



I. L.

Benessere Interno Lordo

di Silvia Vescuso

Direttore Istituto Informa, Psicologa del lavoro e delle Organizzazioni



Economia della consapevolezza una strada per raggiungere il benessere in azienda

Ho intervistato il Dottor Niccolò Branca dopo aver letto il suo interessante libro *“Per fare un manager ci vuole un fiore. Come la meditazione ha cambiato me e l’azienda”*. Il tema era per me di particolare interesse visto che da anni pratico la meditazione. Sono riuscita ad incontrarlo al Museo Branca a Milano. Un posto ricco di storia. La sua azienda, infatti, lo scorso anno ha festeggiato 170 di attività. Mi hanno colpito molto la sua disponibilità e gentilezza. Vi trasferisco i contenuti dell’interessante conversazione perché questi possano rappresentare uno stimolo alla riflessione di ciascuno di noi. Buona lettura.



Dottor Branca, nel suo libro sostiene valori e promuove nuovi modi di pensare ed agire. Cosa intende per Economia della Consapevolezza?

L’etimologia della parola economia deriva dal greco *oikos*, casa/dimora e *nomos*, norma/regola. La parola, quindi, non rappresenta soltanto uno spazio fisico ma ci relaziona con gli altri, con l’ambiente e con l’essenza di noi stessi. Tutto ciò è possibile se siamo consapevoli e se siamo saldamente ancorati alla realtà quotidiana. È un modello di autoconsapevolezza applicato anche alla sfera economica. Significa consapevolezza nella produzione, nel consumo, nelle risorse e nel ritorno finanziario. Ma anche, e soprattutto, rispetto dell’ambiente e di ogni persona coinvolta nel processo produttivo.



La sua azienda come coniuga profitto ed etica?

Una società deve perseguire un profitto per retribuire il personale, pagare i fornitori, effettuare investimenti in ricerca e sviluppo, contribuire con il paga-



mento delle proprie tasse ai costi dei servizi resi dallo Stato. Se l'azienda va bene, significa che sta creando benessere. Ma il benessere si realizza anche attraverso comportamenti etici. L'azienda è stata tra le prime a redigere e introdurre un Codice Etico che spazia dalla tutela della qualità dei prodotti al rispetto delle persone, alla sicurezza sul lavoro, alla sicurezza alimentare, all'ambiente. Tutte attività che hanno un costo, ma rappresentano valori importanti ai quali crediamo e che consentono di realizzare l'eccellenza attraverso modi di fare e agire.



Il termine responsabilità cosa le evoca in azienda?

È una parola chiave nel glossario imprenditoriale perché è un'emanazione della consapevolezza. Deriva dal verbo latino respondere, rispondere, cioè impegnarsi a rispondere delle proprie azioni e delle conseguenze che ne derivano.

Ecco perché assegnare delle responsabilità all'interno di un'organizzazione non corrisponde all'assegnazione di particolari fette di potere. Significa invece dare modo a una persona di impegnarsi a rispondere delle proprie azioni, e delle conseguenze che ne derivano, nella piena consapevolezza di essere parte di un organismo vivente nel quale ogni unità organica è formata da singole parti che hanno una coscienza, un'identità e una finalità.

Dove ogni snodo è un valore esso stesso che si rafforza responsabilmente nel rapporto con gli altri.



Stiamo attraversando un periodo molto complesso socialmente ed economicamente. La crisi attuale rappresenta un'opportunità per ognuno di noi oppure è solo la manifestazione di un disagio profondo?

Tutte le situazioni sono fondamentalmente occasioni di crescita. Siamo noi che le classifichiamo come belle o brutte, positive o negative, attribuendo all'esterno la "colpa" di ciò che accade, lamentandocene.

La lamentela esprime la non accettazione della realtà, del presente. Quando siamo nel qui ed ora sappiamo vedere la realtà con chiarezza e siamo in grado di agire con consapevolezza anziché re-agire in balia delle situazioni. Del resto, non è quando le cose vanno bene che offriamo il meglio di noi, ma nei momenti critici, nelle situazioni di pericolo, nei periodi di grandissima difficoltà. In tali circostanze riusciamo a far emergere forza, resistenza, lucidità e intuito. Basta avere fiducia in noi stessi e nel futuro.



Perché ritiene che la meditazione abbia cambiato lei e la sua azienda?

La scienza ormai concorda nel proporla, ad esempio, come valido supporto e antidoto alle situazioni di stress, alla depressione, all'insonnia. Tuttavia, è tempo di non relegarla soltanto ad ambiti clinici. La meditazione contribuisce a sviluppare aree della corteccia cerebrale legate all'attenzione e all'elaborazione visiva e uditiva, per questo aiuta a vivere con maggiore percezione e attenzione anche ogni altro momento della vita quotidiana, compreso l'ambito lavorativo. Inoltre, permette di acquisire una maggior capacità di rilassamento e rafforza la nostra elasticità mentale. Chiunque pratichi la meditazione è consapevole dei risultati che via via ottiene: maggiore equilibrio, chiarezza, controllo delle proprie emozioni. Tutto questo poi si riflette positivamente anche sulle persone con cui si entra in contatto, nelle relazioni personali o professionali.

CHI È NICCOLÒ BRANCA

Niccolò Branca è presidente e amministratore delegato della holding del Gruppo Branca International S.p.A. dal 1999. A partire dai primi anni Novanta si dedica alla pratica meditativa che lo porta a integrare dimensioni umanistiche all'interno di una leadership imprenditoriale.



Autore e coautore di diverse pubblicazioni, ha ottenuto negli anni numerosi riconoscimenti imprenditoriali.