la trasformazione interiore che trasforma le rappresentazioni interne, aggiornandole alla loro massima espressione.

I mutamenti che ha vissuto in prima persona sono stati così radicali che chi l'ha conosciuto da bambino fa fatica a riconoscerlo. Ciononostante, considera questo aspetto un'ulteriore conferma della validità del suo approccio: se un tempo era impacciato e insicuro, oggi dimostra sicurezza sul palco e in TV. Nei decenni di attività ha portato alla luce idee e metodi che lui stesso definisce "TrasformAttive": stru-



menti capaci di risvegliare le potenzialità di ognuno, restituendo alla persona la piena sovranità sul proprio regno interiore.

L'invenzione di TAI® rappresenta la concretizzazione di un sogno: trovare il modo di vivere il celebre invito "Sii il cambiamento che vuoi vedere nel mondo". La sua aspirazione, infatti, è sempre stata quella di rendere l'evoluzione alla portata di chiunque, affinché ciascuno possa agire con maggiore consapevolezza, equilibrio e fiducia. L'approccio TAI®, arricchito da tecniche validate e da una pratica costante, aiuta a rimuovere gli ostacoli interni e a favorire un cambiamento spontaneo.

Grazie a questa visione, egli continua a ispirare uomini e donne a superare i propri limiti, promuovendo una cultura del "win-win" in cui l'evoluzione individuale diventa un dono collettivo. Ciò che lo spinge è la gratificazione nel vedere chiunque si rivolga a lui migliorare la propria vita e, di riflesso, contribuire a creare un contesto sociale più aperto e armonioso. Con passione e determinazione, prosegue il suo cammino di ricerca, certo che ogni persona abbia la possibilità di evolvere e condividere con il mondo una versione più autentica di sé.



Andrea Fredi *Tecniche di* ALCHIMIA INTERIORE  MyLife

Andrea Fredi TAI - Inner Alchemy Techniques

Andrea Fredi TAI - Les Techniques d'Alchimie Intérieure

Andrea Fredi **MANUALE DI EFT** 

**“Sii il  
cambiamento  
che vuoi  
vedere nel  
mondo”**



## PENSIERO POSITIVO +

*“È cruciale acquisire e difendere la propria  
sovranità interiore”*

---

Andrea, interrogato su quale sia il suo contributo al mondo e su cosa quest'ultimo perderebbe in sua assenza, ritiene che, anche qualora non fosse più presente, rimarrebbe comunque il metodo da lui codificato. Un sistema che ha dimostrato la propria validità, ancora adottato da pochi pionieri ma già trasmissibile e in continuo sviluppo. Fredi sottolinea come, tra i professionisti che ha formato o sta formando, alcuni abbiano già individuato nuove applicazioni e varianti, arricchendo ulteriormente l'impianto originario. Questa tendenza all'innovazione è un aspetto che gli sta particolarmente a cuore: osservare i propri allievi prendere le basi ricevute per poi esplorare nuove vie rappresenta per lui un traguardo importante, in linea con il suo obiettivo di aiutare le persone a raggiungere libertà e sovranità interiori.

In questo periodo, Andrea si concentra soprattutto sul TAI, un sistema che trova più veloce e semplice dell'EFT (Emotional Freedom Techniques). Mentre quest'ultima richiede una certa creatività di linguaggio — paragonabile a un'improvvisazione teatrale — TAI si fonda su una struttura ben definita, con frasi di intenzione precise, risultando quindi di più immediata applicazione. Un altro metodo da lui sviluppato, AGER, risulta invece più "di nicchia", poiché agisce sui punti di accesso alle memorie temporali, biografiche e genealogiche, ed è particolarmente indicato per coloro che si interessano a discipline come le costellazioni familiari o la psicogenealogia.

Andrea è consapevole che il mondo andrebbe comunque avanti senza di lui, ma è convinto che perderebbe "un ricercatore e un ideatore". Ciò che lo motiva è l'idea di contribuire ad alleggerire il peso interiore che molte persone portano con sé, mostrando quanto sia cruciale acquisire e difendere la propria sovranità interiore in un'epoca dominata da forze che mirano a guidare e controllare ogni aspetto della vita.

Secondo la sua visione, la società moderna tende a distrarre gli individui con infinite sollecitazioni, spingendoli a muoversi come legno trasportato dalla corrente di un fiume.

Quando gli viene chiesto quale pensiero positivo lo sostenga nel portare avanti con determinazione la sua missione, Andrea risponde con un'espressione romanesca piuttosto colorita: "Sti\*\*\*\*\*". È un termine che, secondo lui, riassume la forza interiore necessaria per non lasciarsi trascinare dal declino dell'Occidente, fenomeno che egli definisce "terminale" e che, a suo avviso, si manifesta in molteplici ambiti — politico, economico, culturale, sociale.

Per corroborare questa visione, Andrea cita l'opera di Oswald Spengler, *Il tramonto dell'Occidente*, scritta oltre un secolo fa, nella quale l'autore già identificava i segni di un declino inarrestabile. Ricorda anche il detto latino "Motus in fine velocior" ("Il movimento accelera verso la fine"), per sottolineare come le forze attuali, potenziate dai media, stiano conducendo la nostra società verso cambiamenti radicali.

È in questo scenario che Andrea propone di restare saldi nella propria "sovranità interiore": o ci si lascia risucchiare dalla deriva, o si sceglie di mantenere lucidità e centratura. A suo avviso, la storia delle civiltà è ciclica: come l'Impero Romano, anche l'Occidente ha avuto il suo apice ed è ora in fase finale; ma, così come ogni civiltà morente lascia spazio a una nuova, anche questa crisi può generare un rinnovamento.

Il suo contributo, dunque, è offrire strumenti di autocoscienza e liberazione interiore, affinché le persone possano affrontare il declino senza farsi travolgere. Solo in questo modo — spiega Andrea — i semi di una civiltà rinnovata potranno germogliare, favorendo la nascita di un nuovo ordine e nuove forme di convivenza.



# VISIONI

IDEE PROSPETTIVE CON LO SGUARDO  
RIVOLTO VERSO IL FUTURO

---

Andrea individua, tra le principali difficoltà, la discrepanza fra l'efficacia dei suoi metodi e la loro reale diffusione, sia in ambito professionale sia presso il grande pubblico. È un aspetto su cui sta concentrando gran parte del proprio impegno. Osserva infatti come la comunicazione si sia profondamente trasformata nel corso degli anni: se in passato era solito diffondere EFT-i tramite conferenze e volantini, oggi tutto passa attraverso i social network, strumenti che Fredi ammette di utilizzare di rado, pubblicando soltanto di tanto in tanto.

Nonostante ciò, egli ritiene che il mondo abbia a disposizione soluzioni efficaci e immediate — paragonabili a un laser — spesso preferite dal suo punto di vista ai metodi complessi e poco concreti che talvolta catturano l'attenzione di chi cerca risposte e sostegno. È proprio questa la sfida che Fredi si propone di vincere: riuscire a comunicare in modo incisivo e far sì che i suoi sistemi di sviluppo interiore raggiungano un pubblico più vasto.

Tra i traguardi che si è prefisso, vi è il desiderio di coinvolgere almeno l'1% della popolazione mondiale entro il 2030. Definisce ironicamente questo obiettivo come la sua "Agenda 2030", del tutto diversa, sottolinea, da quella promossa da alcuni poteri globali: se questi ultimi mirerebbero a un maggiore controllo, la "versione" di Fredi punta invece a incentivare libertà e consapevolezza individuali.

Per raggiungere tale scopo, si affida soprattutto al metodo TAI, poiché agevola una trasformazione interiore che rende l'individuo meno manipolabile e più centrato, anche di fronte a notizie o influenze esterne potenzialmente destabilizzanti. Fredi immagina dunque un futuro in cui, entro i prossimi dieci anni, TAI possa raggiungere una diffusione significativa, sia fra i professionisti del benessere sia fra le persone comuni, affinché sempre più individui possano utilizzare questo strumento per gestire le proprie sfide e migliorare la qualità della vita.

Parallelamente, Andrea non intende abbandonare l'attività di ricerca, poiché la considera un percorso senza fine, né quella di formazione, che ritiene cruciale per far crescere ulteriormente il metodo. Si vede infatti impegnato in conferenze e convegni, con l'obiettivo di ampliare il raggio d'azione del TAI e di integrarlo con altri modelli, come quello delle Cinque Leggi Biologiche (5LB). Egli interpreta TAI come un mezzo per uscire dal conflitto attraverso la modifica della percezione, poiché — riprendendo i concetti delle 5LB — è la percezione a innescare precisi meccanismi biologici. Riuscendo a intervenire su questa percezione, si possono modulare le risposte dell'organismo e ridurre i disagi che ne derivano.

In tal senso, Andrea trova affascinante il concetto di "porte della percezione", espresso da Aldous Huxley e mutuato dal poeta William Blake, secondo cui la possibilità di modificare le proprie reazioni in maniera più consapevole si basa proprio sulla capacità di agire su queste "porte". È convinto, inoltre, che TAI potrà trovare sempre maggiore spazio in ambito professionale, laddove operatori preparati potranno utilizzarlo per aiutare le persone a gestire in modo più equilibrato i propri processi interiori.





## DigitalBench Academy

Digital Bench è il brand evocativo dell'unica Accademia dell'Unicità in Italia in cui si formano Operatori Olistici, Coach e Guide al Cambiamento per concretizzare la propria attività olistica e valorizzare la propria unicità, eliminando sfiducia, resistenze e confusione dentro di sé.

Nasce nel 2019 da un'idea di Caterina Schiappa, voce autorevole nel settore del marketing gentile, ricercatrice di "storie di unicità" ed esploratrice della vita. È una donna profondamente spirituale, olistica e creativa. Questo le permette di essere in sintonia con il battito dell'Universo e scovare in modo naturale il tetto di cristallo dell'unicità di altri esseri umani.

La sua missione, e quella di Digital Bench, è aiutare più persone possibili a riscoprire e valorizzare la propria unicità per generare un impatto positivo nel mondo e contrastare il fenomeno del "negative bias".

Vogliamo massimizzare il rendimento di tutti i gli Operatori Olistici e Guide al Cambiamento nella consapevolezza di una responsabilità umana globale.

Parlano di noi l'Ansa, Il Messaggero, Rai, Sky TG 24, Leggo, Rtl 102,5, Askanews, Millionaire, Vanity Fair ed altri giornali e media locali e nazionali.