

NATALE BRESCIANINI
ALESSANDRO PANNITTI

Spiritualità cristiana e Coaching

La relazione facilitante di Gesù

Edizioni La parola
Roma

INDICE

7	Perché questo libro?
19	Una introduzione al Coaching
37	La relazione facilitante
111	Consapevolezza, sviluppo ed espressione del potenziale
161	Agire consapevolmente: il piano d'azione
193	Pregare come in una sessione di Coaching
209	Conclusione
213	Note
223	Bibliografia
227	Nota sugli Autori

*Beato chi trova in te la sua forza
e decide nel suo cuore il santo viaggio.*
(Sal 83,6)

PERCHÉ QUESTO LIBRO?

Alessandro: Sono in treno verso Roma, dove mi aspetta un fine settimana di lavoro. Lo scompartimento è abbastanza tranquillo, fuori è già buio pesto. Accendo il tablet e decido che è giunto il momento di iniziare a scrivere l'introduzione di questo libro: uno dei progetti più importanti e desiderati della mia vita. Come concordato con Natale, con cui ho l'onore di condividere questo lavoro, ci sembra opportuno cominciare provando a dare una spiegazione del perché di questo libro.

Già, perché?

Ebbene, non avevo ancora terminato il mio primo corso di formazione sul Coaching, non immaginando che questo metodo avrebbe cambiato la mia professione ed anche il mio approccio alla vita, e già sentivo dentro di me una voce che sussurrava: «Quanto sarebbe interessante condurre una ricerca per far ri-

saltare le similitudini tra la figura di Gesù e l'attività di un Coach professionista...».

Mi viene in mente uno spezzone del film *Billy Elliot* che domani farò vedere in aula. È la scena dell'audizione di Billy alla Royal Ballet School. Al colloquio finale la commissione gli chiede cosa ci trovi di così bello nel danzare. A quella semplice domanda il ragazzo rimane senza parole e lì per lì non sa dare una risposta argomentata. Poi replica: «Non lo so..., perché si danza!». L'incapacità di Billy nel trovare una ragione per la quale tutti i giorni non vedeva l'ora di andare alla scuola di ballo ad esercitarsi ha una spiegazione scientifica. Ogni volta che danzava Billy faceva un'esperienza «ottimale nello stato di Flow»¹. Era una grande motivazione interna che spingeva Billy Elliot a ballare, quel tipo di motivazione intrinseca che sta proprio alla base delle esperienze autoteliche di Flow, di quelle esperienze dove la persona è profondamente focalizzata e concentrata alla realizzazione dell'attività stessa, immersa nel piacere che prova nel farla, senza pensare alle conseguenze o alle eventuali ricompense che ne potrebbero derivare.

Da tanto tempo sento una voglia intensa di mettermi in gioco nell'intraprendere questo progetto. Come per Billy Elliot, mi è

difficile dare una spiegazione razionalmente esauriente; la motivazione a scrivere questo libro semplicemente si trova dentro di me!

Non mi resta quindi che raccontare qualcosa di me, a partire dal mio incontro con i protagonisti del libro.

Infatti, il titolo presenta un accostamento ed una tesi implicita, tanto chiari quanto, forse, azzardati: parleremo di Gesù e di Coaching.

Comincio con il mio incontro con Gesù che, a pensarci bene, in realtà è un lungo viaggio iniziato 49 anni fa; un cammino nel quale la Sua presenza al mio fianco è stata sempre percepita, sebbene in alcuni momenti non tenuta in considerazione.

La mia infanzia e adolescenza sono state scandite dalle ore di catechismo e dalle frequentazioni in oratorio e in parrocchia, come è accaduto a gran parte dei ragazzi della mia generazione. Il mio approccio al cristianesimo è avvenuto in modo naturale, nel solco della tradizione, sollecitato da mia madre che era particolarmente attenta e un po' preoccupata per la mia educazione, dato che sono orfano di padre dall'età di 8 anni.

Poi è arrivata la maggiore età, l'ingresso nel mondo del lavoro, l'indipendenza dalla

famiglia di origine e, conseguentemente – anche qui come accade a molti – un fatale raffreddamento della fede. All’inizio del secondo millennio, all’età di 34 anni, dopo avere vissuto per 6 anni all’estero – periodo per me estremamente significativo dal punto di vista professionale e formativo – sono tornato a stabilirmi in Italia.

È stato in questo momento che ho avvertito l’esigenza di fermarmi e di prendermi finalmente cura di me stesso: un intenso richiamo a mettermi in ascolto della mia interiorità e, nello stesso tempo, di tornare a confrontarmi con il Dio rivelato da Gesù.

La città di Assisi ha rappresentato il luogo privilegiato per trascorrere indimenticabili momenti di silenzio e riflessione, meditazione e preghiera, dei quali sentivo un bisogno impellente. Inoltre, un luogo particolare – la Cittadella di Assisi – mi ha dato l’opportunità di conoscere uomini e donne le cui parole e testimonianze hanno cominciato a fare un po’ di chiarezza in me stesso. Per citarne alcuni, Enzo Bianchi, Carlo Molari, Bruno Maggioni, Alex Zanotelli mi hanno particolarmente arricchito; ma probabilmente, chi più di tutti ha influito sul mio processo di maturazione vocazionale è stato padre

Alberto Maggi². La forza dei suoi interventi, la chiarezza dei suoi libri, che consiglio a tutti vivamente, hanno maturato in me una fede finalmente adulta e consapevole. Avete presente quando in una splendida giornata di primavera viene aperta la finestra in una stanza che per mesi è rimasta chiusa e buia? Luce e aria fresca! Ecco l'effetto che hanno avuto in me (e che hanno tuttora!) le catechesi di Alberto Maggi.

Da ormai 15 anni ho ripreso a camminare nella fede, cercando di seguire Cristo, mio costante punto di riferimento, il vero Dio e vero uomo che continua a suscitare in me un immenso fascino, interesse e desiderio di conoscerlo meglio.

Il primo incontro con il Coaching, invece, è avvenuto nel 2007 in una libreria di Milano. La mia vita professionale aveva subito da qualche anno un cambiamento radicale. Dopo 15 anni di carriera manageriale in azienda avevo infatti intrapreso un'attività di consulenza commerciale come libero professionista, e contemporaneamente, alla "veneranda" età di 38 anni mi ero iscritto alla facoltà di psicologia, coronando un sogno nel cassetto. Ormai prossimo al conseguimento della laurea trien-

nale in scienze e tecniche psicologiche, vivevo l'esperienza dell'Università con due crescenti consapevolezza. La prima era che non mi sentivo né adatto né motivato a diventare uno psicoterapeuta, cioè a svolgere una professione in ambito clinico. La seconda consapevolezza era che desideravo fortemente lavorare con le persone, aiutandole a realizzare la propria vocazione attraverso progetti di vita pieni di senso. Ecco perché, quando in quella libreria di Milano mia moglie – dicendomi «Guarda un po' questo...» – pose dinanzi a me un libriccino che riportava nel titolo *Il Coach, il professionista che aiuta a raggiungere i risultati desiderati* i miei neuroni si attivarono intensamente, focalizzando l'attenzione sulle prime pagine del libretto, che prontamente acquistai. Da quel giorno cominciai una ricerca sempre più appassionata ed approfondita volta a comprendere quale disciplina ci fosse dietro questa professione a me sconosciuta. Cominciai a consultare tutti i testi che parlavano di Coaching, partecipai ad incontri e convegni, alcuni dei quali non apprezzai e, anzi, mi lasciarono perplesso; ma infine spinto comunque da un crescente ed inappagato interesse, scelsi un corso di formazione per acquisire le competenze di base del Coaching. Fu un'esper-

rienza molto positiva che, sebbene lasciò alcuni vuoti di contenuto, mi fece definitivamente innamorare di questo metodo e stimolò la mia motivazione a lavorare con il Coaching. Oggi dirigo insieme al mio socio Franco Rossi IN-COACHING® (www.incoaching.it), una delle scuole di formazione e società italiane leader nei servizi legati al Coaching.

Natale: Tocca a me... Che centra un monaco benedettino con il Coaching?

Credo sia una domanda spontanea e legittima.

Per me l'incontro con il Coaching è avvenuto in modo del tutto casuale.

Dopo 13 anni nel seminario diocesano di Brescia, nel 1996 sono entrato nella comunità monastica benedettino-camaldolese a Bardolino (VR) e lì ho avviato il mio percorso monastico.

Di formazione puramente umanistica, licenza in teologia, specializzazione in studi monastici, ho poi completato la mia formazione con due esperienze particolari: un anno trascorso in California (2003-2004) presso il nostro monastero di Berkeley e successivamente due anni (2004-2006) di lavoro presso una azienda veronese, come impiegato.

L'esperienza lavorativa mi ha messo in contatto con il mondo della consulenza e della formazione, e con mio grande stupore ho trovato una realtà in cui mi sento a mio agio e nella quale alcuni elementi cari alla tradizione monastica possono avere una rilevanza notevole.

Così, quasi per gioco, e grazie all'amico Massimo Folador, dal 2006 mi occupo di formazione aziendale, offrendo giornate esperienziali e di riflessione partendo dalla Regola di san Benedetto.

Nel 2007 mi trasferisco nell'Eremo di Monte Giove a Fano (PU), nelle Marche, e durante una di queste giornate di formazione conosco Alessandro e sento parlare di Coaching.

All'inizio non ci avevo dato troppo peso, poi ho iniziato ad informarmi, anche perché notavo che il termine «coaching» veniva sempre più utilizzato in ambito aziendale.

Questo interesse poi mi ha portato a frequentare il corso base presso la Scuola IN-COACHING® e successivamente un Corso di Alta Formazione Universitaria in Coaching nel 2014.

Per me è stato veramente un incontro molto fecondo; nella nostra tradizione abbia-

mo la figura del padre spirituale, cioè di una persona che accompagna un'altra nella crescita umana e spirituale.

A me è sembrato quindi molto naturale sentire molto vicino il metodo del Coaching, come un veicolo per trasmettere in modi contemporanei una sapienza antica. Non per nulla la mia tesi di fine corso è proprio intitolata: *Il padre spirituale e il Coach: prove tecniche di dialogo*.

E quindi mi ha incuriosito molto e stimolato assai la richiesta di Alessandro di scrivere questo libro, per mettere in parallelo la figura di Gesù con quella del Coach moderno.

La persona di Gesù è talmente eclettica e poliedrica che è stata studiata da varie prospettive, anche a livello manageriale; quindi non credo ci sia nulla di eretico o di irriverente nel nostro tentativo di mettere in evidenza nell'agire di Gesù alcuni tratti caratteristici del metodo del Coaching.

Entrambi sono messi al servizio dell'essere umano, affinché ogni uomo e ogni donna possa dare il meglio di sé, con tutte le energie spirituali e materiali, con tutte le proprie potenzialità per realizzare in azioni concrete ciò che ha dentro di sé, o per usare un linguaggio più mio, per realizzare la voca-

zione personale, alla quale il Dio di Gesù Cristo ogni giorno chiama!

Entrambi partono da una visione positiva dell'essere umano e di ciò che ognuno può fare; c'è anche un aspetto molto concreto: la vita spirituale si realizza e prende spunto da azioni concrete, dalla quotidianità della vita; così pure il Coaching ha il suo punto di forza nel piano di azione, che è appunto il darsi una regola per centrare un obiettivo.

Ho l'impressione che la tradizione cristiana stia soffrendo un po' di crisi di partecipazione; credo infatti che a volte abbiamo, passatemi l'espressione, «venduto male il nostro prodotto»... per me ora il Coaching inizia ad essere un strumento potente ed efficace per rendere ogni persona consapevole della propria ricchezza spirituale, autonoma nel suo agire responsabile di fronte alle scelte da fare.

Non per nulla ho contribuito alla nascita di un sito e di un marchio di Life&Spiritual Coaching: Epektasis (www.epektasis.eu), insieme alla teologa Selene Zorzi.

Questi sono alcuni elementi che mi hanno fatto dire sì alla richiesta di Alessandro... non ci resta ora che entrare nel vivo dell'argomento.

P.S.: utilizzerò varie volte la parola *tradizione*. Per me essa ha un significato molto particolare: non indica nostalgia per un passato che non c'è più, ma la capacità di consegnare (*tradere*) qualcosa a qualcuno; ha dunque a che fare più con il presente e il futuro che con il passato.

Non si tratta di clonare o fotocopiare un passato, ma di tradurre per la nostra contemporaneità elementi che costituiscono profondamente il nostro essere persone