

Francesco Carraro



**GESTIRE
IL PROPRIO
TEMPO**

**IMPARARE A PIANIFICARE
LA PROPRIA AGENDA
E VIVERE MEGLIO**

FrancoAngeli/Trend

Informazioni per il lettore

Questo file PDF è una versione gratuita di sole 20 pagine ed è leggibile con



La versione completa dell'e-book (a pagamento) è leggibile con Adobe Digital Editions. Per tutte le informazioni sulle condizioni dei nostri e-book (con quali dispositivi leggerli e quali funzioni sono consentite) consulta [cliccando qui](#) le nostre F.A.Q.



Trend

Le guide in un mondo che cambia

In testi agili, di noti esperti, le conoscenze indispensabili nella società di domani.

Francesco Carraro

GESTIRE IL PROPRIO TEMPO

**IMPARARE A PIANIFICARE
LA PROPRIA AGENDA
E VIVERE MEGLIO**

FrancoAngeli/Trend

Grafica della copertina: Elena Pellegrini

Copyright © 2011 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito www.francoangeli.it.

*Ad Anna e Marco,
il mio tempo migliore*

*Per ogni cosa c'è il suo momento,
il suo tempo per ogni faccenda sotto il cielo.*
Qoelet

Avremo tempo a sufficienza se solo lo useremo nel modo giusto.
Johann Wolfgang Goethe

Indice

Prefazione, di *Luigi Boaretto* pag. 13

Introduzione » 15

Parte prima Concepire il tempo

1. Come sarà un certo compleanno » 21

2. Fa' il copione: copia i migliori » 27

1. Scrivere il copione della propria vita » 27

2. Di sana e robusta costituzione! » 29

3. Arriva lontano chi guarda lontano » 33

1. Virtù, fortuna e quel che sta nel mezzo » 33

2. Obiettivo: scrutare il futuro » 37

4. Ottanta a venti è il miglior risultato » 43

Parte seconda

Pianificare il tempo

- | | |
|--|---------|
| 1. Scrivi, cancella, riscrivi | pag. 47 |
| 1. Caro amico mi scrivo | » 47 |
| 2. Cancellare per ripartire | » 54 |
| 2. Vivi giornalmente, programma settimanalmente | » 60 |
| 1. Il segreto della pianificazione settimanale | » 60 |
| 2. Il piano di battaglia | » 64 |
| 3. <i>Rien ne va plus</i> | » 65 |
| 4. Tolleranza, flessibilità, adattabilità | » 68 |
| 3. Crea valore con le priorità | » 71 |
| 4. I quadranti del successo | » 78 |
| 1. Urgenza e importanza | » 78 |
| 2. Il sistema dei quadranti | » 80 |
| 3. Personalizzare il quadrante | » 87 |

Parte terza

Vivere il tempo

- | | |
|--|-------|
| 1. Le linee del tempo | » 91 |
| 2. Una cosa alla volta basta e avanza | » 95 |
| 1. La vita è adesso | » 95 |
| 2. “Rallentare” il proprio tempo | » 101 |
| 3. Aperta parentesi, chiusa parentesi | » 102 |
| 3. Datti un ritmo, segui il ritmo | » 107 |
| 1. Oggi è tutto quello che c'è | » 107 |

2. Vai col ritmo!	pag. 109
4. Questione di delega	» 114
1. Chi non delega è perduto	» 114
2. Delega esecutiva e delega fiduciaria	» 116
3. Moltiplicate il tempo, fate miracoli!	» 121
Conclusioni	» 125
Bibliografia essenziale	» 127

Prefazione

di Luigi Boaretto

L'urgenza ci mangia il tempo, cioè la vita.

Nel corso delle esperienze professionali che mi hanno portato a guidare organizzazioni complesse o a definire strategie di *business* in mercati emergenti, ho avuto la fortuna di potermi periodicamente confrontare con Francesco Carraro. Le nostre strade si sono incrociate addirittura molto prima che entrambi sapessimo dove ci avrebbero portato, e da qualche anno mi diverto a farmi sorprendere e stimolare dai suoi libri e dai suoi corsi. Perché? Innanzitutto perché è un sistema molto efficiente: ho a disposizione le migliori idee di autori contemporanei e dei grandi della storia che si sono occupati della crescita personale e dello sviluppo del potenziale umano. Così posso approfondire ciò che mi ha colpito, senza perdere tempo in montagne di letture... In secondo luogo perché imparo qualcosa da applicare subito: dietro a ogni suggerimento c'è la condivisione della sua esperienza di avvocato e di formatore, c'è un "metodo" che ha passato il vaglio della severa prova quotidiana portando frutti tangibili. Infine, perché mi diverto! Il tono arguto e spiritoso, la capacità di prendere e prendersi in giro e la voglia di godere la vita, che sprizza vivida dalle sue argomentazioni, fanno sì che il tempo letteralmente voli... E proprio del tempo si occupa questo libro. O meglio di quel senso di fastidio, talvolta di

impotenza, che, come manager, professionisti o semplicemente come persone, proviamo alla fine di una giornata o di una settimana, quando pensiamo alle mille cose che volevamo fare e che... non abbiamo avuto il tempo di fare. La bella notizia è che il problema si può risolvere leggendo questo libro. Io l'ho fatto, godendo del consueto "stile Carraro": in maniera efficiente, imparando un metodo da applicare subito e divertendomi!

Introduzione

Ci avete mai fatto caso? C'è una presenza costante al nostro fianco. Una specie di caro amico, assiduo, muto osservatore, che ci veglia da quando siamo nati. Lo abbiamo accanto a noi sempre e comunque. Non ci abbandona mai. Ci accompagna a dormire. È lì al nostro risveglio. È neutrale, imparziale, disinteressato. Non si fa irretire né corrompere. È a nostra completa disposizione, offre i suoi doni a ciascuno allo stesso modo, nella stessa quantità. Senza differenze, senza preconcetti. Non fa distinzione tra il povero e il ricco, tra chi appare predestinato e chi impreca alla sfortuna. Non giudica, non consiglia, non biasima. Eppure è la chiave di ogni successo, il segreto di ogni traguardo, ma anche la spiegazione di molte sconfitte e di innumerevoli fallimenti. Perché è comunque plasmabile, si adatta a chi lo usa, è malleabile come creta. Se correttamente impiegato, può diventare il propellente di una vita straordinaria. Se lasciato lì a languire sarà la fuliggine che intossica e impedisce di vedere con chiarezza il cammino.

È il tempo.

Questa dimensione indefinibile, in cui siamo immersi come pesci nell'acqua, spesso la diamo per scontata.

C'è un problema: non ci hanno insegnato a considerarlo nel modo giusto. Per molti, il tempo è una casa. Si spo-

stano dentro al tempo, come all'interno di un grande palazzo, muovendosi da un'ora all'altra, da un mese all'altro, dall'una all'altra stagione e lo trattano come se fosse uno spazio invisibile, come se si trattasse di un gigantesco contenitore dove collocare pezzetti di vita, alcuni importanti, molti insignificanti. È una maniera abbastanza diffusa di concepire il tempo. Lo si vede come qualcosa di estraneo, necessario per vivere, indispensabile per transitare lungo le stazioni dell'esistenza. Non è poi così facile pensarla diversamente.

Riflettere sul tempo può fare anche paura, come trovarsi dinanzi a un filo sottile, teso sull'abisso del non essere. Quel filo è l'attimo presente. Un sospiro ed è passato, eclissato nella notte di ciò che non è più, archiviato nel ricordo o in qualche foto-album che presto ingiallirà. Ma anche ciò che verrà è, in fondo, immerso nella nebbia del nulla. Che si tratti di un istante tra cinque minuti o di una vacanza tra qualche mese, di fatto non esiste e sfugge alla nostra percezione finché non ci arriviamo. Viviamo in precario equilibrio sulla lama di rasoio del presente, tra due strapiombi ugualmente inquietanti perché non più esistenti o non ancora. E allora?

Queste riflessioni, in bilico tra la filosofia e la spiritualità, hanno stimolato l'ingegno di grandi pensatori, di menti straordinarie capaci di scrivere pagine immortali della nostra letteratura religiosa. S. Agostino non aveva una risposta: "Che cos'è il tempo? Lo so finché nessuno me lo chiede; non lo so più, se volessi spiegarlo a chi me lo chiede".

Non intendiamo certo cimentarci dove ha rinunciato il maestro d'Ipbona. Lasciamo le disquisizioni, pure affascinanti, sul senso del tempo, ai testi sacri della filosofia e della religione e chiediamoci piuttosto: che rapporto abbiamo con il tempo, nella nostra quotidianità? Sappiamo gestirlo, sfruttarlo, plasmarlo, farne materia ed energia per

produrre valore nel nostro lavoro, nella nostra attività, nella nostra vita? Oppure continuiamo a trattarlo, come molti fanno, alla stregua di una dispensa da riempire a casaccio con pezzi della nostra storia?

Nella risposta a questa domanda c'è molto del nostro futuro. Forse persino di quella parte che poi, brutta o bella, ci indurrà a incolpare il caso o a ringraziare il destino per avercela riservata. Non è un'esagerazione gratuita. Nell'approccio che abbiamo con il tempo si gioca tutta un'esistenza. Restiamone indifferenti, trattiamolo da magazzino per gli attrezzi e vedremo gli avvenimenti accaderci in modo meccanico e, spesso, non sensato. Semplicemente, ci succederanno, ci capiteranno, li raccoglieremo e li sistemeremo nel nostro contenitore. Il tempo sarà la dimensione in cui si prolunga il nostro essere interiore, così come lo spazio è quella in cui si estende la nostra realtà fisica. Tutto qui, nulla di più. Resteremo del tutto estranei, indifferenti, inconsapevoli rispetto ad alcuni dei poteri più straordinari e degli eventi più incredibili (magici per chi non li ha mai sperimentati) che il tempo elargisce a chi gli si avvicina con rispetto e impara a interagire con lui, a plasmarlo, a usarlo come quella sostanza ipercomplessa e potenzialmente ineguagliabile che, in effetti, è.

Far succedere le cose, realizzare i sogni, centrare gli obiettivi, creare valore e valori, portare forza e felicità nei rapporti con le persone, aumentare la propria sicurezza e serenità, costruire una vita su misura dei propri principi più elevati e delle proprie aspirazioni più alte. Tutto questo e molto altro ancora è a disposizione di chi accetti di cambiare la propria concezione del tempo, di chi accolga la sfida della gestione del tempo e si avvicini, con curiosità e volontà di imparare, alle tecniche e ai sistemi che l'uomo ha saputo ideare per imbrigliare il tempo e renderlo docile strumento nelle sue mani.

Stiamo volando troppo alto? Per alcuni forse sì, ma non c'è pericolo di cadere e, in ogni caso, nel parlare del tempo è impossibile correre il rischio di sovrastimarne l'importanza. Perciò il mio invito è quello di non pensare a un libro sulla gestione del tempo semplicemente come a una lezioncina di *time management*. È senza dubbio anche questo, ma è un peccato che sia ridotto solo a questo. Da una lettura o da un corso sul tempo uscirete in ogni caso più ricchi. Anche solo per il fatto di aver appreso a esercitarvi da apprendisti stregoni con quella materia grigia e anonima che fino a ieri chiamavate tempo e che, all'improvviso, s'illumina di opportunità nelle vostre mani perché iniziate a considerarla *tempo* (da oggetto inerte a energia dinamica). Però, sarebbe un peccato non cogliere anche quell'aspetto meno manageriale e pragmatico, più sottile e trascendente che può davvero cambiare non solo il modo in cui farete, d'ora in poi, le cose, ma anche il modo in cui considererete e vivrete la vostra vita.

Ed ora... è *tempo* d'iniziare.

Parte prima

Concepire il tempo