

**Ornella Tiziana Arena
Gianfrancesco Meale**

NUTRIRE IL BENE

**Libera l'energia della componente umana
con il Sistema TRE-E,
basato sulla Scienza della Felicità e
sulle Organizzazioni Positive,
per un Agroalimentare al servizio della vita.**

NUTRIRE IL BENE

Libera l'energia della componente umana con il Sistema TRE-E, basato sulla Scienza della Felicità e sulle Organizzazioni Positive, per un Agroalimentare al servizio della vita.

Autori

Ornella Tiziana Arena

Gianfrancesco Meale

Editore

Bruno Editore

Sito internet

<https://www.brunoeditore.it>

Tutti i diritti sono riservati a norma di legge. Nessuna parte di questo libro può essere riprodotta con alcun mezzo senza l'autorizzazione scritta dell'Autore e dell'Editore. È espressamente vietato trasmettere ad altri il presente libro, né in formato cartaceo né elettronico, né per denaro né a titolo gratuito. Le strategie riportate in questo libro sono frutto di anni di studi e specializzazioni, quindi non è garantito il raggiungimento dei medesimi risultati di crescita personale o professionale. Il lettore si assume piena responsabilità delle proprie scelte, consapevole dei rischi connessi a qualsiasi forma di esercizio. Il libro ha esclusivamente scopo formativo.

“Ridefinire il successo del business
come un servizio reso ad ogni vita”

Meghan French Dunbar

Sommario

Sommario	4
Introduzione.....	5
Capitolo 1: – La nostra trasformazione per un Agroalimentare Felice	15
Capitolo 2: – Cablati con la Natura: vivere il Sistema Agroalimentare, consapevoli	37
Capitolo 3 – Racconti lungo la via verso le “Organizzazioni Positive”	73
Capitolo 4 - La mappa della gioia: esplorando la Scienza della Felicità e le Organizzazioni Positive	119
Capitolo 5 - Come il Sistema TRE-E conduce verso l’Organizzazione Positiva.....	160
Conclusione e ringraziamenti	180

Introduzione

“Voglio pensare, sentire e dire sempre nella direzione giusta,
quella della prosperità morale e materiale.
Voglio che il dolore si trasformi in gioia, le difficoltà in successo,
l’astio in amore, il Mondo in Paradiso.
Voglio agire per conseguire tutto ciò, lucidamente”
Haziel - Riti e Preghiere per tutte le condizioni della vita

Se ti dicessi che potresti lavorare conciliando lavoro, profitto e felicità, cosa penseresti?

Ricordati di quando eri bambino, quando il tempo non esisteva, quando giocavi ed eri completamente assorto in quello che facevi. Eri semplicemente nel tuo flusso ed eri felice.

Oggi nel lavoro puoi affermare di rivivere questo stato?

In questo libro faremo insieme un viaggio che ti porterà a maturare una nuova consapevolezza e a ritrovare sul piano personale e su quello organizzativo quella dimensione che hai già conosciuto.

Gli ultimi anni ci hanno disorientati e tutt’ora facciamo fatica a navigare seguendo una bussola.

Siamo stati e siamo tutt’ora testimoni di cambiamenti così veloci e repentini, a livello tecnologico, sociale, geopolitico e umano, che nonostante la plasticità del nostro cervello abbia cercato di andare di pari passo con i cambiamenti e le sollecitazioni esterne, ci riesce spesso difficile tenere un ritmo sempre più accelerato sia a livello individuale, sia organizzativo.

Il nostro organismo è composto da diversi sistemi che collaborano tacitamente tra loro all'unisono e sono in grado anche di trasformare parzialmente il loro ruolo all'occorrenza per supportarsi, sopravvivere e ristabilire un equilibrio. Così un'organizzazione, essa stessa un organismo complesso, un sistema vivente come il corpo umano, deve essere in grado di avere la stessa plasticità del cervello, la stessa capacità di trasformazione e, al medesimo tempo, di cooperazione tra le parti per il bene comune.

Ecco che nasce l'esigenza e l'urgenza per le Organizzazioni di evolversi e migliorarsi per uno scopo condiviso, in un ambiente in cui tutti possano essere in equilibrio, fiorire ed essere felici, basandosi su valori e su una visione elevata, chiara e coerente, lasciando alle spalle la logica della competizione, del profitto fine a se stesso a discapito del benessere del lavoratore, della società e dell'ambiente. Allora come fare?

Per secoli il binomio felicità e lavoro è stato considerato incompatibile, laddove il lavoro era inteso solo come fatica, frustrazione e sfruttamento individuale, sociale, del territorio, dell'ambiente e delle sue creature.

Ora le cose stanno cambiando: diverse aziende e organizzazioni sono già consapevoli di ciò, attente ai cambiamenti, ai megatrend, sensibili al benessere dell'individuo al loro interno e all'impatto ecosistemico.

Ecco che nascono modelli organizzativi più attenti alla sostenibilità, alla trasparenza, al benessere. Sorgono le B Corp e le Società Benefit ¹.

Alcune aziende, senza essere categorizzate sotto etichette specifiche, hanno già un'anima aperta alla comprensione delle dinamiche del benessere e hanno già implementato strategie dall'impatto positivo su diversi fronti o sono pronte a farlo.

Hanno già incorporato da tempo alcuni di questi valori, oppure ne sono portatori per "natura", e spesso si spingono anche più in là, esprimendo e mettendo in atto quelli dei loro fondatori.

Nel viaggio che ti proponiamo, in uno spaccato delle aziende della filiera agroalimentare, esplorando lo stato dell'arte, vogliamo presentare e ispirare verso un modello di riferimento, culturale prima che organizzativo, ancora più evoluto, quello delle Organizzazioni Positive, basato sulla Scienza della Felicità.

Organizzazioni come luoghi di senso, fatti di persone, emozioni, umanità, etica, energia e spiritualità, ancor prima che di numeri, economia, business, mercato, che comunque sono imprescindibili.

Organizzazioni in cui il profitto non è a discapito del benessere e della felicità del lavoratore, anzi ne è alimentato.

L'Agroalimentare, per le contraddizioni che sta vivendo, è forse il settore che maggiormente può trarre beneficio dall'opportunità di far proprio questo modello e divenire al tempo stesso l'esempio per altri settori economici.

Proseguendo nella lettura scoprirai il perché.

Le nostre esperienze di lavoro e di vita personale, pur partendo da formazioni diverse (Ornella Tiziana Arena, CHO, psicologa clinica, delle organizzazioni, Business Coach e già docente di lingue e letterature straniere - Gianfrancesco Meale, Laureato e Specializzato in Chimica e Tecnologie Alimentari, CTU Tribunale di Milano e Business Coach), ci hanno portati a diventare soci fondatori di MEALeFOOD Consulting nel 1998. Successivamente, attraverso percorsi formativi ed esperienziali talvolta paralleli, talvolta convergenti, e accomunati da una visione spirituale, ci siamo ritrovati con un forte scopo condiviso per collaborare sui temi del benessere organizzativo e della felicità della persona.

Operiamo in questo settore da circa 30 anni, affiancando le aziende e il loro personale nei vari aspetti del business.

Alimentiamo l'innovazione e il cambiamento, con uno sguardo privilegiato alla persona, il vero cuore delle organizzazioni, ponendola sempre al centro e come punto di partenza del nostro intervento. All'approccio razionale ingegneristico, gestionale,

tecnologico alimentare e strategico, propri della cultura operativa di settore, affianchiamo quello emotivo e creativo nella gestione dei progetti e dei processi.

Tutto ciò, vissuto con passione e convinzione, ci ha spinto a raccontare in questo libro la nostra esperienza e la nostra visione proprio a te. A te imprenditore, manager o professionista visionario e a te collaboratore, dipendente che senti di essere e di volere qualcosa in più di quello che ti è consentito esprimere nel tuo lavoro o a te, opinion leader o consumatore consapevole, interessato al valore e all'unicità del cibo e del sistema che lo genera. Sei probabilmente tra coloro che ogni mattina si svegliano e agiscono mossi da uno scopo nobile, che sono sostenuti da una identità autentica e forte, perché sorretti da convinzioni e valori solidi.

Se stai leggendo questo libro è perché ti stai già interrogando su qualcosa di fondamentale per te e per chi ti sta accanto.

Che cos'è, quindi, che ci accomuna e che ci muove?

L'esperienza di questi ultimi anni, ci ha fatto capire che oggi più che mai siamo tutti interconnessi. Siamo uniti dalla stessa aria che respiriamo. Quella stessa aria che abbiamo cercato di ripulire, indossando i dispositivi suggeriti.

Dall'altra parte, certamente siamo uniti anche tramite la materia organica con cui ci alimentiamo, perché proviene dagli stessi elementi terra, sole, acqua e aria, cioè dall'ambiente che ci accoglie e dalle sue creature che ci accompagnano.

Nel settore Agroalimentare, "trait d'union" tra la terra, il territorio e l'uomo – capace di vivere e far vivere emozioni, piacere, gioia attraverso il cibo e il nutrimento – questo legame sembra perso o svuotato di senso, perché l'omologazione produttiva, sta rendendo tutto artificiale e automatico, senz'anima, prendendo una direzione minacciosa e fagocitante. Questo sistema sta trascurando il suo scopo

intrinseco, bene supremo per l'umanità e il valore del suo capitale umano, sociale e territoriale.

Per queste ragioni occorre che ogni Operatore del Settore Agroalimentare si apra alla consapevolezza del suo ruolo e della particolare responsabilità che ha realmente chi produce, trasforma, distribuisce e somministra alimenti e bevande, a ogni livello organizzativo e a ogni anello di filiera.

Tutto ciò significa immettere nel cibo e nelle bevande la propria energia. Farlo con approccio positivo, rende possibile un effetto da monte a valle fino a chi lo consuma, moltiplicando benessere e felicità, non solo perché l'alimento è salubre e prodotto in modo tecnologicamente sicuro, ma anche perché chi lo ha lavorato vi ha infuso una "energia felice", prodotta anche in un ambiente in grado di generare nelle persone una "chimica positiva".

In molti ricordiamo la squisitezza di un piatto, anche semplice, cucinato amorevolmente dalla mamma o dalla nonna, il gusto rigenerante di una specialità di un amico che cucina con passione. Confrontiamolo col gusto di un cibo preparato di fretta o quando siamo demotivati o arrabbiati.

Il cibo non è solo materia e la sua qualità è influenzata anche da molto di più, da qualcosa di intangibile e potente: l'energia "sottile" che contiene e che si trasferisce da chi lo produce a chi lo consuma. Questa energia si diffonde su tre dimensioni:

1. Sul piano fisico per la qualità intrinseca dell'alimento e quindi sulla salute;
2. Sul piano mentale/emotivo per come viene percepito l'impegno aziendale sul prodotto, sulla persona, sull'ambiente sul territorio/comunità;
3. Sul piano etico/spirituale per l'energia trasfusa nel cibo da chi lo produce con felicità e passione.

Questo valore "energetico" è anche ciò che realmente differenzia il gusto di un cibo da un altro.

In ambito organizzativo, un alimento ottenuto con cura, dedizione e rispetto per il suo valore, quindi con uno scopo nobile, realizzato anche con materie prime semplici, darà nel suo insieme una qualità superiore alla somma delle sue componenti. Al contrario un prodotto realizzato con superficialità e distacco disinteresse oppure, con uno stato d'animo negativo sarà probabilmente scialbo e banale e privo di valore etico, perché ottenuto con la mente e l'anima scollegate dal corpo, fino a creare veri e propri danni al prodotto e alle persone.

Con questo libro desideriamo trasmettere questa visione, proponendo soluzioni a partire da un modello culturale e organizzativo, applicabile a ogni anello della filiera e alle persone al suo interno, e sicuramente utile ad attivare la leva virtuosa del cambiamento: la visione del Sistema TRE-E.

Nel primo capitolo attraverso le nostre storie di vita e professionali e le nostre emozioni comprenderai cosa ci ha motivato a mettere in pratica e far conoscere la nostra visione culturale e organizzativa del settore.

Nel secondo capitolo, rifletteremo sul ruolo dell'alimentazione nel collegare l'ambiente e il benessere personale. Esploreremo come la natura sociale e interconnessa degli esseri umani, insieme alla cooperazione come strategia evolutiva, sottolinei l'importanza di collaborare lungo tutta la filiera agroalimentare per risolvere le contraddizioni del settore che compromettono la stabilità e il benessere delle comunità.

Il cibo è veicolo di valori etici e culturali, non è solo nutrimento per il corpo, ma anche per l'anima. Le organizzazioni agroalimentari sono chiamate a perseguire uno scopo superiore, facendo scelte che influenzino positivamente sia la salute individuale sia l'equilibrio ecologico.

La consapevolezza del valore etico trasmesso all'alimento può sciogliere le contraddizioni del settore e portare a un cambiamento di

paradigma, introducendo soluzioni fondamentali piuttosto che sintomatiche.

Questo concetto è incarnato da organizzazioni che operano con scopi e valori guida chiari, riflettendosi in modo coerente in ogni attività e pratica aziendale.

Tuttavia, esistono contraddizioni sistemiche, come la preferenza per soluzioni rapide e superficiali, che vengono adottate a scapito della prevenzione e della qualità a lungo termine. Questo comportamento è evidente nelle pratiche agricole e nella dipendenza da soluzioni farmacologiche per affrontare problemi di salute derivanti da stili di vita non salutari.

Attraverso episodi e aneddoti tratti dalla nostra esperienza, illustreremo come i mindset negativi possano alimentare contraddizioni che, in ambito operativo, portano a danni qualitativi, contaminazioni e rischi igienico-sanitari. Inoltre, evidenzieremo come questi stessi mindset possano avere impatti negativi sull'ambiente e sulla salute dei lavoratori.

In ambito organizzativo ed economico, tali atteggiamenti possono generare contrapposizioni, frutto di una divisione storico-culturale, ostacolando così la crescita delle eccellenze e limitando lo splendore dell'Agroalimentare italiano.

Nel terzo capitolo racconteremo storie ed esperienze imprenditoriali di successo – anche tra difficoltà, cadute e ripartenze – aziende in campo agroalimentare che conosciamo direttamente con cui abbiamo avuto il privilegio di relazionarci in diversi contesti, anche fornendo servizi.

Sono aziende in cammino e hanno le potenzialità per potersi riconoscere ed essere riconosciute a tutti gli effetti come Organizzazioni Positive (Org+).

Raccogliendo le testimonianze dalle parole stesse degli imprenditori vogliamo alimentare la riflessione, offrendo un modello virtuoso che possa essere di ispirazione e che tracci una direzione di sviluppo e applicazione. Ognuno degli imprenditori intervistati ci

offrirà la sua storia personale e professionale, mai scisse da un proposito più grande. E ognuno ci lascerà un messaggio svelandoci i suoi “ingredienti segreti”.

Nel quarto capitolo, presenteremo le premesse scientifiche della Scienza della Felicità alla base del modello delle Organizzazioni Positive, per attuare un cambiamento personale e organizzativo virtuoso. Scoprirai come funziona il nostro cervello e i nostri “cervelli”, come certi stati emotivi, come la felicità, si possano letteralmente “allenare”; come l’alimentazione non sia scissa dalla comunicazione all’interno e all’esterno del nostro corpo e alimenti qualcosa di più grande. E vedremo più in dettaglio cos’è un’Organizzazione Positiva che si nutre e allo stesso tempo nutre tutto ciò.

Nel quinto capitolo, ti accompagneremo ad applicare le strategie più efficaci che, attraverso opportune tecniche, strumenti e pratiche, ti consentiranno di mettere in atto il cambiamento desiderato, cominciando a intravedere cosa significhi essere felici al lavoro.

Ti spiegheremo anche come potremo farlo insieme, presentandoti il Sistema TRE-E, all’interno delle strategie del modello culturale delle Org+, che ti consentirà di liberare le menti e l’energia, condurre la tua organizzazione ad un cambiamento positivo e vederlo realizzato nella vita lavorativa e personale.

Ed ora, da qui in avanti, ti troverai di fronte alla lettura articolata di questo libro fatta di esperienze, voli, racconti, emozioni, teorie scientifiche e spunti spirituali, ma anche di crudi dati, all’interno dei quali troverai probabilmente di nuovo l’occasione di fare voli immaginativi, risvegliare memorie, fare riflessioni e confronti, proiettarti nel futuro.

La varietà e i diversi livelli dei contenuti e delle voci narranti, pur nell’unitarietà dello scopo del libro, ti porterà letteralmente a doverti muovere come un surfista, cavalcando le onde secondo il tuo livello di conoscenza e di esperienza, le tue capacità e abilità, ma allo stesso

tempo, ci auguriamo, anche con curiosità, eccitazione e piacere, non sapendo esattamente cosa ti aspetta, ma libero di scegliere quale onda cavalcare al momento.

Ti potrai trovare talvolta a godere della fluidità dei movimenti, sentendoti tutt'uno con la scrittura e con i contesti, in altri potresti trovarti più in difficoltà.

Sentiti libero di procedere nella lettura, proseguendo nell'ordine con cui abbiamo concepito la “narrazione” oppure saltando al capitolo che al momento senti più praticabile per te, partendo da ciò che hai più bisogno di capire, di approfondire o da ciò che ti incuriosisce o che ti sfida per poi tornare indietro su quello che hai lasciato momentaneamente da parte.

Potresti decidere di leggere per prima cosa le storie personali di noi autori nel Capitolo 1, cosa che ti consigliamo, per conoscerci e comprendere come siamo arrivati fin qui.

Un altro approccio potrebbe essere quello di andare a leggere subito nel Capitolo 3 le esperienze degli imprenditori che stanno segnando una strada, mossi da uno scopo che va oltre i profitti economici creati da un business di successo e che, animati dalla consapevolezza del proprio ruolo nel mondo nel prendersi cura dell'altro e del pianeta, sono spesso mossi da quella spiritualità che porta desiderio, movimento verso il bene collettivo e la trasformazione positiva.

Oppure, se sei incuriosito dalla Scienza della Felicità e vuoi subito conoscere cosa sono le Organizzazioni Positive e i loro principi, puoi leggere subito il Capitolo 4, che presenta la parte più teorica, scientifica e tecnica dell'argomento, lo stesso se sei più propenso a fidarti dei numeri e delle statistiche, che ti permettono di entrare concretamente nella problematica e toccare la realtà organizzativa allo stato attuale.

E ancora, se vivi le difficoltà e le contraddizioni del settore agroalimentare e vuoi cominciare a “guardare alla luna ... oltre che al dito”, potrai scegliere di addentrarti nel Capitolo 2.

Infine, nel caso tu senta l'urgenza di vedere la soluzione in qualsiasi momento della lettura, sentiti libero di leggere prima il Capitolo 5 per vedere come va a finire o come tu potresti iniziare.

Tutto, comunque, ti porterà alla conclusione e alle tue conclusioni, che ci auguriamo non segneranno un limite, ma rappresenteranno per te un ponte verso una nuova consapevolezza, verso un'apertura a un nuovo paradigma non solo lavorativo, ma anche di vita, nella vita.