



ANNALISA GALARDI, FEDERICO VAGNI

SEMI NEL CEMENTO

ANTIDOTI ALLO SPRECO DEL TALENTO

FRANCOANGELI

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.

ANNALISA GALARDI, FEDERICO VAGNI

SEMI NEL CEMENTO

ANTIDOTI ALLO SPRECO DEL TALENTO

FRANCOANGELI

Isbn: 9788835156727

Progetto grafico di copertina di Elena Pellegrini

Copyright © 2023 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

*A Marta, Pietro e Giovanni
Ad Alessandro, Nives, Zeno e Fiamma*

Indice

Prefazione , di Anna Zanardi Cappon	pag.	9
Introduzione	»	13
1. Liberare il talento	»	17
<i>Introduzione al self-empowerment</i>	»	17
1.1. Area d’impatto	»	19
1.2. Desiderio e visione	»	25
1.3. Divenire	»	30
1.4. Esperienze spartiacque	»	34
1.5. Merito e coraggio	»	39
1.6. Credere vs investire	»	46
1.7. Sperimentare e aprirsi possibilità	»	51
2. Superare la paura	»	55
<i>Smascherare i bias e le narrazioni consolatorie che limitano lo sviluppo personale</i>	»	55
2.1. Sono pieno di difetti!	»	57
2.2. Libertà: che paura!	»	63
2.3. E se fallisco?	»	67
2.4. Se non lo faccio io, chi lo fa?	»	72
2.5. Non tradirò mai i miei valori!	»	77

3. Far posto alle differenze	pag.	82
<i>Generare prospettive inedite</i>	»	82
3.1. Gestire le contraddizioni	»	84
3.2. Incontrare la propria ombra	»	89
3.3. Influenzare	»	94
3.4. Oltre la superficie	»	99
3.5. Patti di sviluppo	»	104
3.6. Comunicazione autentica	»	109
3.7. Responsabilità	»	114
Postfazione	»	121
Bibliografia	»	123

Prefazione

di Anna Zanardi Cappon*

Errare è umano, perseverare è diabolico. Correggersi è divino.

Uno dei miei più cari Maestri, Matsyavatara Das¹, insiste molto su questo concetto. Ciò che ci rende umani è la nostra fallibilità che ci insegna, se siamo pronti e coraggiosi, a correggere ciò che nella nostra vita sembra poter funzionare meglio, ciò di cui ci siamo pentiti, ciò che rappresenta un rimorso o un rimpianto. Molteplici possibilità, quelle del diventare migliori di come siamo cresciuti e usare il presente come continuo, sprone di apprendimento evolutivo.

Questo libro ci guida su questa strada, evitando di disperdere talenti e risorse, evitando di trascurare aspetti di noi essenziali e recuperando tempo di valore e riflessione per noi stessi.

Migliorarci è una lotta che ci impegna su molti livelli, primo fra tutti quello neuroanatomico: il nostro cervello tende a voler mantenere lo *status quo*, non ama i cambiamenti e le abitudini le trova rassicuranti, anche se nocive. Uscire dalla nostra zona di comfort, attivare aree del nostro cervello solitamente silenti, è

* International Board Advisor e Change Consultant, Professor of Practice in Leadership and Corporate Values alla Luiss Business School.

¹ È saggista, filosofo e guida spirituale, fondatore del Centro Studi Bhaktivedanta, ente di formazione accreditato dal MIUR. Autore di oltre un migliaio di pubblicazioni, tra audio, video e libri. È Adjunct Professor della Dev Sanskriti University di Haridwar (India) ed è membro del comitato editoriale della rivista internazionale di Scienze Interdisciplinari.

uno sforzo che fa solo se focalizziamo bene la nostra attenzione ed energia.

Saper ben comprendere che vi è una differenza fondamentale tra ciò che ci è davvero utile, che ci fortifica, e ciò che ci piace e compiace è un passaggio che richiede consapevolezza e maturità emotiva non sempre così facile da esprimere.

Eppure, lo si capisce pagina dopo pagina, è possibile.

Vi è una pressione culturale e sociale a proposito dello sbagliare; pare non sia possibile ammetterlo, riconoscerlo, farne un elemento di sviluppo. Troppo spesso diventa un fallimento, uno stigma, qualcosa da nascondere e di cui vergognarsi. Credo invece che l'errore sia la naturale manifestazione che sulla via della ricerca e della sperimentazione porta alla comprensione emozionale e razionale di che cosa dobbiamo o possiamo fare di meglio. E già in questo c'è un'implicita visione etica ed evolutiva che ci porta a includere tutte le possibili esperienze che facciamo, molte delle quali in maniera inconscia, tutte le persone che, vicine e lontane, viventi o che già hanno lasciato il corpo, ci circondano e ci conducono con l'immagine interiore che noi abbiamo di loro verso il nostro futuro. Un futuro ricco d'incertezza e perciò di ricche possibilità, di disordine e dunque di creatività, di sforzi e fatiche che ci accompagneranno fino all'ultimo facendoci apprezzare l'ignoto nel quotidiano, la solitudine esistenziale che ci caratterizza nonostante la rumorosa vita consumistica di cui spesso siamo protagonisti, la vacuità di ideologie, convinzioni e pregiudizi che ci tengono prigionieri ogni volta che scordiamo che semi nel cemento sono solo una perdita di tempo.

Vi è poi un'ironia molto sottile in tutta questa nostra vita spesa alla ricerca di un sé migliore e di un benessere a cui aspiriamo senza indugio, ovvero la domanda che fin da piccoli ci poniamo e subito rimuoviamo: "*Cui prodest?*". Chi beneficia dei nostri sforzi, della nostra coraggiosa azione di autoconoscenza, dei salti di qualità che ci portano altrove rispetto a dove siamo?

Mi piace pensare che ne benefici l'intero creato, le generazioni che verranno dopo la nostra, e resto inerme di fronte all'evidenza che evidentemente è solo un'illusione.

Ma anche per questo motivo, per questa straziante conoscenza che ci fa consegnare ai nostri figli un mondo peggiore di quello che abbiamo ricevuto noi, dobbiamo continuare a evolvere, a credere in un futuro fatto di persone migliori di noi. Proprio per questo, prenderci il potere di un impatto collettivo ampio e sanificatore rende questa lettura non solo utile, ma anche doverosa.

Introduzione

Questo libro è una presa di posizione contro lo spreco dell'energia.

Di questi tempi si sente spesso dire che l'energia è un elemento chiave per una crescita economica sostenibile.

Riserviamo la stessa attenzione alla nostra energia personale?

Noi lo riteniamo fondamentale e siamo convinti che il contributo di ciascuno per un impatto sociale positivo inizi proprio dal rispetto della propria energia e dal suo migliore investimento.

Piantare semi nel cemento è una metafora potente per rappresentare una sfida ardua. Se ci ostiniamo a piantare semi in un ambiente arido, avranno limitate possibilità di crescita. Al contrario, un terreno fertile è simbolo di opportunità e sviluppo. Quando investiamo le nostre energie in un ambiente così propizio, ciò che segue è una straordinaria metamorfosi: il terreno offre al seme le radici che lo stabilizzano e le sostanze nutritive che permettono di veder sbocciare fiori e maturare frutti. Fuor di metafora, piantiamo semi nel cemento tutte volte che investiamo male le nostre energie, ostacolando il pieno sviluppo del nostro potenziale e dei nostri risultati. Perché siamo noi a fare la differenza sulla prosperità del nostro presente e del nostro futuro, personale e professionale.

Abbiamo voluto scrivere una guida scomoda al self-empowerment per provocarti ad aprire nuovi spazi di possibilità e muoverti in direzione di una vita personale e professionale appagante.

Ci sono alcuni temi che scorrono trasversalmente a queste pagine e che sono fondamentali per favorire l'innesco e il consolidamento di un percorso di sviluppo:

- l'attivazione della propria energia desiderante, dell'ambizione, dell'aspirazione;
- la capacità di immaginare scenari positivi, in cui le nuove possibilità diventano pensabili e realizzabili;
- il coraggio di nominare i pensieri e le convinzioni limitanti e trovare strategie per depotenziarli;
- l'attivazione delle risorse interne ed esterne per realizzare un salto di qualità;
- l'audacia di sperimentare per mettere un piede nella nuova possibilità.

Con i tre capitoli di questo libro ti proponiamo un piccolo percorso che parte dall'io per arrivare al noi.

“Liberare il talento” introduce all'approccio del self-empowerment attraverso gli elementi della postura necessaria per innescare un percorso di sviluppo: riconoscere le proprie responsabilità, invece di concentrarsi su quelle altrui; costruire a partire da quello che si ha, invece di lamentarsi per quello che servirebbe ma non c'è; guardare al futuro con un atteggiamento fiducioso per esplorarlo e farlo accadere, invece di rimanere immobili, nel sospetto, vittime dell'incertezza.

Il protagonista dell'avventura verso la miglior versione di se stessi è ciascuno di noi. Nelle gioie e nei dolori. Perché sviluppare un sentimento di protagonismo della propria vita personale e professionale richiede un'energia che non conviene sprecare. Sappi che ne serve parecchia per smascherare i bias e le narrazioni consolatorie in cui è tanto comodo crogiolarsi. A questo è dedicato il secondo capitolo del volume, “Superare la paura”.

“Far posto alle differenze” allarga lo sguardo al mondo delle relazioni interpersonali per offrire qualche spunto utile per generare condizioni virtuose per sé e per gli altri. È nella relazione, infatti, che si aprono prospettive inedite, moltiplicando le possibilità.

In ogni capitolo troverai una manciata di semi che ti conviene non piantare nel cemento. Per ogni “seme” la struttura si ripete: uno spoiler e un monito iniziali; l’inquadramento del tema, con qualche aneddoto tratto da storie significative ed esperienze personali; un suggerimento per mettersi in gioco fin fa subito.

Scrivere questo libro è stato un regalo che ci siamo fatti. Per noi è stata una sperimentazione nel nostro percorso di crescita professionale: ci ha permesso di chiederci “Chi stiamo diventando?” e di continuare a evolvere. Ora speriamo che questo accada anche a te.

Nota sul linguaggio

In questo testo ho usato la parola “persone” per dare una definizione inclusiva di ogni genere, orientamento e unicità.

Ho cercato di ridurre l’uso del maschile sovraesteso utilizzando perifrasi e termini di ampio raggio, senza appesantire troppo l’espressione. Inoltre, ho utilizzato esempi di vari settori professionali e ambiti (letteratura, cinema, musica, mondo dello sport, poesia ecc.) così da potermi rivolgere al più esteso numero di individui.

Ho di proposito evitato segni quali * e ə, ʒ per non complicare la lettura o rendere illeggibile il testo per persone con bisogni educativi speciali o persone con disabilità, che ritengo debbano poter partecipare pienamente alla vita professionale e al mondo del lavoro.

1. Liberare il talento

Introduzione al self-empowerment

Tutti, in qualche modo, vogliamo migliorarci. C'è una voce, dentro ciascuno di noi, che spinge perché ciò avvenga. Non è l'unica, di voce. Ne abbiamo altre che dicono altre cose. Ma questa si fa sentire con insistenza.

Vogliamo migliorarci per stare meglio. Per raggiungere i nostri obiettivi. Per dimostrare a qualcuno che si sbagliava. Per sentirci più completi, più “noi”. Per liberarci da certi limiti. Per non fare ancora lo stesso errore. Perché ne sentiamo il bisogno. O il desiderio.

Se questa voce è sufficientemente forte e la vogliamo ascoltare, intraprendiamo un cammino. Negli anni abbiamo incontrato migliaia di persone lungo il percorso. Alcune ferme a riposare o a curarsi una ferita. Altre disorientate, alla ricerca di qualche indicazione. Altre ancora indecise e titubanti. Altre convinte e fiduciose, desiderose di ricevere qualche strumento utile.

Migliorarsi, evolvere, sviluppare il proprio potenziale rappresentano un cammino impegnativo nel quale a volte bisogna combattere contro gli altri (le loro aspettative, le loro convinzioni, le loro necessità) ma ancora più frequentemente – potremmo dire sempre – con se stessi.

Spesso siamo noi il primo ostacolo al nostro sviluppo. Custodiamo un tesoro di talenti che restano intrappolati dentro di noi, così non ci permettiamo di fare un “salto di qualità”. Quest'espressione è tipica del self-empowerment, che sceglie parole in-

cisive per esprimere il suo approccio basato sul cambiamento per aggiunta, non per sostituzione o perdita di qualcosa.

Fare un salto di qualità significa tenere tutto il bello che si ha e aggiungere a questo altri elementi.

Il salto di qualità poggia sulla considerazione che, tra i tanti cambiamenti possibili, alcuni sono più cruciali per fare davvero la differenza. Come su un'auto da corsa in cui possiamo potenziare le sospensioni, i freni, il motore o gli pneumatici: sappiamo bene che alcuni miglioramenti, pur essendo in sé miglioramenti, non fanno una particolare differenza sul sistema nel suo complesso, mentre altri sono invece determinanti. Si tratta allora di mettere il focus proprio su quei cambiamenti (o aggiunte) per identificare o ipotizzare la direzione del nostro sviluppo.

Il “salto di qualità” rimanda anche alla dimensione del “salto”, perché anche quando un cambiamento è progettato e preparato c'è sempre un momento in cui bisogna lanciarsi. Il salto è quel momento che non consente, una volta staccati i piedi dal suolo, di tornare indietro. È il momento in cui si è sospesi in aria e non si può far altro che lasciarsi andare e atterrare meglio che si può. Metaforicamente, lavorare sul proprio salto di qualità implica, quindi, l'accettazione di un momento di incertezza e instabilità, in cui si vive il disequilibrio.

Fare un salto di qualità è faticoso, bisogna dirselo. Servono molte energie e dobbiamo spenderle al meglio.

Nelle pagine che seguono metteremo le basi per conoscere il self-empowerment e iniziare il percorso del proprio sviluppo col piede giusto. I temi saranno 7, il numero della perseveranza e della speranza, alleati fondamentali per non perdersi lungo la via.

Perché il talento liberato fiorisca abbiamo dei semi meravigliosi, che sta a noi piantare nel terreno fertile perché possano germogliare in piante maestose e ricche di frutti.

Oppure seminarli nel cemento, spreandoli.

1.1. Area d'impatto

.....
SPOILER – Quel che non puoi
controllare, non puoi controllare.

Ogni volta che spendi le tue energie pensando a ciò
su cui non puoi incidere, planti un seme nel cemento.
.....

Non puoi controllare tutto. Anzi, a essere sinceri, non puoi **controllare** quasi niente.

Eppure, nella nostra mente si alternano due pensieri opposti, entrambi ingannevoli.

Il primo dice: “Anche se non dipende da me, ci posso provare comunque. Anche se non dipende da me, mi interessa, mi riguarda. Anche se non dipende da me, forse dipende da me”.

Il secondo dice: “Se dipende poco da me, allora mi devo rassegnare. Se dipende poco da me, allora non posso avere impatto. Se dipende poco da me, è meglio tirare i remi in barca, è inutile darsi da fare”.

Sbagliamo in ogni caso. Le cose non vanno così. C'è un modo per cogliere con lucidità e determinazione la propria area d'impatto e consiste nel sapere che, se anche non posso controllare quasi nulla, **la mia parte la faccio fino in fondo**.

Vuoi vedere come? Partiamo da una storia...

Alex Bellini è un esploratore che ci ha regalato imprese straordinarie, tra le quali spiccano le traversate, a remi e in solitaria, degli oceani Atlantico e Pacifico.

Da solo, con una semplice barca a remi, ha affrontato migliaia e migliaia di mare aperto, remando per molte ore ogni giorno, rischiando anche la propria vita.

Per prepararsi mentalmente e operativamente ad avventure del genere serve avere una mappa chiara che orienti tra tutti gli aspetti della situazione che si vuole affrontare (anche quelli che possono sembrare minuzie!): alcuni rientrano sotto il nostro controllo, altri ne sono indipendenti.

Ogni avventura, compito, sfida richiede una forte disciplina. Quello che dipende da noi può essere tanto o poco, ma il nostro ruolo consiste proprio nel concentrarci e svolgere al meglio i