

Sebastiano Zanolli

Aveva ragione Popper, tutta la vita è risolvere problemi.

Consigli per affrontare
meglio le difficoltà.

prefazione di
Simone Moro



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.

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet: www.francoangeli.it e iscriversi nella home page al servizio “Informatemi” per ricevere via e.mail le segnalazioni delle novità.

Sebastiano Zanolli

**Aveva ragione Popper,
tutta la vita è risolvere
problemi.**

Consigli per affrontare
meglio le difficoltà.

FRANCOANGELI/TREND

Foto di copertina: <http://www.yorick-photography.com> Marco Tortato

Copyright © 2014 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.

Indice

Per iniziare	pag.	11
Introduzione di <i>Simone Moro</i>	»	15
Prefazione	»	19
1. Se solo si potesse ricominciare	»	31
2. Come nasce un problema	»	40
3. Risolvere i problemi degli altri è più facile	»	51
4. Problem solving: la faccia tecnica della speranza	»	58
5. La fede, “problem solver” per definizione	»	70

6. La fatica e il sacrificio. Essere dinosauri resilienti	pag.	78
7. Il senso della vita: problema o semplificazione?	»	94
8. Problemi e successo: se dici “gioco”, non fa male	»	105
9. Ve lo dirò una volta sola: l’area di comfort non conosce problemi, ma è una prigione senza sbarre	»	115
10. Le aspettative e l’accettazione attiva	»	125
11. Il labirinto della vita	»	133
Piccolo vademecum per concludere	»	143
Non solo perché, ma come	»	145
Avvertenze	»	149

Tu vivi, tu impari
Tu ami, tu impari
Tu piangi, tu impari
Tu perdi, tu impari
Tu sanguini, tu impari
Tu urla, tu impari

Tu ti addolori, tu impari
Tu soffochi, tu impari
Tu ridi, tu impari
Tu scegli, tu impari
Tu preghi, tu impari
Tu chiedi, tu impari

Alanis Morissette, *You Learn*

Forse è colpa mia.

Forse vi ho lasciato credere che fosse facile, quando non lo era.

Forse vi ho lasciato pensare che le mie azioni migliori iniziassero sulla linea di tiro libero e non in palestra.

Forse vi ho fatto pensare che ogni tiro che ho fatto fosse vincente, che il mio gioco fosse costruito sulla velocità e non sulla fatica.

Forse è colpa mia se non avete visto che il fallimento dà forza, che quel dolore è stato la mia motivazione.

Forse vi ho portato a credere che il basket sia stato un dono di Dio e non qualcosa per cui ho lavorato ogni singolo giorno della mia vita.

Forse ho distrutto il gioco.

O, forse, state solo cercando delle scuse.

Michael Jordan, *My Fault*

Grazie.

Come al solito, mi trovo in imbarazzo.

Troppa gente da ringraziare, segno evidente di quanto poco io possa fare da solo.

Non posso nominare ognuno per nome, ma da Sandra e Giordano ai miei genitori e fratelli, ai miei colleghi, a Francesca, Stefania, Manuel, Simone, Milo, Marco, Andrea, Valerio, Dosi, Valeria, Alessandro, Mario, Dario, Marianna, Andrea, Silvia, Luisa, Mina, Daniela, insomma alla squadra de La grande differenza, a tutti quelli che hanno avuto la pazienza di starmi ad ascoltare e la bontà di raccontarmi le loro storie, ai lettori casuali e intenzionali, a chi, in ogni modo, mi ha permesso di capire che questo mondo non è poi tanto brutto come alcuni vogliono far credere.

A tutte queste persone vorrei far sapere che hanno un posto nel mio cuore.

Un pensiero a Diego, che ha corretto molte bozze dei miei precedenti libri. Diego, sei andato avanti prima e non hai potuto correggere questo, ma sono sicuro che lo avresti fatto volentieri. Sappi che mi sei mancato.

Infine,

vi auguro di avere sempre un bel labirinto da esplorare,

un perché per uscirne,

un metodo per farcela.

Grazie.

Sebastiano

Per iniziare

Ho chiesto ad alcuni amici: “Quale raccomandazione faresti a tuo/a figlio/a che affronta la vita e i suoi problemi se avessi solo un minuto per farla e poi lui/lei dovesse partire per un lungo viaggio?”.

Di seguito, le risposte.

Gli direi: parti senza preconcetti. Soprattutto, impara dagli altri. E ricordati: non esistono culture superiori, uguali o inferiori alla tua. Esistono solo idioti convinti che la propria cultura sia superiore alle altre. Ci vediamo al ritorno, spero di trovare una persona diversa.

Sergio Nava
(Giornalista, Radio 24)

Il futuro appartiene a chi è capace di fondere passione, ragione e coraggio e a tutti coloro che, con l’impegno, possono fare la differenza. Vai in cerca del futuro! Buon viaggio.

Stefano Volpato
(Italian Network Manager, Banca Mediolanum)

Cara figlia mia, vai, e serenamente affronta le nuove situazioni con curiosità e spirito critico. Fai del tuo viaggio un percorso di crescita e maturazione, cura le relazioni con le persone che incontrerai, perché tutte avranno qualcosa da donarti. Sfuggi alle abitudini, studia le tradizioni, ma senza sentirti obbligata a seguirle.

I viaggi, la vita sono un susseguirsi di incontri e di addii, di momenti che ci riempiono il cuore.

Ascolta le tue emozioni, mettili in discussione, non cercare conferme.

Ricorda che più delle risposte ti saranno utili le domande che da questa tua esperienza saranno generate.

Abbiamo cercato di fortificare le tue radici, per darti forza e resistenza; ora, però, è giunto il momento di spiegare le tue ali e prendere il volo. Noi saremo qui ad aspettarti e nei tuoi silenzi i nostri cuori saranno in ascolto.

Massimo Piazza

(Vicepresidente di Asdir, Associazione dei direttori delle Casse rurali trentine)

Ti lascio con un caldo abbraccio da portare con te come una coperta di lana.

Tutti i problemi si possono risolvere, anche quelli che al momento sembrano insuperabili e così pesanti da lasciarti senza fiato.

Conta fino a dieci... e riparti da un'altra prospettiva.

Edgarda Fiorini

(Imprenditrice e presidente di Donne impresa Confartigianato)

Ogni tanto fermati a riflettere e chiediti quando è stata l'ultima volta che hai fatto qualcosa per la prima volta. Se avrai difficoltà a ricordarla, sarà il momento di cambiare rotta.

Giovanni Costa

(Presidente del consiglio di amministrazione di Cassa di risparmio del Veneto, ordinario di Strategia d'impresa e organizzazione aziendale all'Università di Padova)

Gli direi:

1. testa sulle spalle. Pensa sempre a quello che fai. Ragiona sulle conseguenze e sulle modalità;
2. cerca di essere sempre degno di salire. Sei destinato a superare il padre. Migliorati sempre;
3. chiediti sempre a che valori sei legato. Fa' riferimento ai tuoi valori cardine.

Andrea Vinelli

(Direttore scientifico dei programmi MBA del Cuoia, Centro universitario di organizzazione aziendale di Altavilla, Vicenza)

A mia figlia direi di affrontare la vita e il suo viaggio con curiosità, mente e animo aperti, senza pregiudizi. Di andare all'essenza delle cose e di chiedersi e chiedere "perché?". Senza stancarsi, fino a quando la risposta non la soddisfa. Di fidarsi del suo istinto e delle sue percezioni, di valutare con la testa ma anche con il cuore. Di essere consapevole che può fare la differenza, ogni giorno, per sé e per gli altri. Di essere grata di vivere quel grande capolavoro che è la sua vita, che può dipingere con i colori e le sfumature che più le appartengono. Aggiungerei che ci sarò in ogni istante, se ne avrà bisogno, ma che sono certa che se la caverà alla grande!

Katia Da Ros

(Vicepresidente Irinox Spa e vicepresidente Unindustria Treviso)

Introduzione

di *Simone Moro*

I problemi sono un po' come indovinelli: bisogna trovare una soluzione e una risposta.

Esiste anche l'opzione di rifiutarsi di “giocare”, di non cercare o non volere la soluzione all'indovinello e questo comporta il rimanere permanentemente con il quesito irrisolto, ossia permanentemente con il problema.

La vita è più complicata di un indovinello, e se ciò cui dobbiamo far fronte è una malattia, una bancarotta, un divorzio, un lutto, un incidente o altro, più che la soluzione che risolve il problema, ci serve la soluzione che ci aiuti a convivere con questa imprevista realtà. Ma per me il concetto è identico.

Alla parte conscia e decisionale di noi stessi è delegata la scelta: farsi uccidere dal problema e dalla realtà o lasciarsi stimolare al superamento della prova.

Esistere significa adattarsi, arrangiarsi a trovare la soluzione dei quesiti e delle variabili della vita, utilizzando gli strumenti che abbiamo o di cui vogliamo e dobbiamo dotarci.

L'indovinello, il problema, il quesito è già insito nell'esistenza. Paradossalmente, potremmo dire che vivere è il problema o che il “problema” è come vivere.

Lutti, incidenti, problemi sentimentali e familiari sono stati parte anche della mia esistenza. Non ho vissuto nel limbo, vaccinato dalle prove difficili, in condizioni economiche e sociali protette. Da ragazzo e uomo normale, ho vissuto e vivo anch'io i miei Everest quotidiani.

Ho scelto come lavoro quello di viaggiare e scalare le montagne più alte del pianeta, nelle situazioni climatiche più feroci, fredde e inumane. Lo faccio nel modo più semplice e leggero possibile, spogliandomi delle cose e delle “sicurezze”, piuttosto che dotandomi in abbondanza di esse. L'alpinismo è stato per me un mezzo e non il fine della mia esistenza: ho imparato a dover necessariamente trovare la soluzione, senza scegliere e decidere se volerlo fare.

Nella tempesta, nella solitudine, a oltre 8000 metri, a 50 gradi sotto zero, l'attaccamento alla vita è assoluto e i problemi spesso risultano giganteschi. Sono difficoltà scelte e non imposte, ma l'apparente schizofrenia di cercare la vita e la via della sopravvivenza, mettendo in pericolo e in bilico entrambe, mi ha insegnato il valore e la portata dei problemi.

Sì, la parola chiave è proprio la “portata” dei problemi. Ciò che a noi appare spesso insormontabile, impossibile, immenso diventa spesso irrisorio e ordinario quando si sono affrontate prove dove ogni secondo guadagnato e resistito conta più di ogni altra cosa.

Toccare con mano problemi di gente che vive e sopravvive negli angoli più remoti del mondo è stato un altro modo per capire come dare il giusto peso alle cose.

La medicina al problema, qualunque esso sia, è che “esiste sempre una soluzione”, o almeno una forma di adattamento in preparazione di un rilancio positivo.

Esistere significa anche accettare lo spazio temporale, il tempo a disposizione per realizzare il nostro progetto.

La vita è un film il cui copione dovrebbe essere scritto da noi e non preparato e recitato per altri o da altri. Essere protagonisti entusiasti e felici del

nostro quotidiano ci aiuta a vedere i problemi come una logica e una prevedibile variabile del percorso che abbiamo deciso di cominciare. Non esiste una vita ibernata, esiste semmai una vita subita, osservata come fosse un programma televisivo, senza possibilità di zapping. E invece tutti abbiamo la possibilità di plasmarla, stravolgerla, assaporarla, rilanciarla, gridarla!

Servono coraggio, fame e un sogno, sì, un sogno, per spazzare via le paure.

Servono realismo e obiettività, per dare la giusta portata a ciò che ci sconvolge.

Ognuno ha il suo sistema per imparare a galleggiare e ad attraversare il fiume in piena dei problemi. Io ho scelto di salire in alto, alle quote di volo di un jumbo, per ritrovare la strada del ritorno e di casa, scoprendo che ciò che consideravo scontato era esattamente il primo e più grande problema...

Con cinquanta spedizioni alpinistiche extraeuropee, dodici volte in vetta a un ottomila, Simone Moro è l'unico alpinista della storia che ha raggiunto tre cime di 8000 m in completa stagione invernale: nel 2005 lo Shisha Pangma, nel 2009 il Makalu e nel 2011 il Gasherbrum II.

È anche pilota di elicottero, dal 2010 specializzato nel soccorso in Himalaya.

Autore di quattro libri di successo, fra cui La Voce del Ghiaccio. Gli ottomila in inverno: il mio sogno quasi impossibile ed Everest. In vetta a un sogno, editi da Rizzoli.

Protagonista di due film: Cold di Cory Richards e Ansol Fogel sulla spedizione al Gasherbrum II del 2011 ed Exposed to Dreams di Alessandro Filippini e Marianna Zanatta sulla rinuncia alla vetta dell'Everest del 2012 a causa della coda di avventurieri che si formò sulla via di salita.

www.simonemoro.com

Prefazione

C'è poco da fare.

Credo che la mattina in cui mi sveglierò senza problemi avrò davvero un problema serio.

Se nascessi un'altra volta, vorrei che la prima lezione di mamma e papà, o di chi per loro, fosse che nella vita si può sbagliare o, meglio, che la vita è soprattutto quello che fai con gli errori che commetti nel tentativo di risolvere i problemi.

Pertanto il libro che avete in mano parlerà di “problemi”, di grane e di come i problemi e le grane ci rendano diversi e in generale... migliori.

Questo libro parlerà di come pochi affrontino le rogne e di come molti vivano cercando di schivarle, con il risultato che i primi insegnano ai secondi a essere felici.

Questo libro parlerà di come i problemi siano una percezione disfunzionale della realtà, vale a dire una modalità conflittuale e ansiogena per affrontare il mondo, che andrebbe, secondo la mia opinione, sostituita con un atteggiamento più fluido, amichevole e compassionevole, in modo che i problemi diventino il dispiegarsi neutrale e normale dell'esistenza.

Questo libro parlerà, infine, del perché spesso non crediamo ai tesori nascosti e lasciamo agli altri il compito di trovarli al posto nostro, per poi lamentarci e concludere che le fortune capitano sempre al prossimo.