



La falsa protezione dell'abitudine

Il cambiamento passa attraverso la trasformazione. Cambiare, trasformare, rendere diverso. Ma rendere diverso da che cosa? Da una versione di noi stessi non più adeguata.

È più facile capire la difficoltà del cambiamento guardando dal punto di vista di chi deve cambiare.

L'essere umano è ghiotto di abitudini, positive o negative.

La ripetizione di gesti e atteggiamenti mentali ci rassicura, la scansione temporale dei nostri atti routinari standardizza le nostre giornate, è come se le abitudini disegnassero una cupola sopra di noi, un'illusoria protezione dalle avversità.

Come per altre illusioni finiamo per pagarne il prezzo, nella rigidità che imponiamo a noi stessi ed agli altri, persino alle persone che amiamo.

Rigidità che finisce per divenire una prigione, da dove vediamo le cose sempre dallo stesso punto di vista ristretto.

E tutto sembra funzionare, rassicurante e vischioso, sino a quando qualcosa fuori dalla nostra portata cambia. In quel momento la prigione dell'abitudine non è più un

luogo sicuro, si rivela per quello che è, un limite. Inadeguata a permetterci di adattarci al cambiamento. In questo caso possiamo rannicciarci nell'angolo della nostra cupola divenuta cella, e maledire chi ci ha fatto perdere la salute, il posto di lavoro, i soldi, i cari, il partner; senza chiederci cosa possiamo fare noi per cambiare la situazione. Possiamo guardare fuori dalla finestrella a scacchi e, usando gli schemi mentali abitudinari, agiamo come assuefatti, perdendo il senso della realtà.

Oppure possiamo reagire, comprendendo che il cambiamento è inevitabile, necessario e che la preservazione di uno stato è solo un'illusione.

Non è facile reagire, il concetto stesso di "reazione" implica che ci troviamo ad affrontare situazioni e casi che non abbiamo previsto.

Il cambiamento ci appare veloce perché non siamo preparati a gestirlo. Essendoci cullati nella falsa protezione dell'abitudine abbiamo bandito la



razionalità dalla nostra vita, ora non abbiamo più alternative.

Ora siamo chiamati ad affrontare il cambiamento con le armi della nostra esperienza accumulata negli anni. Il primo passo è guardaci dentro, con l'assoluta razionalità del rasoio di Occam, identificando le abitudini di cui dobbiamo spogliarci. Aprendo dei varchi nella cupola della protezione illusoria, facendo entrare la luce per vedere con chiarezza chi siamo.

Chi sono io? Non è una domanda banale e richiede risposte non banali. Ed è una domanda che non ci si pone una sola volta, quando si è compreso che la risposta misura quanto siamo leali ai nostri veri valori, quanto siamo coerenti, allora comprendiamo che è una domanda da porsi quotidianamente: chi sono io?

Il cambiamento è reso necessario, anzi scaturisce dalle risposte ottenute da

... possiamo rannicciarci nell'angolo della nostra cupola divenuta cella, e maledire chi ci ha fatto perdere la salute, il posto di lavoro, i soldi, i cari, il partner; senza chiederci cosa possiamo fare noi per cambiare la situazione ...

questa analisi introspettiva.

Chi non si accontenta mai del proprio livello di conoscenza, del proprio benessere, della propria dimensione di iterazione con gli altri, coglie ogni occasione per ragionare sul proprio percorso di trasformazione.

Personalmente mi ritengo un uomo nato con una forte predisposizione al cambiamento e la mia vita è coerente con questa caratteristica.

A rafforzamento dell'istinto nella mia testa echeggia sempre come monito una frase che mi diceva il mio mentore, Gianluca Menozzi¹⁹:

“Francesco, ricordati che il mondo sta viaggiando ad una velocità supersonica e a star fermi si sbaglia sempre. Se ti muoverai potrai fare cose giuste o sbagliate ma se rimarrai supino sarai sempre sotto scacco.”

Gianluca mi ha aiutato a crescere con il suo esempio ancor prima che con le sue parole. Cosa significa ascoltare le persone, dare il

Il Malcantone che non ti aspetti

Cambiare può essere lo scoprire un nuovo punto di vista, che era sempre stato lì, ma che non potevamo scorgere se non aprendo la nostra visuale, dandogli la possibilità di esistere.

Nel vicino Malcantone la natura sa regalare colori ogni giorno diversi. Godersi una vista aperta e meravigliosa aiuta a pensare e fare spazio per importanti cambiamenti.

850 metri sul livello del mare, 2200 mq di area Spa, ristorante panoramico e soprattutto quella sensazione di "Flow": il tempo qui all'Hotel Kurhaus Cademario rallenta e amplia lo sguardo.

Regalati e regala Kurhaus.



giusto merito a tutti in azienda (ricordo ancora quando nel 2013 regalò il profit share ad ogni dipendente), vendere per ottenere un vantaggio reciproco con il proprio cliente. Quando arrivai nella sua azienda ero poco più di un ragazzo e lui creò per me un percorso di responsabilità crescenti. Nonostante mi lasciasse deliberatamente sbagliare in diverse occasioni in cui mi incaponivo sulle mie ragioni, non smise mai di accompagnarmi con i suoi insegnamenti e con un percorso di apprendimento fatto su misura per me. La mia storia con Gianluca indica come è importante avere una guida, e poi ricambiare diventando noi stessi mentore per gli altri.

Sono un venditore, questa è la mia professione. Ritengo che il cambiamento, la trasformazione siano intimamente connessi con il mio lavoro. Il mercato in continuo rimescolamento richiede adattamento, studio e formazione. Ci sono miei colleghi, un po' irrigiditi, restii al

cambiamento, certi della protezione della loro personale cupola di abitudini consolidate, ma nervosi: "ho sempre fatto così e mi è sempre andata bene".

Un'obiezione alla trasformazione che ascolto spesso riguarda la routine ed il peso delle giornate lavorative che rende difficile iniziare il percorso di crescita e cambiamento. La trasformazione è innegabilmente faticosa perché presuppone l'uscita dallo stato di quiete e l'impegno verso la realizzazione dell'obiettivo di crescita.

Dalla mia esperienza personale ho imparato quanto sia importante avere un aiuto, un complice nella trasformazione.

La famiglia, le amicizie, i rapporti di lavoro e soprattutto il leader, il mentore, a cui ci riferiamo. Questi sono il carburante per il motore del nostro entusiasmo, della passione per il cambiamento. L'aiuto per la motivazione e la passione possiamo

cercarlo fuori di noi, ma l'impulso per il cambiamento, quello lo dobbiamo cercare dentro di noi, continuamente, con lo sguardo fisso ai nostri obiettivi, quelli veri, quelli che emozionano anche solo a pensarci.

Francesco Mora