RATIO QUOTIDIANO
Il commento e la critica delle più importanti notizie del momento

GESTIONE D'IMPRESA

di ANTONIO DI GIURA

Fenomenologia dello studio professionale: Calimero

È il terzo dei nostri sei personaggi in cerca d'autore: la persona affetta da "lamentosi cronica". Non va bene se piove e se esce il sole è ancora peggio. Ma il suo è un inno alla sconfitta personale.

Se in montagna fa freddo, al mare si muore dal caldo . Il lagnoso troverà sempre un motivo per piangersi addosso. Chi fa del lamento la propria vocazione è vittima di un duplice pregiudizio: ***1)*** crede che nessuno riesca a capirlo/a; ***2)*** pensa di vivere in un mondo ostile. A nessuno di noi piace farsi tritare da un cliente, da un familiare o un collega che spacca il capello in quattro, eppure siamo in tanti a collezionare, nostro malgrado, mugugni, brontolii e rimproveri continui. C'è una realtà: questi soggetti sono affetti da quella che io definisco cecità funzionale. **Non vedono il problema** .

E voi, vi piangete addosso? Facciamo un piccolo test.

Vi capita di dire: *"mi hanno offesa/o"; sono stato/a maltrattato/a"; "ho subito un'ingiustizia"; "è sempre il solito schifo"?* Se avete risposto con un Sì, vi dico: benvenuti nel club dei lagnosi. Molti fanno della lagna un'abitudine, illudendosi che il lamento faccia scomparire il problema. Ed è questo il vero guaio. Citando una famosa canzone del grande Domenico Modugno, *"la lagna (la lontananza) è come il vento che spegne i fuochi piccoli e accende i grandi"* . Quando ci si lamenta in continuazione, la soluzione del problema si allontana assieme alla gente, **facendo riaffiorare paure e vecchi dolori** . Le insicurezze, l'inquietudine e l'afflizione crescono in modo esponenziale, fino al punto in cui il lagnoso diventa una " *persona tossica* ".

La lagna produce rammarico e un profondo senso di insoddisfazione; riflette un'emozione repressa che finisce per far ammalare anche i nostri pensieri e la nostra creatività. **Lamentarsi è restare inermi** . Concentrarsi sul problema e non sulla soluzione, provoca danni anche fisici perché induce stress e rabbia. La medicina ci insegna che tutto quello che sperimentiamo con le emozioni diventa condizione fisica.

Fermiamoci un attimo a osservare il nostro comportamento. **Quando ci lamentiamo, diventiamo ostili, impazienti e per niente collaborativi** . Un'interessante ricerca americana anni fa svelò i risultati delle autopsie eseguite sui soldati che avevano combattuto in Vietnam. Orbene, gran parte dei soldati soffrivano di arteriosclerosi causata dallo stress della guerra. In Finlandia si è scoperto che l'ostilità è la malattia che colpisce maggiormente il cuore. Molte persone, nonostante non siano state in Vietnam, combattono quotidianamente una o più guerre.

Guardando gli altri dal parabrezza e se stessi dallo specchietto retrovisore, a furia di lamentarsi, finiscono per **dimenticare il proprio potenziale** . Ricordate che solo la mente può migliorare i pensieri: sono i pensieri a determinare le azioni e di conseguenza i risultati. Per smettere di piagnucolare, dobbiamo guardare al " *gigante che sta dentro di noi* ", vivendo il problema quasi come un'opportunità. È necessario imparare a concentrarsi sulle cose importanti lasciando cadere le inezie, perché sono i **dettagli irrilevanti** e il lamento continuo che rovinano la nostra esistenza.

Concentrandoci sugli obiettivi , troveremo l'energia per raggiungerli e faremo pace con noi stessi. Quando ci sentiamo con le batterie scariche, è probabile che stiamo perdendo tempo con le persone sbagliate che amano oziare. Non rimandiamo e non piangiamoci addosso, ma sforziamoci di essere risoluti. Non mancheranno brutti momenti. La cosa peggiore che potrà capitare non è " *il problema* " ma la possibilità che questa situazione ci limiti mentalmente e fisicamente, lasciandoci impantanati nel guado del dolore e del pianto, dimenticando che in noi c'è la forza per reagire.

Se incontriamo sulla nostra strada persone lagnose, c'è un unico rimedio per neutralizzarle: sorridere, sempre e comunque. Concludo con le parole di Franck Grane perché possono esserci di aiuto: " *Il lamento è il linguaggio della sconfitta* ". E se non è abbastanza, ricordate la saggezza orientale racchiusa in questo proverbio: *"Se c'è rimedio, perché ti lamenti? Se non c'è rimedio, perché ti lamenti?"* .

Riproduzione vietata - lunedì 14 dicembre 2020