

## **WHO MOVED MY CHEESE?**

### **E IO COSA CI GUADAGNO? NON AVER PAURA DEL CAMBIAMENTO; GODITI LE AVVENTURE DELLA VITA**

“È più facile che un cammello passi per la cruna di un ago, che un uomo ricco entri nel regno di Dio”.

Le parabole, come quella qui sopra dalla Bibbia, sono intramontabili: offrono intense lezioni di vita, che ci mostrano come affrontare meglio le sfide, piccole o grandi.

Anche se “Who Moved My Cheese?” non è un’antica parabola, il suo messaggio non è, per questo, meno pertinente. Imparare a superare la paura, gestendo elegantemente i grandi cambiamenti nella vita e trovando una strada per realizzare il tuo sogno – queste sono questioni con cui ogni persona si confronta nella sua vita.

In questa storia, quattro personaggi vivono in un labirinto: due topi, chiamati Sniff e Scurry, e due persone piccole, chiamate Hem e Haw. Mentre attraversano il labirinto cercando del formaggio, diventa chiaro che il loro viaggio non ha il solo scopo di trovare del cibo – è un’impresa per comprendere meglio la natura umana. Continua a leggere per sapere che cosa scoprono.

In questi paragrafi, scoprirai:

- Come essere preparato meglio ai grandi cambiamenti nella vita
- Perché pensare come un “semplice” topo potrebbe aiutarti a raggiungere i tuoi obiettivi; e
- Come visualizzare i tuoi obiettivi per aumentare le tue chances di raggiungerli.

### **IL TUO “FORMAGGIO” O IL SUCCESSO NELLA VITA POTREBBE PARALIZZARTI**

I due topi, Sniff e Scurry, non pensano troppo alle cose. Essi spendono piuttosto il loro tempo correndo su e giù per i corridoi del labirinto, alla ricerca di formaggio.

Questo modo apparentemente “senza cervello” in cui i due topi si avvicinano all’ottenimento del loro scopo è istruttivo, ed è spesso il metodo più efficace per raggiungere i tuoi obiettivi. Di fatto, agire senza pensare troppo può farti risparmiare tempo ed energia.

Se non c’è formaggio alla fine di un sentiero, per esempio, Sniff e Scurry, semplicemente, si voltano e si precipitano lungo un’altra strada – senza sprecare tempo ad essere arrabbiati o frustrati.

Anche Hem e Haw stavano cercando formaggio nel labirinto, ma non perché fossero affamati. Piuttosto, pensavano che trovare del formaggio li avrebbe fatti sentire felici e vincenti.

Con le loro menti più “complesse”, Hem e Haw elaborarono strategie per trovare il formaggio, memorizzando gli angoli bui del labirinto e i vicoli ciechi. Nonostante tutta questa programmazione, essi si ritrovavano comunque spesso confusi, e talvolta persi. E, ogni volta che la coppia finiva a mani vuote, diventavano depressi, chiedendosi se la felicità sarebbe stata mai possibile da ottenere.

Nella vita “reale”, anche noi tendiamo a complicare eccessivamente le cose. Non solo pensiamo troppo sui problemi o sugli eventi, ma diventiamo anche eccessivamente legati allo status quo.

Alla fine, Hem e Haw trovarono una gigantesca riserva di buon formaggio importato, lungo un corridoio, alla Cheese Station C. Tutti i giorni, si assicuravano di svegliarsi presto e fare una visita alla stazione per uno snack.

Tuttavia, la vita dei due iniziò gradualmente a ruotare attorno al banchetto alla Cheese Station C. Si sentivano a casa, lì, ed erano orgogliosi di esso – e, inoltre, iniziarono a darlo per scontato.

Come Hem e Haw, quando troviamo il successo, o “il nostro formaggio”, possiamo diventare velocemente dipendenti da esso, così tanto che la nostra vita ruota esclusivamente attorno al nostro “formaggio”.

### **LE SITUAZIONI POSITIVE NON DURANO PER SEMPRE, QUINDI PREPARATI!**

Dunque Hem e Haw si svegliarono, una mattina, e rimasero sorpresi a realizzare che il loro formaggio era finito.

In realtà, il cambiamento avviene sempre, presto o tardi. Esserne consapevoli può aiutarti a tenere meglio d’occhio la tua situazione attuale, per anticipare al meglio il cambiamento futuro.

Sniff e Scurry, al contrario, non diedero mai la riserba per scontata, e si assicurarono di controllare bene ogni modifica alla fornitura. Di conseguenza, i due topi si accorsero che la quantità di cibo stava lentamente ma incessantemente calando.

Se ti aspetti che le cose rimangano uguali, potresti perderti i segnali che le cose stanno, invece, cambiando. Hem e Haw erano così elettrizzati dal formaggio che non si accorsero che la riserva stava calando e neppure che il formaggio stava iniziando ad ammuffirsi!

A volte, le cose che crediamo di noi stessi rendono il cambiamento più difficile da accettare. Se senti di meritare il successo, una buona salute o una fornitura infinita di formaggio, qualsiasi cosa porti queste cose lontane da te sembrerà ingiusta – così tanto che potresti perfino negare il fatto che il cambiamento si stia verificando del tutto.

Hem e Haw sentirono, nel profondo, che la Cheese Station C era una ricompensa per il loro duro lavoro. Dopotutto, avevano speso un sacco di tempo a cercarla! Così, quando la riserva infine sparì, non riuscirono ad accettare la realtà dei fatti, semplicemente.

Non vorrai mai trovarti in una simile posizione. Piuttosto, tieni gli occhi spalancati per i segnali del cambiamento nella tua vita, e adattati il più in fretta possibile. Prima lo fai, prima troverai nuovamente la tua strada.

Una volta che Sniff e Scurry realizzarono che la Cheese Station C era quasi a corto di formaggio, andarono avanti senza preoccuparsi troppo di ciò. E, fortunatamente, trovarono un’enorme riserva in un’altra stazione, la Cheese Station N.

Hem e Haw non furono così fortunati. Incapaci di reagire, i due continuarono a fare ritorno alla stazione vuota, diventando via via più affamati, depressi e deboli.

Impara la lezione da queste due “persone piccole”: meno farai come Hem e Haw e prima ti adatterai al cambiamento, meglio starai.

## **VISUALIZZARE I TUOI OBIETTIVI TI AIUTA A SPINGERTI AVANTI ATTRAVERSO LA PAURA CHE TI TRATTIENE DALL'AFFRONTARE IL CAMBIAMENTO**

Perché così tanti, tra noi – come Hem e Haw – vengono presi alla sprovvista dai grandi cambiamenti? È la paura. La paura è ciò che rende così difficile confrontarsi con il cambiamento.

Dopotutto, il cambiamento richiede che tu affronti una nuova situazione e ti mette alle prese con una nuova serie di regole. Questo può rivelarsi disorientante e frustrante, quindi è naturale essere spaventati dal cambiamento.

Ad esempio, una volta che fecero i conti con la Cheese Station C vuota, Hem e Haw dovettero avventurarsi nuovamente nel labirinto per cercare cibo. Erano preoccupati del fatto che potessero perdersi, o trovarsi in un vicolo cieco senza via d'uscita.

Ma ricorda questo: finché hai paura di lasciare la tua comfort zone, le cose non miglioreranno mai.

Immagina che il tuo fidanzato ti abbia lasciato, o che un infortunio ti impedisca di praticare il tuo sport preferito. La perdita che senti – di amore, di movimento – può essere devastante.

Non potrai guarire, comunque, fino a quando non troverai un modo per riempire la tua vita con cose che ti portano nuovamente gioia. Questo significa che devi necessariamente cercare qualcosa di nuovo.

Anche se erano affamati, Hem e Haw erano comunque troppo spaventati per esplorare nuovi sentieri nel labirinto. Invece, buttarono giù le pareti della Cheese Station C per vedere se c'era qualcosa da mangiare dietro di esse! Ma tutto ciò inutilmente.

Haw scoprì, alla fine, un buon metodo per gestire la sua paura. Si immaginò seduto sulla sommità di una enorme fetta del suo formaggio preferito, del brie francese dalla crosta morbida.

In effetti, visualizzare il suo obiettivo in vividi dettagli aumentò davvero il suo desiderio di ottenerlo. Quindi, se ti ritrovi bloccato, o non riesci a domare la tua paura, immagina il tuo obiettivo. Questo alimenterà il tuo desiderio e ti darà le energie per muoverti in avanti.

## **ABBI IL CORAGGIO DI MUOVERTI IN UNA NUOVA DIREZIONE E LE COSE ANDRANNO MEGLIO**

Dopo aver visualizzato il suo obiettivo, Haw procedette per cercare altro formaggio. Ma Hem si rifiutò di cedere. Egli restò alla stazione del formaggio vuota, arrabbiato ed emaciato, e, soprattutto, troppo spaventato per uscire a cercare del formaggio.

Allo stesso tempo, l'esperienza di Haw crebbe enormemente.

Quando ti muovi in una nuova direzione, impari come abbracciare meglio il cambiamento. Se riesci a sconfiggere le tue paure anche solo una volta, la volta successiva in cui ti confronti con un cambiamento avrai la sicurezza per procedere in avanti, di nuovo. Non ti sentirai mai più paralizzato come ti eri sentito in precedenza.

Haw trovò il coraggio di andare avanti, anche se era tutto solo e ancora spaventato quando iniziò il suo cammino. Ma, lentamente, guadagnò sicurezza. Anche se, nei primi tempi, trovò solo pochi

pezzettini di formaggio, era comunque orgoglioso di sé per essersi spinto così lontano. La vita sembrava migliore, semplicemente, ora che lui non era più soggiogato dalle sue paure.

Haw imparò una lezione importante, e cioè che la paura che lasci si accumuli nella tua testa prima di muoverti in una nuova direzione è di solito più intensa di ciò che una nuova situazione veramente merita!

E, una volta che inizi a muoverti, è probabile che le cose migliorino. Certo, ogni tanto una nuova situazione potrebbe rivelarsi “priva di formaggio”. Ma non temere! C’è sempre altro formaggio da trovare.

Il tuo nuovo “formaggio” potrebbe essere un nuovo amico, un nuovo lavoro, o anche un nuovo modo per gestire i conflitti o fare affari. Tutto ciò che devi fare è saltare fuori dalla tua comfort zone e iniziare la ricerca.

Gradualmente, Haw iniziò a riconquistare la sua piena forza e sicurezza. Pieno di aspettative, scandagliò il labirinto fino a trovare la Cheese Station N e tonnellate di formaggio – il posto dove Sniff e Scurry erano stati per tutto quel tempo.

## **USA LE LEZIONI CHE HAI IMPARATO DA QUESTA PARABOLA “AL FORMAGGIO”**

Dunque, come puoi mettere in pratica le lezioni di questa parabola per trarne benefici per i tuoi affari o addirittura la tua vita?

Immagina di raccontare alla tua squadra la storia di Hem, Haw, Sniff e Scurry. Potrebbero iniziare a considerare in maniera più favorevole il cambiamento e i potenziali vantaggi che questo potrebbe portare ad una società.

Puoi anche apprendere informazioni utili chiedendo ai tuoi dipendenti con quale personaggi si identifichino. Ad esempio, le persone che sentono un’affinità rispetto ai topi Sniff e Scurry potrebbero diventare gli agenti del cambiamento di cui la tua impresa ha bisogno.

Le persone che sono degli Sniff sono degli ottimi osservatori. Si accorgono dei più piccoli cambiamenti, che ti permettono di predire i cambiamenti più grandi che ne conseguono in un mercato. Gli Sniff possono anche scoprire nuovi prodotti e angolazioni competitive, o rinnovare la visione corporativa di una società.

Le persone che sono degli Scurry, invece, apprezzano fare le cose. Questi dipendenti dovrebbero essere incoraggiati a entrare in azione sulla base di una nuova visione corporativa.

Gli Hems della tua società, comunque, spesso non si sentono al sicuro in tempi di cambiamento. Questo potrebbe costituire un problema, specie se non sono in grado di trovare il coraggio di trasformarsi in Haws. Dovrai lavorare duramente per dimostrare loro in che modo il cambiamento può giocare a loro vantaggio.

L’esperienza delle “persone piccole” e dei topi può insegnare alla tua squadra a essere sempre alla ricerca di nuove opportunità. Considera solo come termina la parabola. Anche se c’era un sacco di formaggio alla Cheese Station N, Haw – avendo imparato la lezione – continuò ad esplorare il labirinto, cercando altre riserve.

Infatti, ciò che funziona oggi non necessariamente continuerà a funzionare domani. Mentre l'ambiente cambia, anche la tua società ha bisogno di cambiare – o verrai lasciato indietro.

Quindi ricorda, anche quando le cose appaiono positive, tieni un occhio sulle nuove, stimolanti opportunità.

### **RIASSUNTO FINALE**

Se c'è una cosa che sappiamo sulla vita, è che il cambiamento è inevitabile. Quindi, come gestisci il cambiamento? Non solo per affrontarlo, ma per prosperare in un ambiente di cambiamento, dovrai sviluppare un tipo di attitudine e di atteggiamento mentale che renda adattarsi al cambiamento meno temibile e più gratificante.