

Allenare i muscoli dell'armonia

Elio Vera (elio.vera@cesma.edu)
CESMA - Centre for Executives Studies in Management
& Administration

Elio Vera ha intervistato Luciano Ballabio, violinista e molto altro... al termine di un suo concerto all'Auditorium Fondazione Cariplo di Milano

Il *coaching emozionale* permette di imparare a gestire in modo vincente le risorse intangibili che sono nelle persone e che, *come in un'orchestra*, possono essere valorizzate *creativamente* e utilizzate *generalivamente*.

Luciano, mi piace molto incontrarti in questo luogo così denso di emozioni e solo apparentemente così lontano dalla vita di noi sempre alle prese con problemi da risolvere e questioni da dirimere. Eppure sento che c'è un legame forte, va solo portato alla superficie e sono certo che tu ci aiuterai in questo. Ti va di parlarci di armonia e bellezza nella vita personale e professionale? Ci offri un esempio concreto?

“Dare a un corpo, divenuto freddo, una bellezza che durerà per sempre. Con calma. Con precisione. Ma soprattutto con tanta amorevolezza. Pur nella tristezza dell'ultimo addio, quanto viene eseguito per preparare il defunto, immersi nel silenzio pieno di pace, mi appare meraviglioso”. Sono queste le uniche parole che vengono pronunciate, dal giovane protagonista, nella parte conclusiva di una lunga sequenza tratta dal film *Departures* di Yojiro Takita (2008): storia dell'apprendistato di un violoncellista disoccupato che, per necessità, sceglie di diventare *thanatoesteta* seguendo, con crescente convinzione, il suo insolito datore di lavoro, il quale, dietro l'apparente cinismo, rivela progressivamente le doti sorprendenti di un mentore saggio, profondo e generoso. Il contesto e le corrispondenti immagini potrebbero apparire, a chi non avesse visto il film, piuttosto macabri. E invece quella scena, che dura poco meno di

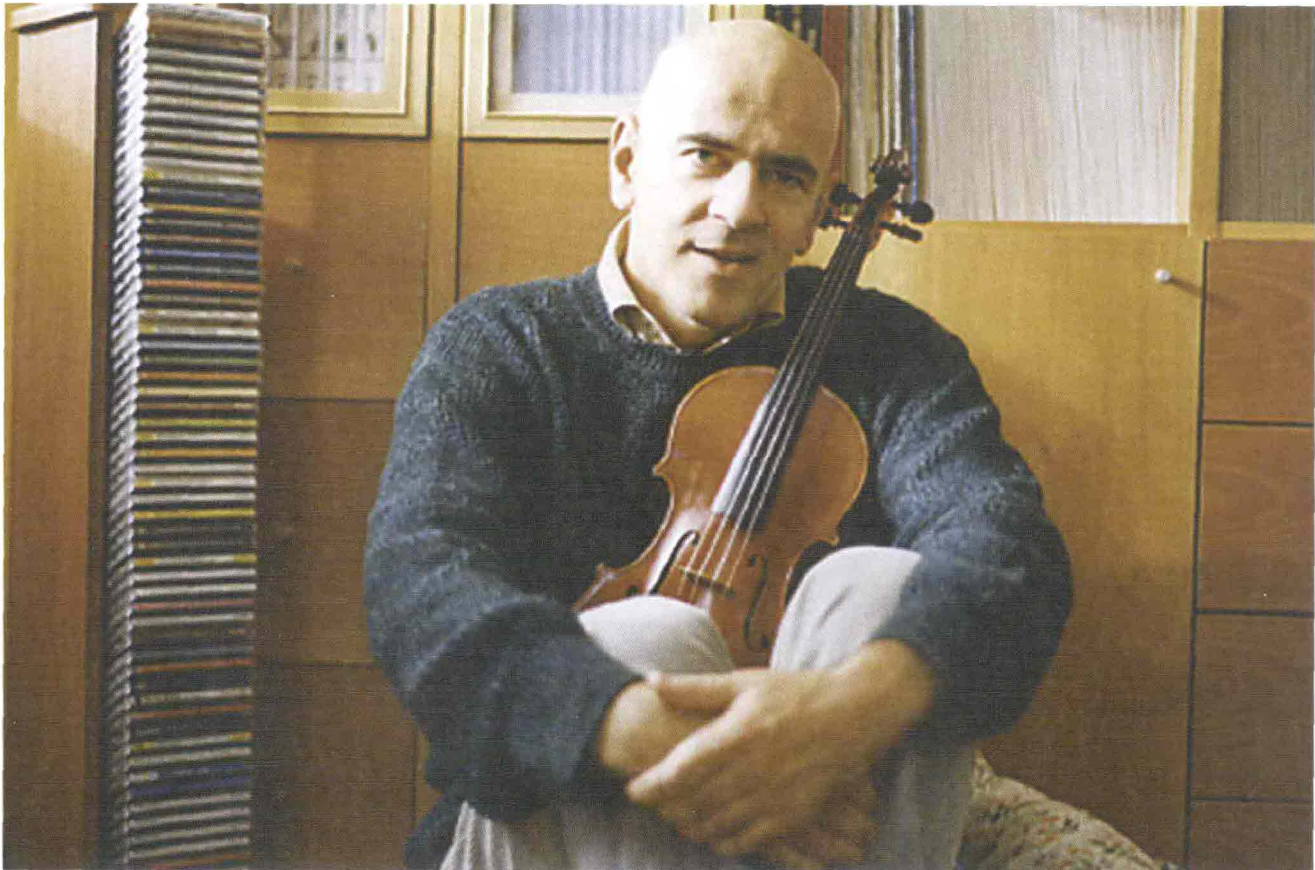


cinque minuti, è un concentrato di delicatezza, di sensibilità, di attenzione, di dedizione: un vero e proprio inno all'armonia, alla dolcezza e alla bellezza. Questo inno, tra l'altro, ha il potere di produrre una radicale metamorfosi nei sentimenti e nei comportamenti del

marito della defunta, che inizialmente aveva accolto in modo alquanto ruvido la coppia di *thanatoesteti*, colpevoli di essere arrivati all'appuntamento con un lieve ritardo. Nel momento del congedo finale infatti, dopo essersi scusato, l'uomo si rivolge loro pronunciando le seguenti parole: “Voi, oggi, avete reso mia moglie bella come era da viva. E per questo... grazie infinite, di cuore”.

Ho scelto di mostrare questa sequenza cinematografica alla *Vetrina delle Eccellenze* del Premio Basile AIF PA 2010, che si è svolta a Milano l'11 Marzo 2011, per offrire un'esperienza molto breve, ma altrettanto intensa, di quale senso possa avere e avesse effettivamente avuto, per i partecipanti, il Progetto *Armonia e bellezza personaleprofessionale. Team e Personal Coaching per il Personale Sanitario (con accreditamento ECM)*, che ho avuto il piacere dapprima di realizzare, in un'Azienda di Servizi alla Persona, e poi di illustrare in occasione appunto della *Vetrina* di Milano.

Non avevo mai mostrato in pubblico quelle immagini, che sono tutte giocate sulla mimica, sui gesti, sugli sguardi, sulla cura dei dettagli, sull'attenzione ai sentimenti, e non ero affatto sicuro dell'effetto che avrebbero prodotto. Con grande soddisfazione, mia e di tutti i presenti, ho invece potuto verificare l'altissimo tasso di concentrazione, di partecipazione e perfino di commozione con cui ciascuno ha vissuto, dall'inizio alla fine, quella pur breve esperienza. “Potere del linguaggio cinematografico”, si potrebbe giustamente osservare. “Potere dell'armonia e della bellezza personale e professionale” si potrebbe, altrettanto giustamente, aggiungere.



Ma qual è questo potere? Quale potere armonia e bellezza sono oggi in grado di esercitare, in una realtà così caratterizzata dalla complessità e dalla contraddittorietà quale è quella in cui viviamo e lavoriamo e quale presumibilmente sarà quella in cui saremo chiamati a vivere e lavorare nel prossimo futuro?

Nella loro intangibilità, armonia e bellezza sono in effetti, almeno apparentemente, due valori privi di valore. La bellezza e la cura del corpo vengono addirittura additate, a volte, come disvalori: come occasioni di esaltazione dell'esteriorità, dell'apparenza, e quindi come segni di superficialità o addirittura di finzione. Tuttavia, se vengono sottoposte a un'indagine più attenta e se sono considerate nella loro dimensione più profonda, armonia e bellezza si rivelano invece fonti inesauribili d'ispirazione e componenti essenziali di una visione estremamente potenti, evolutivamente potenti. La nostra capacità di lasciarci contagiare e ispirare dall'armonia e dalla bellezza diventa infatti la condizione per imparare a ricrearle, a ri-generarle dentro di noi e intorno a noi.

Con quali, eventuali, vantaggi?

Saper armonizzare le differenze, ma anche i contrasti, i conflitti, attuali e potenziali, interni ed esterni alle nostre persone, invece di limitarsi a essere un'uto-

Luciano Ballabio, laureato in filosofia, dopo diverse esperienze aziendali, nel 1997 ha scelto la libera professione come formatore e coach. Nel 2004 ha ottenuto la Certificazione di Qualità AIF. Quattro suoi progetti, realizzati tra il 2006 e il 2010, sono stati premiati con Segnalazione di Eccellenza al Premio Nazionale per la Formazione nella Pubblica Amministrazione "Filippo Basile". È Socio Fondatore dell'Università delle Persone, creata nel 2008 da Enzo Spaltro. Nel 2011 ha incontrato Profexa Consulting, di cui è attualmente Trainer. Autore di tredici volumi, è violinista nella più importante Orchestra Sinfonica Amatoriale italiana: *laVerdi* per tutti.

pia irenica, si rivela oggi l'arte suprema per poter guidare, indirizzare e gestire prima di tutto noi stessi e conseguentemente anche le altre persone sia nella vita che nel lavoro: proprio *come* accade in un'orchestra. E in orchestra, anzi in orchestre diversificate e cangianti, ciascuno di noi, anche se non ne è consapevole e anche se non sa suonare strumenti musicali, vive e lavora continuamente, interpretando la *sinfonia* più difficile e (poiché è in continua trasformazione) più imprevedibile di tutte: la *sinfonia* della nostra esistenza.

Come si impara l'arte di armonizzare?

Al di là della nostra maggiore o minore consapevolezza, è l'allenamento, l'esercizio, la fonte privilegiata, anzi la fonte esclusiva di ogni effettivo e durevole

apprendimento. Come ha scritto Peter Sloterdijk nel suo denso e bellissimo libro intitolato *Devi cambiare la tua vita* (il cui vero titolo sta nel sottotitolo: *Sull'antropotecnica*, Cortina 2010), è infatti attraverso l'allenamento, ovvero attraverso esercizi finalizzati, coerenti e congruenti, che possiamo non soltanto donare senso alla nostra vita e al nostro lavoro, ma anche arrivare a conseguire gli obiettivi più ambiziosi e a raggiungere le mete, almeno apparentemente, più inarrivabili.

Allenare i muscoli dell'armonia, e quelli corrispondenti

della bellezza, da optional voluttuario diventa allora un must di primaria importanza per tutti coloro che, nei loro ruoli e nelle loro funzioni di leader o di manager, ma anche in quelli di follower o di colleghi, devono e dovranno gestire, nella vita e nel lavoro, spartiti e partiture, ovvero relazioni e processi, sempre più complessi con interlocutori sempre più numerosi e diversificati.

I muscoli dell'armonia e della bellezza possono e devono essere allenati *come in un'orchestra*, sia nelle singole persone sia nei gruppi piccoli e grandi, esattamente come

possono e devono essere allenati i neuroni e le loro sinapsi visto che, alla luce di ciò che scrive il grande neuropsicologo Elkhonon Goldberg nel suo affascinante libro intitolato *La sinfonia del cervello* (Ponte alle Grazie 2010), anche il nostro cervello funziona *come un'orchestra*.

Dove stanno, e come possono essere allenati, i muscoli dell'armonia per poter essere poi utilizzati nella nostra professione?

Quella dei *muscoli dell'armonia* non è soltanto una metafora. L'allenamento finalizzato all'apprendimento dei significati che armonia e bellezza possono assumere, nella nostra vita personale e professionale, parte infatti dal nostro corpo, oltre che dalla nostra coscienza incarnata, come viene definita dai neurobiologi, e al nostro corpo, passando attraverso la coscienza incarnata, inevitabilmente ritorna.

Il *coaching emozionale*, nella doppia forma del personal e del team coaching, è lo strumento e soprattutto è la metodologia attraverso cui, singolarmente e collettivamente, possiamo imparare ad allenare qualsiasi nostra abilità e quindi anche la nostra e l'altrui capacità di percepire e generare armonia e bellezza, sia nella dimensione personale che in quella profes-

sionale della nostra esistenza. Nel Progetto *Armonia e bellezza personale professionale. Team e Personal Coaching per il Personale Sanitario* così come nel Progetto *Accogliere in armonia*, realizzato per un'Azienda Ospedaliera, il focus è stato posto sul valore emozionale, motivazionale, inter-personale e inter-culturale, ma anche organizzativo, competitivo, generativo di valore tangibile, economico, dell'armonia e della bellezza diffuse nelle persone e tra le persone che sono impegnate in un lavoro di cura destinato ad altre persone. Si tratta di valore tangibile, oltre che intangibile, perché permette di risparmiare costi, prevenire sprechi, migliorare l'efficienza delle performance, l'efficacia delle prestazioni e la qualità dei servizi, creando le condizioni per ottimizzare la soddisfazione dei clienti interni ed esterni.

Quali sono le caratteristiche distintive del coaching emozionale rispetto alla formazione tradizionale?

Grazie all'utilizzo di appropriati linguaggi verbali, come la poesia, e non verbali, come la danza, la musica e il film, armonia e bellezza personale e professionale, aziendale e sociale, diventano il risultato di progressiva scoperta, ricerca, sollecitazione, esemplificazione, sperimentazione, imitazione, condivisione, invenzione, creazione e generazione. Attraverso il team e il personal coaching emozionale, invece di essere oggetto di sola descrizione, illustrazione e teorizzazione verbale, armonia e bellezza sono oggetto di una duplice esperienza diretta: corporea, fisica e comportamentale, da un lato, mentale, razionale ed emozionale, dall'altro lato. L'obiettivo e il conseguente risultato, documentato dal feedback di tutti i partecipanti rilevato anche a distanza di molto tempo, è la generazione di armonia etica ed estetica, nel corpo, nel gesto, nel respiro, nella voce, nella parola detta, nella parola scritta, ma anche nei sentimenti, nei movimenti, nei comportamenti e nelle interazioni complesse.

Se, come sta scritto nello splendido libro di Fatima Mernissi *La terrazza proibita. Vita nell'harem* (Giunti 1999), è possibile "allenare i muscoli della felicità", allora, come dicono tutte le esperienze di team e personal coaching emozionale che ho condotto negli ultimi sette anni, è sicuramente possibile, ma è soprattutto utile e vantaggioso in particolare per chi si occupa professionalmente di direzione e gestione delle persone, allenare i muscoli dell'armonia e della bellezza per imparare a ri-generarle in ogni istante della nostra esistenza, sia individualmente che collettivamente, sia da soli che insieme agli altri. Proprio *come in un'orchestra* permanente.

Grazie Luciano.

