

Indice

Premessa	9
Introduzione	13
Che cos'è il tempo	19
Il rispetto del tempo ci rende liberi	25
Il benefattore ignoto	31
Guidare, osservare, abitare, liberare il tempo	37
Guidare il tempo	38
Osservare il tempo	44
Abitare il tempo	48
Liberare il tempo	50
Le parole come strumenti per un buon uso del tempo	53
Strumento: ciò che serve per costruire	54
Obiettivo: oltre lo SMART	55
Progetto: gettare in avanti	63
Metodo: uno strumento di orientamento	66

Motivazione: un vantaggio competitivo	69
Valore: forza e pregio	71
Cambiamento: una faticosa opportunità	73
Energia: la forza in azione	75
Delega: conferire autorità	77
<i>Accountability</i> : avere il risultato come obiettivo	81
Sovraccarichi o disorganizzati	85
Dire sì, dire no	91
I tempi speciali	99
Il tempo del cambiamento	99
Il tempo sabbatico	101
Il tempo del silenzio	104
Il tempo dell'incertezza e della variabilità	107
Il tempo dell'umiltà	110
Il tempo del riposo	113
Il tempo ultimo	117
I killer del buon tempo	121
I ritardatari	123
I ladri di tempo	127
I procrastinatori	128
La dimensione economica del tempo	135
Fare tanta strada godendosi il viaggio	141
Il tempo del cammino	142
Il tempo della corsa	146
Conclusioni	149
Bibliografia	155