



[TOP STORY]

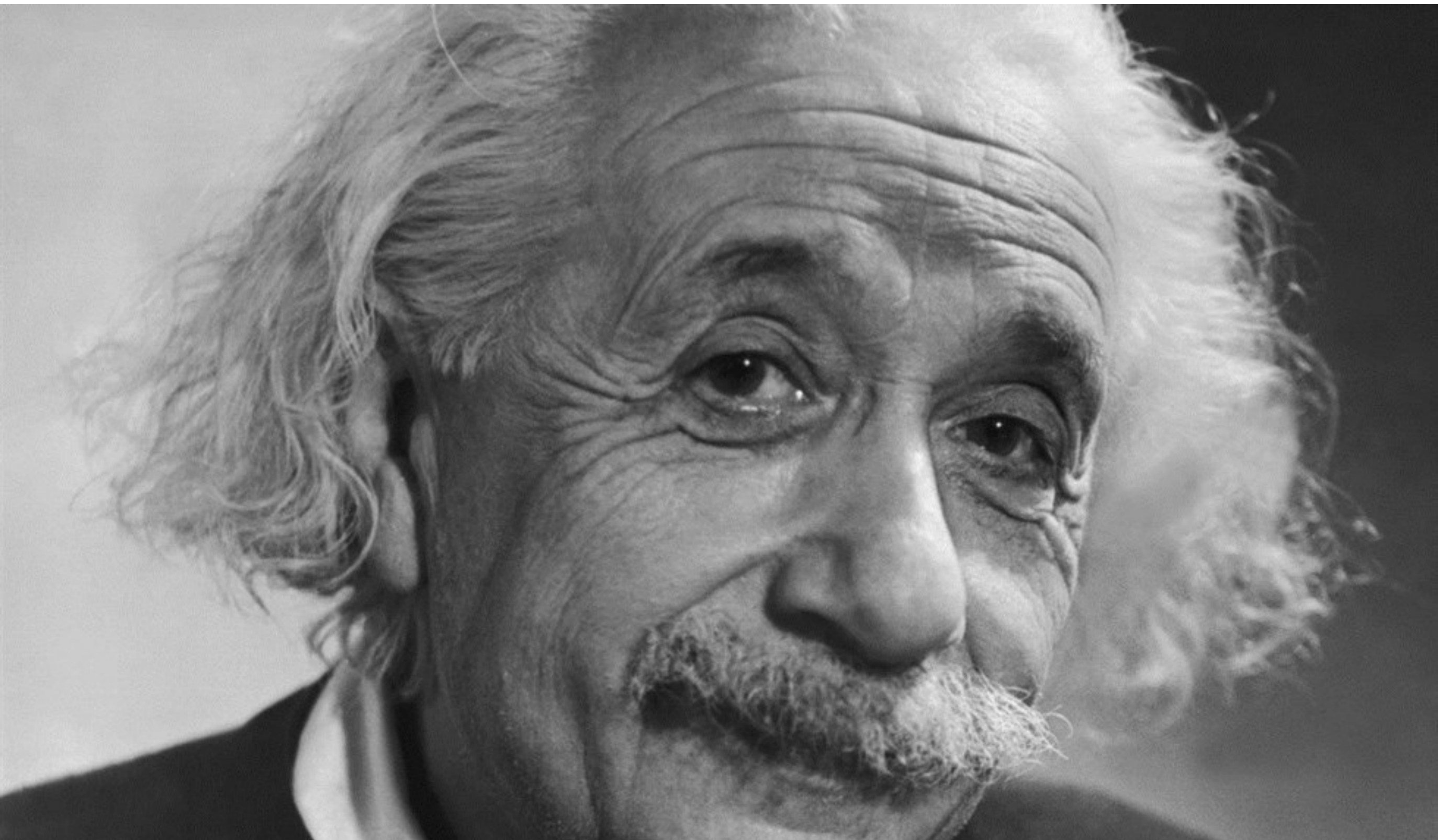
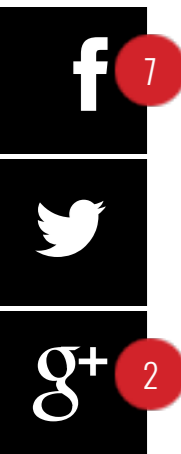
[MYBUSINESS / NEWS] 02.03.2016

Benvenuta crisi!

«La crisi è la miglior benedizione», parola di Albert Einstein. Se è vero che fa paura, ha non pochi spunti positivi. Un coach spiega come trasformarla in una grande occasione



di Mario Alberto Catarozzo
Coach



La crisi è la miglior benedizione. A dirlo non sono io, ma qualcuno ben più autorevole. Parliamo di **Albert Einstein**: «Un tempo eravamo capaci di adattarci alla bisogna, oggi meno. Oggi la crisi ci smuove dal letargo, ci obbliga a pensare più a fondo, a guardare la realtà per quello che è». Sembra scritto oggi, vero? E invece correva l'anno 1955 quando il famoso matematico scrisse questa lettera. «La crisi è la miglior

DA MYBUSINESS

di Valeria Vantaggi



Il lavoro più bello del mondo: Netflix cerca 6 fotografi disposti a girare l'Europa per 2.000 dollari a settimana



Ecco come vincere un premio speciale

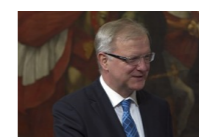
benedizione che può arrivare a persone e Paesi, perché la crisi porta progressi. La creatività nasce dalle difficoltà nello stesso modo che il giorno nasce dalla notte oscura. È dalla crisi che nasce l'inventiva, le scoperte e le grandi strategie». **Le crisi fanno paura.** Certo, ci viene da pensare che però la crisi fa male, nel senso che la sentiamo addosso emotivamente, che ci costringe a fare cambiamenti spesso faticosi. Però è proprio lì che si insedia il germoglio della crescita. È nelle pieghe delle situazioni difficili che troviamo quel *quid pluris* che ci fa fare il salto di qualità, che ci fa superare noi stessi e ci fa migliorare. È questa la storia dell'umanità.

Lo so, molti potrebbero avanzare il dubbio se siamo diretti verso un miglioramento o un peggioramento. Anche se il sentire comune (populismo?) indica la direzione in cui stiamo andando come un peggioramento, la realtà è che se ci pensate bene oggi sappiamo molte più cose di un tempo. Tutto sommato esiste, almeno a livello potenziale, **una maggior democrazia delle informazioni** e tutti, nessuno escluso ha molte più chance di quante ne avessero i nostri antenati. Un tempo chi nasceva in un paesino era probabilmente destinato a seguire le orme familiari e restare lì, il suo mondo era circoscritto e in qualche modo il suo destino segnato. **Oggi siamo cittadini del mondo**, possiamo praticamente fare qualunque scelta, basta volerlo, volerlo davvero e **avere il giusto spirito di iniziativa e di sacrificio**. Non scambiamo pertanto le difficoltà con un peggioramento. Una cosa difficile per noi non vuol dire che è peggiore, ma solo che non la sappiamo ancora fare. Anche Copernico ha avuto qualche problema quando ha avanzato la sua teoria. Ha smosso le coscienze e ha messo in discussione lo status quo e la reazione è sempre la stessa: paura, quindi avversione. **Ogni epoca storica si è evoluta perché ha visto qualcuno che ha rotto il torpore in cui ci si era fermati.** La maggior parte ha pagato un caro prezzo prima che ne venisse riconosciuto il valore. È la storia di ogni cambiamento e noi oggi non facciamo certo eccezione. Tra duecento anni leggeranno la storia di questo periodo e ciò che noi consideriamo crisi per loro sarà solo un periodo (necessario) di passaggio da un'epoca a un'altra. **«Chi supera la crisi supera se stesso senza essere superato»**, continua Einstein, «Chi attribuisce alla crisi i propri insuccessi



di Mario Alberto Catarozzo
Le 7 regole d'oro del public speaking

VEDI ANCHE



di Redazione News
Rehn: «I dati italiani non sono buoni»



di Francesca Bussi
Studenti a casa il sabato per risparmiare



di Francesca Bussi
E il parroco disse: «Non suicidatevi, piuttosto prendete i soldi ai ricchi»

VANITY PROMOTION



Hai una carta Visa o VPAY



e disagi inibisce il proprio talento e ha più rispetto dei problemi che delle soluzioni». Superare i propri limiti, le proprie abitudini, uscire dalla «zona di comfort», questo è ciò che le situazioni di crisi (personali e sociali) ci portano a fare. «Senza crisi non ci sono sfide e senza la sfida la vita è una routine, una lenta agonia».

LEGGI ANCHE

C'è la crisi? Ecco come andare avanti

Dopo, non sarà più come prima. Se in positivo o in negativo, dipende non dalla situazione, bensì da noi, da come l'avremo affrontata, piuttosto che subita. **Timothy Gallwey**, uno dei papà del Coaching, ci insegna nelle sue opere «**The Inner Game**» (Il Gioco Interiore) che **il vero avversario nella nostra vita non è mai chi è dall'altra parte della rete nel campo da tennis, bensì quello che abbiamo propri qui, nella nostra testa. Perché le crisi fanno così paura? Le ragioni sono molteplici, psicologiche, biologiche, sociali, antropologiche.** Siamo pigri di natura, per cui la crisi ci costringe in quel movimento che molti invece avversano nel tentativo di rimanere costantemente in quel precario stato di equilibrio che si sono costruiti. La ricerca dell'equilibrio è un fatto naturale, in fondo. Quando diventa un problema? Quando equilibrio diventa sinonimo di inerzia, di cristallizzazione, di abitudine. Poi entra in gioco **la paura del nuovo**, del non sapere cosa ci aspetta e come andrà a finire. C'è chi è eccitato al pensiero di potersela giocare, dove proprio il non sapere è ciò che apre la partita e chi è invece terrorizzato dal non poter avere il controllo. Allora vediamola così: **il controllo è una pura illusione, non c'è modo di averlo, su praticamente nulla.** È una nostra costruzione che ci permette di stare tranquilli, ma è un placebo. A queste poi seguono ragioni culturali di resistenza al cambiamento (oltre che individuali). **Il cambiamento è fatica**, insomma. Fatica emotiva, psicologica, fisica. Per questo non ci piace, ed è comprensibile. Ma è come una medicina, ha un brutto sapore, ma è utile. Concludiamo così come abbiamo aperto con Einstein: «Terminiamo definitivamente con l'unica crisi che ci minaccia, cioè la tragedia di non voler lottare per superarla».

LEGGI ANCHE

Nel lavoro vince chi è resiliente

VEDI ANCHE

[VEDI TUTTI](#)

[LINK](#) • [C'è la crisi? Ecco come andare avanti](#)

• [Nel lavoro vince chi è resiliente](#)

[TAG](#) • [coach](#) • [crisi](#)



NON CI SONO ANCORA COMMENTI ▼

VANITY TODAY!



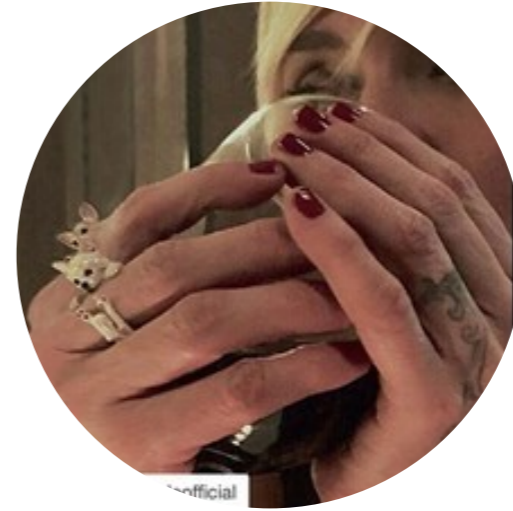
Svezia, è nato il principino



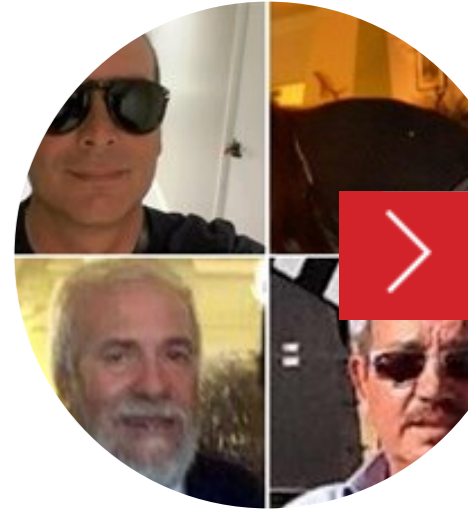
C'è un'altra Suor Cristina?



Spose di primavera



Il tuo cane al dito



«Uccisi due italiani Libia»

News

Italia

Mondo

Società

Foto

Diversamente Vanity

People

Italia

Mondo

Gossip

LifeStar

Beauty

News

Trend

Beauty star

Capelli

Viso e corpo

Make up

Profumi

Shopping

Il top e il flop

Uno al giorno

Fashion

News

Sfilate

Trend

StarLook

Red Carpet

Shopping

Borse

Scarpe

Abbigliamento

Bambino

Show

Cinema

Musica

Tv

Libri

Agenda

Food

Foodstar

Food News

Piatti d'Autore

Ristoranti

Oroscopo

Capitani

Del giorno

Del mese

Tarocchi

Lifestyle

Casa

Hi-Tech

Tempo libero

Bambini

Motori

Traveller

Viaggi Mondo

Viaggi Italia

Notizie Viaggio

Cinquesensi

Blog

Cinquesensi

Benessere

Dieta e alimentazione

Star Program

Fitness