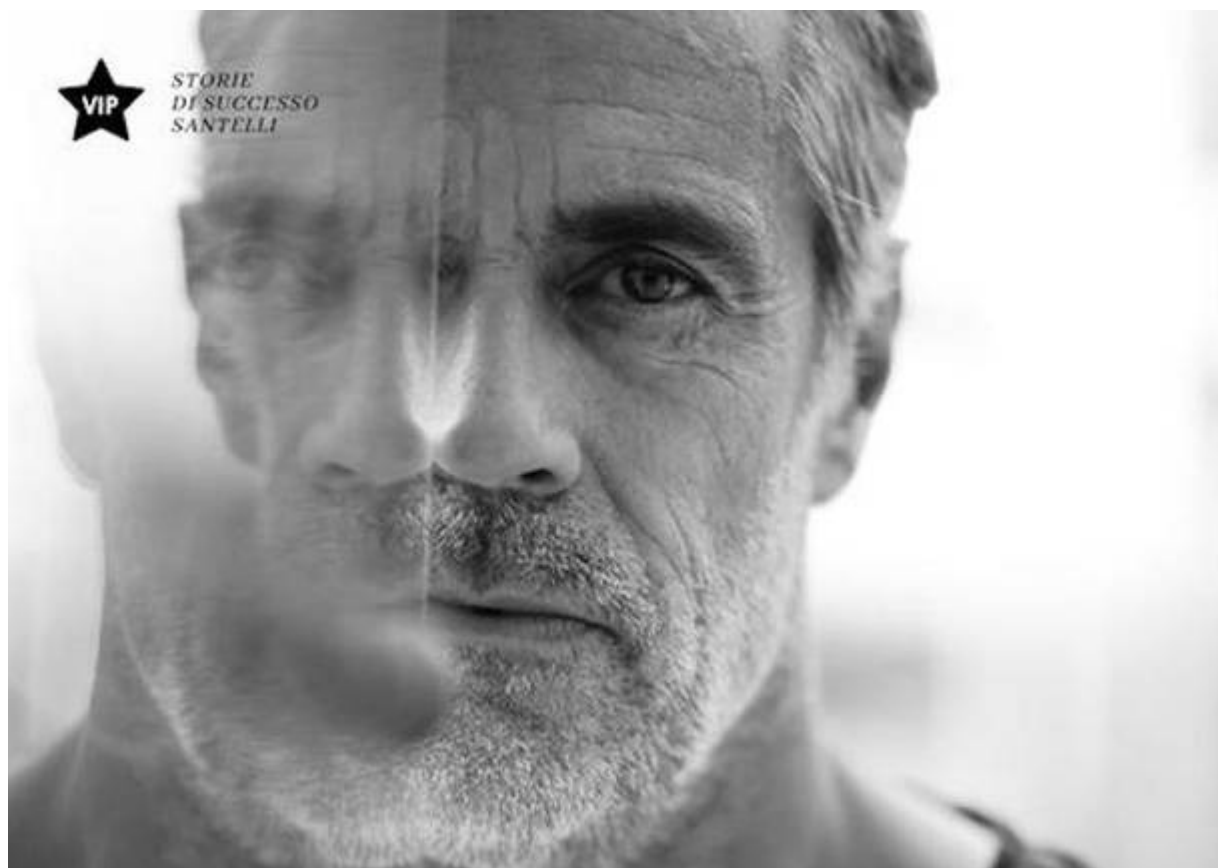


“The Change”, la nuova vita di Edoardo Costa in un libro e una piattaforma

Pubblicato: Mercoledì 1 Febbraio 2023



“Tutto quello che succede è causale e non casuale”. Una frase detta nel mezzo di un’intervista, ma che ben rappresenta la nuova vita di **Edoardo Costa**. Il famoso attore, varesino di nascita e cresciuto a Gavirate – più precisamente Oltrona al Lago – sarà al Centro Commerciale le Corti di Varese domenica 26 febbraio per presentare il libro nel quale ha scritto il percorso di cambiamento che lo ha portato dai fatti di cronaca del 2008 a diventare un Life Coach, senza però mai fermare l’attività di attore. Il libro, che si può trovare già in commercio, si chiama **“The Change. Storia della mia trasformazione”** (2002, Santelli Editore), così come **“The-Change”** è la piattaforma che ha lanciato su benessere psicofisico, crescita personale, coaching, spiritualità e meditazione.

Da dove nasce il libro e quando lo ha scritto?

Ho iniziato più di 7 anni fa e quando ho finito avevo scritto quasi 6mila pagine. Il libro quindi è un concentrato di quello che è successo nella mia vita e che mi ha permesso di arrivare a questa trasformazione. Ho imparato a superare gli ostacoli per trovare la chiave di svolta e in questi anni la qualità della mia vita è migliorata: non è più basata su possedimenti e piaceri illusori, ma facendo un viaggio in profondità ho capito chi ero veramente. In questo viaggio mi ha aiutato lavorare accanto a grandi maestri. Ho già almeno altri 6/7 altri libri pronti da pubblicare, che saranno il seguito di “The Change”.

Entrando nel particolare, cosa racconta nel libro?

Lo presento dicendo che non è un'autobiografia ma un romanzo esistenziale. La versione della mia vita, senza i gossip, ma tutta la verità di quello che è successo. Quali sono le persone che ho conosciuto e quelle con le quali lavoro ancora oggi. Oltre alla mia storia, offro e servo alle persone l'opportunità di riconoscersi nelle mie parole e ritrovarsi a loro volta. Spero che i lettori si riescano a trasformare la loro vita al meglio. Questo è il senso delle mie intenzioni.

Che percorso c'è dietro a questa pubblicazione?

Tutto è iniziato nel 2008, dopo il famoso attacco mediatico che mi è piombato addosso come uno tsunami. Lì ho dovuto prendere una decisione, dopo un mese di rabbia e incredulità. Mi sono detto: "Da qui, o ne esco a pezzi o rinasco". Tutto quello che succede non è casuale ma causale. Ho visto una grande opportunità per non proseguire uno stile di vita distruttivo e ho avuto la fortuna di avvicinarmi ai grandi maestri, che mi hanno insegnato i veri valori e soprattutto come gestire le persone. Da lì ho continuato a lavorare su di me in maniera quotidiana, dalle meditazioni allo studio, alla lettura e l'approfondimento.



Qual è la sua vita ora?

Proseguo la mia carriera di attore negli Stati Uniti: ultimamente ho lavorato con Steven Seagal in *General Commander* e con Elizabeth Hurley in *Christmas in the Caribbean*. Riguardo alla meditazione, sono diventato coach certificato e ho svolto questa attività per anni, ma oggi cerco di farlo più a livello globale perché non ho più il tempo di farlo singolarmente. Anche da qui nasce la piattaforma, grazie alla quale continuerò a offrire il mio coaching. Per ora è per l'Italia, ma l'intenzione è portarla anche nel mondo. Lavoro tanto su me stesso e spero di poter condividere il mio percorso anche con altri.

L'idea della piattaforma invece come è nata e come proseguirà?

È un lavoro che porto avanti da tre anni. Con la pandemia ho iniziato a fare delle dirette con i social e mi hanno seguito in migliaia. Un appuntamento che porto ancora avanti sono le meditazioni la domenica. Ho preparato corsi, podcast e tanto altro con persone straordinarie e ogni giorno ci saranno 10 minuti di meditazione. L'obiettivo è portare un po' di saggezza, di quello che ho letto, nell'intrattenimento. Ci saranno anche contenuti gratuiti, disponibili sui social e su YouTube. Vorrei che

diventasse uno strumento per dare sempre più contenuti di valore. Non voglio dare alle persone una nuova strada, ma offro loro la possibilità di scegliere quello che dà maggiore soddisfazione e che fa stare meglio, perché ognuno ha il suo percorso.

Il rapporto con Varese e Gavirate è cambiato negli anni?

Mi sono sempre diviso, nel corso di questo percorso, stando un po' negli Stati Uniti e tornando ogni tanto a casa. Mi sento un po' cittadino del mondo, ma ogni volta non vedo l'ora di rincasare. La pandemia mi ha permesso di godermi i miei genitori, è stata una sfida vinta e superata, che mi ha reso molto felice. Non a caso il libro è dedicato ai miei genitori. La mia famiglia abita qui e per me ha un valore enorme, per questo tengo in maniera particolare tornare a Varese per presentare il mio libro. Ogni volta penso quanto è bella Varese, così come tutto il nostro territorio.

[Francesco Mazzoleni](#)

francesco.mazzoleni@varesenews.it