

## VIVERE SENZA TEMPO È POSSIBILE?

**Tempo di lettura: 8 minuti**

“Il tempo è una risorsa puntuale, con una grande abilità, che è quella di farci capire gli avvenimenti della nostra vita in ritardo.

Vivere pienamente nel presente ci aiuta a non sfuggire dalle nostre responsabilità”.

Amadeo Furlan

L'uomo è sempre stato governato dal tempo?

Ci verrebbe da rispondere “no”, perché l'orologio meccanico, che scandisce secondi, minuti e ore nell'arco della giornata è stato inventato nel XIV e solo nel 1600 l'orologio a pendolo è entrato in uso.

Ci sono voluti circa 280 anni perché l'orologio cominciasse a diventare più di uso comune. Greenwich fu fondata nel 1884 e da allora lo schiavismo del tempo è diventato sempre più pressante togliendoci libertà e spensieratezza.

Immaginate di tornare indietro di 150 anni: come vivevano le persone senza il tempo scandito da un orologio? Semplicemente seguendo i ritmi naturali del sole e dei propri cicli circadiani interni, collegati al flusso di serotonina e cortisolo. Cicli che permettevano all'uomo di fornire per se stesso e per la comunità tutto quello che era indispensabile per la giornata.

L'uomo ha sempre rivolto la sua attenzione a capire come conoscere il suo tempo futuro o ad inventare macchine del tempo per andare a correggere avvenimenti per cambiarne la storia.

C'è stato un momento storico in cui l'uomo ha posto il problema del tempo? E come lo hanno definito?

Risalendo ai filosofi greci possiamo dire che fu Platone nel “Timeo” a riprendere la riflessione di Parmenide sull'Eternità e ribadire la ciclicità naturale del tempo, sotto la forma del ciclo costante delle stagioni, riconoscendo quella immutabilità che è propria dell'essere eterno.

A mio avviso è stato Aristotele a definire la natura del tempo: si tratta di *“una proprietà del movimento secondo il “prima” e il “poi”*” e collega la nozione di tempo all'anima o all'intelletto che in essa diventa la condizione di esistenza del tempo stesso. Pensiero, questo, che anticipa la visione di Sant'Agostino e le diverse concezioni spiritualistiche del tempo.

Quindi se vi dico:

“La felicità è godere del momento presente!”

Significa che siamo sulla strada giusta per goderci il tempo?

Credo che la frase sopra citata necessiti di maggiori precisazioni, tipo:

“..... quindi è necessario fare quello che si deve e allo stesso tempo stare in quello che si fa!”

Tutto qui? Sembrerebbe quindi semplice vivere correttamente il tempo. Se alla frase sopra aggiungo:

“..... Dandogli un senso, riconoscendo così che tutto è vita”,

Allora il tempo comincia ad avere un significato preciso, e le nostre azioni un senso compiuto, finalizzato a raggiungere ciò che per noi è vitale.

Questo significa, come diceva Rita Levi Montalcini: “meglio aggiungere vita ai giorni, che non giorni alla vita”.

Questa frase la trovo straordinaria perché significa dire che bisogna vivere il tempo sia con una strategia quantitativa che, soprattutto, qualitativa.

La parola tempo da dove deriva, qual è la sua reale etimologia?

La parola deriva dal latino *tempus*, e ha una radice indoeuropea “*tem*” che significa taglio, sezione, da cui i termini greci *τεμνω*, separo e *τεμενος*, recinto, che comprendono i significati di fase, periodo, intervallo. Comunemente il tempo è la dimensione attraverso cui gli eventi vengono ordinati e messi in relazione tra loro o, più semplicemente, il divenire delle cose concepito come un’entità misurabile.

Mi piace molto la filosofia che gli antichi greci utilizzavano per definire il “tempo”:

- “Chronos” che indica lo scorrere dei minuti esprimendo di fatto la sua natura quantitativa
- “Kairòs” che definisce l’abilità di fare la cosa giusta al momento più corretto e opportuno

Ora domandiamoci: il mondo in quale direzione sta andando? È nella direzione di Chronos o Kairòs?

Con certezza nel mondo del business prevale in assoluto il Chronos, perché ciò che conta in questo mondo è la velocità di esecuzione di ogni azione, che deve portare

sempre ad un aumento delle performance finanziarie e dell'efficienza ed efficacia della produttività.

Pensate solo al mondo scolastico, dalle scuole medie alle scuole superiori, dove ogni verifica scritta è scandita da un numero esagerato di domande, dove il tempo tra una risposta e l'altra è pochissimo e questo spinge lo studente, il futuro lavoratore, ad avere la sua mente proiettata alla velocità di esecuzione rapida, piuttosto che al ragionamento pacato, lento.

L'obiettivo che viene dichiarato è quello di preparare le persone alla rapidità di adattamento che il mercato impone, alla capacità di trovare con grande velocità nuove strategie organizzative per anticipare i concorrenti. Il credo su cui si basa l'efficienza e l'efficacia organizzativa è legato alla capacità di una persona, di un gruppo, di realizzare un piano operativo, un piano economico nei tempi stabiliti, dove la gestione ottimale di un'impresa virtuosa è quella di raggiungere i target concordati entro fine anno.

### **QUINDI CHRONOS VINCE SU KAIRÒS?**

È determinante fare le cose in tempi brevi o diventare consapevoli di fare la cosa giusta al momento più corretto e opportuno? Quale dei due atteggiamenti domina maggiormente nella nostra società attuale?

Potremmo dire con certezza che è Chronos il vero dominatore, diventando di fatto il nostro maggiore schiavizzatore, trasformandoci in coloro che riducono la propria esistenza a qualcosa di quantificabile, di mercificabile, di calcolabile, orientati ad eseguire ogni nostra azione solo nella direzione dell'efficienza e dell'efficacia. Pensiamo a quante volte ci siamo trovati incalzati da impegni, attività una dietro all'altra, sempre in affanno, sempre alla ricerca di tempo, sempre a vivere ogni secondo della vita ad un ritmo incessante che ci distrugge, che non lascia spazio per la riflessione, che punta costantemente al fare, ma non alla vera pianificazione strategica che prevede come verbo l'agire.

Uno scandire del tempo inesorabile, dove adrenalina e cortisolo ci attanagliano, svilendo i nostri tratti umani, tritinandoci in un vortice insano che si intrufola anche nella nostra vita personale, familiare, morale ed infine spirituale, rendendoci persone sterili con una vita senza sorprese.

Voi ora direte che questa mia riflessione su Chronos è esagerata e che diventa impossibile raggiungere un obiettivo sfidante se non si è determinati e spietati con se stessi nella gestione del tempo. Come era rappresentato Chronos nella mitologia greca? Lui era un gigante che mangiava i propri figli, un gigante che divorava ciò che

egli stesso generava. Quindi vogliamo essere così? Se è questo ciò a cui punta questa nuova evoluzione dell'essere umano, allora è necessario fermarci e capire se siamo in grado di raggiungere un buon equilibrio tra Chronos e Kairòs.

Dove Kairòs rappresenta il tempo propizio, il tempo opportuno, il tempo della capacità di gestire la propria responsabilità (abile a dare responsi/risposte) morale ed intellettuale. Significa educarci ed educare i nostri figli, i nostri partner, i nostri collaboratori a leggere la vita non con la lentezza della quantità, ma della qualità.

### **QUINDI CHRONOS IN AZIENDA E KAIRÒS NELLA VITA PRIVATA?**

La risposta è assolutamente "NO". Tutte le aziende hanno nel loro DNA l'esigenza di migliorare la loro competitività sul mercato, facendo del loro business una sfida tecnica, una sfida basata sull'esasperata ricerca dell'innovazione, una spinta continua in un'unica direzione dove essere più veloci, più rapidi dei concorrenti, porta alla conquista del mercato di riferimento.

La domanda che ci dobbiamo porre è: se improvvisamente ci fosse un repentino cambio delle regole del mercato tutte queste aziende come reagirebbero?

Il business per vincere le sfide del futuro è basato su assiomi di tipo adattivo, flessibile, strategico, che non è legato a Chronos, ma bensì a Kairòs, dove il nuovo asset, non è essere più rapidi, ma più efficaci nelle strategie.

### **BASTA SOLO QUESTA RAGIONE O CI POSSONO ESSERE ALTRE VARIANTI?**

In questo momento le aziende stanno vivendo una realtà molto complessa e ricca di trade-off, dove il raggiungimento di un determinato obiettivo può comportare effetti negativi e dannosi su un altro obiettivo altrettanto importante e strategico. In virtù di questa situazione, muoversi nella direzione di Kairòs diventa strutturalmente importante, per poter prevedere in anticipo quando sarà necessario cambiare la propria linea di azione per evitare danni irreparabili sull'altro polo del trade-off.

Questo ci permette di capire come muoverci, come leggere l'evoluzione del mercato e adottare di volta in volta la giusta strategia. In definitiva non pensare di fare la cosa giusta in assoluto, ma la cosa giusta da fare in ogni singolo momento ..... e quindi essere e vivere Kairòs.

Amadeo Furlan

Dove trovarmi:

**Furlan dott. Amadeo**

*PhD in Psychology*

*Dottorato di ricerca in  
malattie psicosomatiche*

Email: [furlan@psicohealthcoach.it](mailto:furlan@psicohealthcoach.it)

Blog: [www.amadeofurlan.com/](http://www.amadeofurlan.com/)

Facebook: <https://it-it.facebook.com/PsicoHealthCoach/>

Spotify: <https://open.spotify.com/show/2LA03CbEcXN2o3LIV0MPEn>

Telegram: <https://t.me/iocimettoilcuore>

Scarica gratuitamente il mio libro “Note per prendersi cura di sé” al link:  
<https://www.amadeofurlan.com/articoli/note-per-prendersi-cura-di-se>