
06

MATERIALE 06 • DISCIPLINA & ABITUDINI

IL LAVORO CHE NESSUNO FILMA.

Un anno di lavoro sta in trenta secondi di montaggio. È il motivo per cui tutto sembra più veloce di com'è, e per cui al terzo mese pensi di essere indietro rispetto a gente che in realtà stava messa peggio di te. Questo materiale è la parte che non si filma: le ore vere, le cose noiose, e il mese in cui volevo smettere.

SCRITTO 06 — DISCIPLINA & ABITUDINI

IL LAVORO CHE NESSUNO FILMA.

Un anno di lavoro sta in trenta secondi di montaggio. È il motivo per cui tutto sembra più veloce di com'è, e per cui al terzo mese pensi di essere indietro rispetto a gente che in realtà stava messa peggio di te. Questo materiale è la parte che non si filma: le ore vere, le cose noiose, e il mese in cui volevo smettere.

8 MINUTI DI LETTURA CON ESERCIZIO DA COMPILARE A PENNA ↓
GRATIS, SENZA LASCIARE LA MAIL

01. Il punto

Il montaggio mente anche quando è onesto

Non serve che uno stia mentendo perché tu ti faccia un'idea sbagliata. Anche il contenuto più sincero del mondo è per forza **una selezione**: dodici mesi non stanno in un video, quindi ne restano i quattro momenti in cui è successo qualcosa. Gli altri trecentosessanta giorni non spariscono perché qualcuno li nasconde. Spariscono perché sono illeggibili.

Il danno però è reale, e non è l'invidia: è il **senso del ritmo**. Guardando i contenuti ti costruisci in testa un'idea di quanto ci vuole fra una cosa e l'altra, e quell'idea è sbagliata di un ordine di grandezza. Poi arrivi al mese tre, sei esattamente dove dovresti essere, e ti senti in ritardo.

Non ti manca il talento e non ti manca la disciplina. Ti manca il metro di paragone, perché nessuno pubblica la parte lunga.

02. Il lavoro vero

Le sei cose che non si filmano

Se prendessi una settimana qualunque e la dividessi per tipo di attività, quasi tutto il tempo finirebbe in queste sei voci. Nessuna è spettacolare. Tutte insieme sono il mestiere.

- 01 **Rifare cose già fatte.** Il contenuto rigirato quattro volte, il messaggio riscritto, la presentazione ripetuta finché non ti esce senza pensarci. È la voce più grossa di tutte e la meno raccontata, perché non c'è niente di interessante da mostrare in una quarta versione.
- 02 **Aspettare risposte.** Messaggi mandati che non tornano indietro, appuntamenti disdetti, persone entusiaste che poi spariscono. Non è tempo perso: è la parte del lavoro che ti insegna a non attaccarti al singolo sì.
- 03 **Studiare cose noiose.** Non i video motivazionali: la roba tecnica, quella che ti fa venire sonno. Nessuno fa un contenuto su questo perché non ci sono immagini.
- 04 **Sistemare la parte amministrativa.** Conti, scadenze, il commercialista, la burocrazia. Non produce niente e va fatta, e chi la rimanda se la ritrova moltiplicata.
- 05 **Parlare con persone che non compreranno mai.** Ed è giusto così: se parli solo con chi può comprare, si sente, e alla lunga smetti di essere qualcuno con cui vale la pena parlare.
- 06 **Tenersi in piedi.** Dormire abbastanza, muoversi, non arrivare a venerdì svuotato. Sembra una voce da manuale, e invece nei mesi in cui salta è la prima ragione per cui tutto il resto rallenta.

03. La giornata

Otto giorni presi dal mio calendario

Quello che segue non è ricostruito a memoria e non è la settimana buona: è quello che c'è scritto sul mio calendario negli ultimi otto giorni, tolti solo i nomi delle persone. L'ho lasciato com'era, comprese le voci che non farebbero mai da titolo a un video.

ORA	COSA C'È SCRITTO	SU 8 GIORNI
09:30	Routine del mattino, mezz'ora	7
10:00	Palestra, due ore. Poi doccia	4
12:30	Pranzo, col telefono in mano a rispondere	8
13:30	Il post del giorno	8
14:00	Mezz'ora di lettura	5
14:30	Il blocco lungo: sistemare il profilo, rifare le storie in evidenza, scrivere gli script, studiare roba tecnica	8

ORA	COSA C'È SCRITTO	SU 8 GIORNI
variabile	Call: persone nuove che vogliono capire cosa faccio, e persone con cui lavoro già	6
16:00	Pausa	3
16:30	Aprire le chat con chi ha iniziato a seguirmi	7
17:30	Storia con la chiamata all'azione, oppure aggiornare le statistiche	6
18:30	Cena	8
19:30	Da qui in poi non è più lavoro online	—

Una cosa prima di leggerla come se fosse ogni mia settimana: **questa era sbilanciata sui social**. Trentacinque ore su otto giorni sono finite su profilo, contenuti e materiali: è un periodo in cui sto costruendo delle cose e si vede. In una settimana normale una bella fetta di quelle ore è occupata dalle call: persone nuove che vogliono capire di cosa si tratta, e persone con cui lavoro già. Qui ce ne sono poche.

Te lo dico perché è esattamente il tipo di dettaglio che sparisce nei contenuti: **i periodi non sono tutti uguali**, e chi ti fa vedere sempre la stessa settimana perfetta te la sta costruendo apposta.

Detto questo, guarda la colonna di destra: è lì che c'è il messaggio di tutto questo materiale.

Il post c'è otto giorni su otto. Anche il sabato, anche la domenica, anche nei giorni in cui non avevo niente da dire e l'ho fatto lo stesso. Mezz'ora, tutti i giorni, senza eccezioni: è la voce più noiosa del calendario ed è quella che regge tutto il resto.

«Sistemare il profilo» e «rifare le storie in evidenza» compaiono cinque volte in otto giorni. È la stessa cosa, rifatta. Non perché l'avessi fatta male: perché ogni volta capisco qualcosa in più e la rifaccio meglio. Di quelle cinque volte, esattamente zero sono diventate un contenuto.

L'ora di chat c'è sette giorni su otto, e alla fine di quell'ora non ho in mano niente che si possa mostrare. Nessuno filma un'ora passata a scrivere a persone che magari non risponderanno.

In tutta questa settimana non c'è una sola voce che sia filmabile. Ed è la settimana che fa il lavoro.

PRIMA CHE TU FACCIA IL CONTO SBAGLIATO

Trentacinque ore in otto giorni sul personal brand non sono il requisito d'ingresso: sono le ore di uno che ci vive dentro e ci lavora da due anni. Se stai iniziando adesso, con una vita già in piedi, il numero onesto è un altro: dieci-quindici ore a settimana tenute con costanza, e l'ho scritto per intero in [Tempi e costi reali](https://sebastianooriani.com/materiali/tempi-e-costi-reali.html) (sebastianooriani.com/materiali/tempi-e-costi-reali.html).

Guardare le ore di qualcun altro e concludere «allora non ce la faccio» è il modo più veloce per non iniziare. Le ore crescono col tempo, non si mettono sul tavolo il primo giorno.

04. La parte scomoda

Sette mesi senza vedere un euro

Sono partito online a giugno 2024, e non con quello che faccio adesso: facevo dropshipping. **Ho lavorato sette mesi prima di vedere il primo euro.**

Sette mesi sono tanti, e non nel modo in cui suonano scritti. Ci passi dentro Natale. Ci passi dentro le domande dei parenti. Ci passi dentro il momento in cui cominci a pensare che forse hanno ragione loro, e non hai niente in mano per dimostrare il contrario, perché è esattamente il punto: **per sette mesi non hai niente da far vedere**, quindi qualunque cosa dici suona come una scusa, anche a te stesso.

Poi ha iniziato a funzionare. E ad aprile 2025 l'ho lasciato lo stesso.

Non ho mollato una cosa che non funzionava. Ho mollato una cosa che funzionava, perché non era mia.

Vendevo oggetti che non mi interessavano a persone che non avrei mai conosciuto. A fine giornata non restava niente: né una competenza che volevo davvero, né una persona con cui avessi parlato per davvero. I numeri dicevano che stava andando bene, ed è per questo che è stata una decisione difficile: **quando la direzione è sbagliata, i numeri non te lo dicono**. Possono andare benissimo mentre succede.

Le ore di quei sette mesi però non sono sparite. Sono rimaste nelle cose imparate, nelle persone conosciute, nel saper stare davanti a una telecamera senza irrigidirsi. Solo l'impalcatura è andata buttata.

Se sei in quel punto adesso, l'unica cosa utile che posso dirti è questa: *non sei tornato all'inizio, ti sembra soltanto*. E la sensazione di aver perso dei mesi è quasi sempre più grande della perdita vera.

Quello che si misura smette di sembrare niente

C'è un motivo tecnico per cui il lavoro invisibile logora: **non lascia traccia**. Alla fine di una settimana in cui hai rifatto quattro volte la stessa cosa e aspettato sei risposte mai arrivate, non hai niente in mano, e la tua testa registra «settimana vuota», che è falso ma è quello che ti ricordi.

La contromisura non è motivarsi di più. È tenere un registro, che è la cosa meno affascinante di questo materiale e quella che cambia più risultati.

✍ L'ESERCIZIO

• 2 MINUTI A SETTIMANA, PER SEI SETTIMANE

Il registro delle sei settimane

Ogni domenica sera, tre righe. Non di più: se diventa un impegno lo lasci perdere alla terza settimana. Fotografa il foglio ogni volta, così alla sesta hai il confronto.

SETTIMANA	ORE VERE DI LAVORO	UNA COSA CHE SO FARE MEGLIO DI 7 GIORNI FA	UNA COSA CHE HO RIMANDATO
1			
2			
3			
4			
5			
6			

La colonna che conta è la terza. Non misura i risultati — quelli in sei settimane non si vedono — misura **se stai diventando più bravo**, che è l'unica cosa che nei primi mesi puoi controllare davvero e l'unica che poi produce il resto.

Alla sesta settimana rileggi tutta la colonna insieme. È il momento in cui la maggior parte delle persone si rende conto di aver fatto molto più di quello che si ricordava.

La quarta colonna che si ripete uguale per tre settimane di fila è:

Se dopo sei settimane la terza colonna è vuota tre volte su sei, il problema non è la disciplina. È che:

PERCHÉ NON TI DO NUMERI

Sarebbe facile chiudere questo materiale con «e dopo X mesi è successo questo». Non lo faccio, e non è per fare il misterioso: è che una cifra ti farebbe usare il mio calendario come metro del tuo, e il mio calendario dipende da cento cose che non c'entrano niente con te. Le ore e le abitudini invece si trasferiscono. I numeri no.

06. E adesso

La settimana che ti sembra vuota

Se stai già costruendo qualcosa, c'è buona probabilità che questa settimana ti sia sembrata inutile. Quasi sempre non lo è stata: è stata invisibile, che è un'altra cosa.

Scrivimi in DM una cosa che sai fare meglio di sette giorni fa. Una sola, anche minuscola: parlare senza impappinarti, montare più veloce, rispondere a un'obiezione senza andare nel panico. Ti rispondo io. Non è una gentilezza: è che vederla scritta da un'altra persona è la cosa che le dà peso, e per qualche motivo funziona molto meglio che scriverla solo per sé.

E se invece sei fermo da settimane e non sai dire cosa stai facendo esattamente, quello è il segnale che serve una voce da fuori. **Trenta minuti in call, gratis, zero vendita:** spesso il problema non è che lavori poco, è che stai lavorando tanto sulla cosa sbagliata, e da dentro non si vede. Ci sono passato, e me lo ricordo bene.

Sebastiano Oriani, Emilia-Romagna

Mai mollare, lavora duro, il tuo giorno arriverà.

**Trenta minuti in call. Gratis, zero
vendita.**

Niente promesse di guadagno.

Niente pacchetti da comprare.

Niente pressione.

calendly.com/oriani-sebastiano/30min