



**Mauro Scardovelli**

## **BEERIA: un modello di PNL umanistica per lo sviluppo della creatività**

### **Abstract**

La vita è essenzialmente creatività, ovvero soluzione di problemi e produzione di nuove forme. Ove il naturale processo creativo venga ostacolato o si blocchi, l'energia vitale si trasforma in energia distruttiva. BEERIA è un modello particolarmente efficace per individuare tali ostacoli di carattere sistemico-ricorsivo, e per riattivare ed implementare il processo.

### **1. Creatività e distruttività**

La mente è come un vulcano a due bocche: Eros e Zanthos, creatività e distruttività. Ogni azione umana, sia nel mondo esterno che nel mondo interno (pensieri, emozioni, impulsi ecc.) può essere espressione dell'una come dell'altra forma. La creatività è inerente alla vita (E. Pierrakos, 1996). La vita, in ogni sua forma, incontra difficoltà e problemi sulla sua strada, problemi che vanno affrontati e risolti, pena la cessazione della vita stessa o la riduzione della sua produttività ed espansione.

Una mente che non è più creativa è già morta, in quanto si limita a ripercorrere gli stessi solchi, gli stessi tracciati, le stesse vie.

Non ci può essere gioia in una simile mente, ma solo noia, tristezza, paura, disperazione. E' come una pozza d'acqua stagnante accanto al fiume della corrente vitale (Krishnamurti, 1993). Una simile mente ristagna nella ripetitività, nella risposta stereotipata, nel conformismo. Non vive più nel presente, ma nella ripetizione senza fine del passato.

Pertanto la creatività non va considerata come qualcosa di speciale, appannaggio di persone particolarmente dotate, o qualcosa che accade di raro, in momenti fortunati. La creatività è l'essenza stessa del processo vitale. Non si può realizzare se stessi se questo processo di blocca, si interrompe, si indebolisce. E se il cammino verso l'autorealizzazione si interrompe, in quel momento si aprono le porte alle forze distruttive.

Nel mondo esterno, come nel mondo interno, assistiamo ad una continua lotta tra questi due tipi di forze.

Eros, creatività, energia vitale, espansione, amore, sono sfaccettature ed espressioni diverse dello stesso processo, che comporta una continua tensione verso forme più complesse, più organizzate, più flessibili, più consapevoli, con un maggior livello di comunicazione, in una parola, più evolute. Tali forme sono anche più intelligenti, in quanto sono in grado di sviluppare stati di coscienza e strategie di pensiero capaci di comprendere e risolvere problemi sempre più complessi, del tutto insolubili dalle forme più primitive (Wilber, 1995).

Dentro ad ogni essere umano convivono differenti livelli evolutivi, dai complessi e subpersonalità dell'inconscio inferiore, all'io adulto e acculturato dell'inconscio medio, al sé superiore dell'area transpersonale della psiche (Assagioli, 1965, 1973, 1988). La sfida più importante che ogni mente deve affrontare è l'attivazione progressiva delle forme interne più evolute, creative e consapevoli, in modo da non rimanere in balia delle forme più primitive ed involute.

Nella misura in cui questa sfida non viene superata, o viene superata solo in parte, l'essere umano è preda delle forze distruttive.

Eros o Zanathos (Freud), biofilia o necrofilia (Fromm), produttività o distruttività (Maslow), neghentropia o entropia (Bertalanffy), luce e forze avverse (Aurobindo), amore e separatività (Pierrakos), sono processi universali e trasversali, operanti a differenti livelli evolutivi e nei più differenti contesti.

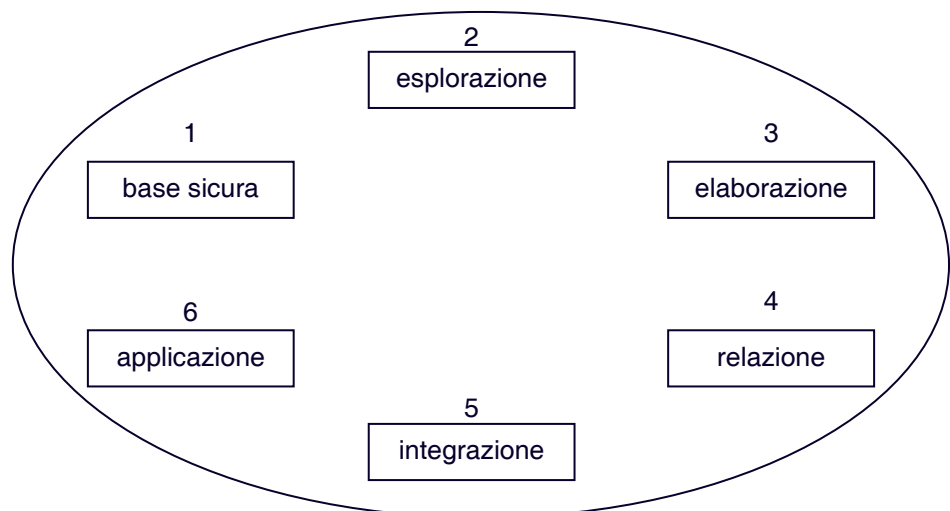
Di qui l'importanza di monitorare la presenza di queste tensioni al nostro interno, e di disporre di efficaci strumenti di trasformazione della negatività in creatività (E. Pierrakos, 1989). Ove operano le forze distruttive, separative, involutive, lì c'è già malattia. Non importa se i sintomi non sono ancora evidenti. Non importa se la malattia non è riconosciuta, in quanto condivisa da un'intera società (Fromm, 1955, 1991; Maslow, 1962). Una società in cui dominano separatività e individualismo, è una società malata, in quanto non si conforma alla vera natura dell'essere umano e dell'universo, che è attrazione, espansione, amore (E. Pierrakos, 1990). Una tale società contiene in sé i germi della guerra e dell'autodistruzione (Osho Rajneesh, 1983).

La guarigione - di persone, gruppi, organizzazioni o società - può avvenire solo dove le forze attrattive e unitive, le forze dell'amore e della creatività, si pongono alla guida del processo di comunicazione, crescita ed evoluzione (Peck, 1980, 1988; Carlson, Shield, 1989).

## 2. Il modello BEERIA

BEERIA è uno schema analitico del processo creativo umano in sei fasi:

1. — Base sicura
2. — Esplorazione
3. — Elaborazione
4. — Relazione
5. — Integrazione
6. — Applicazione



Nel modello, le fasi sono rappresentate in un ordine sequenziale schematico e semplificato. Nella realtà, il processo si svolge in modo assai più complesso, con andate e ritorni, e ripetizioni di alcune fasi. Nell'esposizione seguente, prenderemo in considerazione solo il processo sequenziale semplificato. Esso è comunque sufficiente a comprendere la struttura essenziale del processo creativo, ed inoltre costituisce la base della tecnica di trasformazione da noi utilizzata.

Come ogni modello PNL, esso nasce dal modellamento di persone efficaci. Come modello di PNL umanistica, esso si arricchisce attraverso il processo di validazione crociata con altri modelli (Scardovelli, 1998, 2000).

BEERIA può ritenersi il nucleo generativo di tutta la PNL umanistica. Esso stesso è nato dall'ibridazione feconda tra differenti esplorazioni, esperienze, analisi e comparazioni con altri modelli, svolta durante un gruppo di studio. Tra questi modelli hanno avuto un peso decisivo i tipi junghiani, nella versione aggiornata americana (Kroeger, Thuensen, 1988), e i tipi umani della psicosintesi (Assagioli, 1991), entrambi traducibili in termini di PNL, cioè in termini di metaprogrammi e sistemi di convinzioni e valori (James, Woodsmall, 1988).

BEERIA trova applicazione in ogni campo dell'azione umana, in quanto azione vitale e creativa, ed è particolarmente fecondo nel campo dell'apprendimento, della didattica, della formazione e della ricerca, così come nel campo della terapia, dell'evoluzione personale o della crescita dell'io.

Lo scopo di BEERIA è eminentemente pragmatico: facilitare e implementare il processo creativo umano, sia personale che di gruppo, individuando e sciogliendo i blocchi alla sua piena attivazione, attuando la sinergia e il bilanciamento tra i diversi metaprogrammi e tipologie. Esso, pertanto, è in primo luogo un modello diagnostico. In secondo luogo costituisce la struttura portante di una precisa tecnica trasformativa<sup>1</sup>.

### **3. Base sicura e comportamento esplorativo**

Le prime due fasi del modello, "base sicura" ed "esplorazione", si rifanno alla teoria dell'attaccamento di J. Bowlby (1979, 1988). Originata dall'osservazione del rapporto madre-bambino, aggiornata dalle ricerche svolte nell'ambito dell'approccio interattivo-cognitivista (Schaffer, 1977; Stern, 1995), essa costituisce attualmente uno dei fondamenti del cognitivismo clinico (Bara, 1996). Il nucleo di tale teoria, per quello che qui interessa, è il rapporto tra base sicura e comportamento esplorativo. La teoria postula l'esistenza di una stretta relazione tra i due elementi: nella misura in cui viene a mancare la sicurezza, il bambino riduce la sua esplorazione del mondo. Anziché aprirsi, condividere, scambiare con gli altri, continuare ad apprendere, il bambino si chiude e si protegge. La struttura difensiva che si viene a creare non riguarda solo il mondo emozionale e il mondo degli affetti, ma anche il processo stesso del conoscere. La sua mente erige intorno a sé una sorta di barriera, una cintura difensiva, che a seconda dei casi prende forme ed evidenze diverse: restringimento, immunizzazione, ostilità (Lorenzini, Sassaroli, 1995).

La teoria dell'attaccamento sostiene che il rapporto tra sicurezza ed esplorazione (e quindi apprendimento) non riguarda solo il comportamento dei bambini, ma è una costante che si riscontra anche nel comportamento adulto (Bowlby, 1979). In campo clinico, ad esempio, questa conoscenza si è rivelata preziosa per la comprensione della problematica fobica (Bara, 1996). Mancando di una base sicura interiorizzata, l'agorafobico teme il mondo, evita l'esplorazione, si chiude sempre più, cercando la sicurezza in luoghi e persone

---

<sup>1</sup>. Come in alcune tecniche di Dilts (1990, 1993), le varie fasi del processo vengono rappresentate e ancorate spazialmente, e il cliente viene invitato a spostarsi da uno spazio all'altro, in sincronia con i suoi cambiamenti di stato.

famigliari. Al contrario, sono proprio tali luoghi e persone che il claustrofobico teme maggiormente, in quanto nella sua esperienza si sono rivelati soffocanti, invasivi, non amevoli. Cerca quindi sollievo perseguendo la liberazione da ogni rapporto troppo stretto o continuativo, troppo familiare e prevedibile, che vive come limitante ed oppressivo (Lorenzini, Sassaroli, 1990).

In termini di PNL, entrambi i tipi utilizzano in prevalenza il metaprogramma "via da" anziché il metaprogramma "verso": via dalla novità, l'agorafobico; via dalla familiarità, il claustrofobico (Scardovelli, 2000).

Quando l'agorafobico corre verso casa e cerca la protezione del focolare, e quindi apparentemente va "verso" la sicurezza, in realtà la sua motivazione più potente è la fuga da ciò che gli fa paura. Analogamente, il claustrofobico sembra anelare e tendere alla libertà, ma la sua più forte molla è la fuga dall'intimità e dalla prevedibilità.

Più in generale, ogni subpersonalità (depressa, ossessiva, istrionica, schizoide, paranoide, narcisista ecc.), come la subpersonalità fobica, essendo conseguenza di problematiche relative all'attaccamento, alla protezione, alla base sicura, comporta conseguenze negative nel campo dell'esplorazione. Ogni subpersonalità si caratterizza per una sua peculiare modalità di evitare novità, imprevedibilità e quindi apprendimento di cose nuove. Non stupisce che la tendenza comune, nelle aree problematiche, sia la ripetizione degli stessi schemi. Quella che Freud chiamava coazione a ripetere.

Se allarghiamo il campo di osservazione, e usciamo da quello più strettamente clinico, notiamo che la tendenza a ripetere gli schemi, a mantenersi entro un *range* prevedibile di risposte, caratterizza in modo crescente le forme viventi via via meno complesse ed evolute. Il nostro cervello, che origina da una crescita epigenetica da tali forme, rivela al suo interno strutture appartenenti a differenti livelli evolutivi. MacLean (1973), ad esempio, parla di cervello rettiliano, per indicare la zona più primitiva del nostro sistema nervoso, responsabile a suo avviso della tendenza a ripetere all'infinito le stesse procedure, anche se esse danno prova di non funzionare. La subpersonalità ossessiva sembra avere un evidente rapporto con tale zona. In realtà questo vale per tutte le subpersonalità e i complessi.

In termini di PNL, possiamo dire che ognuna di queste forme, all'interno della mente, genera un progressivo impoverimento della mappa del mondo della persona, con particolare riferimento a determinate aree, che però hanno tendenza ad allargarsi e a ridurre la produttività più in generale del sistema cognitivo e la sua capacità di risolvere problemi in modo efficace ed ecologico.

Impoverimento della mappa, restringimento della visione, riduzione della flessibilità - intesa come capacità di dare risposte nuove a nuove situazioni - sono tutte caratteristiche collegate ad una menomazione o blocco più o meno grave della funzione creativa. E dal momento che la creatività è espressione di Eros, amore e forza vitale, ne consegue un forte indebolimento della capacità di provare piacere (Lowen, 1967, 1975). Ognuna delle forme sopra considerate, infatti, ha una componente depressiva, manifesta o non manifesta, intesa come ritiro di energia vitale (Caldironi, 1992). Una mente che fosse dominata da queste forme sarebbe pertanto in preda alle forze avverse e distruttive, che giacciono nel fondo dell'inconscio collettivo e personale, pronte ad attivarsi ogni volta che Eros, piacere, amore, lasciano il posto a Zannathos.

In conclusione, ove vi sia una carenza di base sicura, nell'adulto come nel bambino, ci dobbiamo aspettare un disturbo nel comportamento esplorativo, e quindi nella capacità di apprendere e generare soluzioni realmente nuove, creative ed ecologiche. La differenza tra adulto e bambino non sta tanto nel fatto che il secondo possa fare a meno di una base

sicura, come ingenuamente si potrebbe credere, ma nella maggiore capacità, flessibilità e libertà dell'adulto di fondare ed alimentare sicurezza e senso di appartenenza.

Così uno scienziato o uno scrittore, che vivano isolati, possono sentirsi in comunanza di spirito e idealmente protetti dal sentirsi parte rispettivamente di una data comunità scientifica e letteraria. Ne consegue che l'esplorazione di territori insoliti, che li porterebbe a staccarsi dal più ampio gruppo di riferimento, potrebbe generare forte resistenza e paura in entrambi, fino a farli desistere e ritornare sulla strada meglio conosciuta, che garantisce loro appoggio e protezione vitale.

Ogni adulto, per vivere sano, ha bisogno di appartenenza. Il bambino ha bisogno della famiglia. L'adulto anche, ma ne dipende assai meno, perché dispone di altre possibilità di appartenenza: il gruppo di amici e colleghi, ma anche gruppi o organizzazioni che condividono valori, progetti, attività.

Quando il partito comunista italiano, con la svolta di Occhetto, cambiò nome e simbolo, per molti militanti o simpatizzanti fu come un trauma: era la fine di un'appartenenza ad una precisa identità collettiva, e quindi un salto nel buio, senza più protezione.

La sinistra oggi in Italia, ma anche all'estero, soffre di crisi di identità, cioè di appartenenza, condivisione, protezione reciproca. Non stupisce la sua continua tendenza alle scissioni interne, e la difficoltà ad elaborare un progetto innovativo, ecologico e responsabile, e nel contempo sufficientemente creativo e capace di far sognare.

Negli Stati Uniti, e non solo, molti medici sono attratti da forme di medicina diverse da quella ufficiale. Ne riscontrano tutti i giorni l'efficacia dai racconti dei loro pazienti o dalla loro personale esperienza. Ma temono di sbilanciarsi e perdere credibilità. In sostanza temono di perdere il senso di identificazione e appartenenza ad una classe molto forte e riconosciuta come quella medica. Per cui tendono a considerare i risultati di altre medicine come semplice effetto placebo (Weil, 1995). Questo rende molto difficile il processo di integrazione della medicina accademica con altre forme, che pure dimostrano la loro efficacia (Ornish, 1998). I pazienti, che non hanno il problema dell'identificazione con la medicina ufficiale, non mostrano altrettanta paura nell'esplorare trattamenti inconsueti, nonostante che tale esplorazione avvenga sulla propria pelle. Lo stato, in Italia, come in molti altri paesi, non riconoscendo le medicine alternative, sembra agire per tutelare il bene della salute da forme di cura che potrebbero essere pericolose, in quanto non scientificamente accreditate. In realtà è la lobby dei medici, e soprattutto delle industrie farmaceutiche, che promuove il mantenimento dello *status quo*: le industrie, per evidenti ragioni di convenienza economica; la lobby dei medici per garantire coesione e forte identificazione, il che si traduce nel mantenimento di prestigio, potere e denaro (Lanctot, 1997).

Queste forze, nella sinistra come nella medicina, agiscono nel senso della conservazione, e comunque nell'incapacità di creare forme davvero nuove, idonee a reggere la sfida sempre più difficile dei tempi attuali.

La ricerca di una base sicura è una funzione distintiva del "tipo amore" (Assagioli, 1991). Egli ha bisogno di sentirsi parte, di sentirsi amato, di sentirsi in connessione, prima di intraprendere qualsiasi esplorazione o attività. In caso contrario non si muove, oppure lo fa con fatica e sofferenza. Per lui l'ideale sarebbe un'esplorazione condivisa. Al tipo amore piace il lavoro di gruppo, non ha bisogno di emergere, di solcare la sua strada da solo. Si dice che il tipo amore è orientato alla relazione. Al contrario, il "tipo volontà" è orientato al compito e al risultato. Il "tipo amore" trova la sua sicurezza nella relazione; il "tipo volontà" sembra trovarla nell'azione e nel successo. In realtà anch'egli, come tutti gli altri tipi, necessita di una base sicura relazionale, senza la quale la sua esplorazione finisce per spegnersi. Rispetto al "tipo amore", è come se in questo aspetto avesse più autonomia,

come un subacqueo che ha più capacità polmonare e può restare in immersione più a lungo. Ma non può starci indefinitamente. Prima o poi deve risalire e respirare ossigeno.

#### 4. Elaborazione

La terza fase di BEERIA è "elaborazione", o analisi e sistemazione dei dati acquisiti. Essa è caratteristica peculiare del "tipo scientifico", che in essa pone la massima fiducia e attenzione. Il metodo scientifico stesso è una estensione di questa funzione, portata a livelli di sofisticazione, sistematicità e attendibilità sempre maggiore. Più in generale, essa consegue naturalmente ad ogni comportamento esplorativo che non sia solo fine a se stesso. Ogni novità, ogni nuova esperienza va ripensata, riesaminata, rianalizzata. In mancanza essa non arricchirà il sistema, ma lo appesantirà di materiale non assimilato, esattamente come avviene per il cibo non digerito (cioè reso utilizzabile dall'organismo).

Così uno studente che affronta una nuova materia o un nuovo capitolo, ha bisogno di ripensare, risistemizzare, rielaborare ciò che ha letto o ascoltato, creando collegamenti interni tra le varie parti, in modo che acquistino coerenza e significato reciproco. In mancanza, la sua mente verrà aggravata di informazioni scollegate, frammentarie, del tutto inutilizzabili. Di solito la mente si protegge da questo materiale tossico attraverso il processo dell'oblio, una sorta di evacuazione delle scorie per liberare il magazzino della memoria.

Ci sono molti modi diversi per procedere alla rielaborazione e alla creazione di forme e gestalt significative: si può ripassare mentalmente i vari passaggi, creandosi una sequenza interna; si può costruire uno schema sinottico, un'immagine o più immagini interne, in cui le diverse componenti compaiano almeno in forma sintetica, o simbolica, o analogica. Si possono utilizzare supporti esterni, fare schede, disegni, grafici. Si può utilizzare un registratore e incidere una sintesi. Si può ripetere ad un compagno, discutere insieme i vari passaggi. Si possono utilizzare ancora visive, spaziali o cinestesiche.

Ci sono studenti universitari che non dispongono di alcuna tecnica, oppure utilizzano modalità del tutto inadeguate. La loro preparazione ne risente in maniera pesante. Quando sostengono un esame, brancolano nel buio e nell'incertezza. La loro esposizione è non solo carente di informazioni essenziali, ma scollegata, priva di ogni coerenza.

Studiare in quel modo è solo sofferenza per la mente (Krishnamurti, 1993). Non può esserci piacere, non può esserci ricarica di energia vitale. Si tratta di inutile spreco di tempo, che una società consapevole non dovrebbe più consentire, e peggio ancora incoraggiare. Nel momento in cui il numero di materie ed esami universitari aumenta in modo ingiustificato, parallelamente aumenta l'impossibilità dello studente di concentrarsi davvero, e quindi di disporre del tempo necessario al processo di assimilazione. Ciò che conta, allora, è solo il titolo finale, non importa se per conseguirlo occorre avvelenare la mente frequentando una conoscenza tossica in quanto priva di senso.

Esplorazione significa ricerca attiva, quindi produzione di nuova esperienza in grado di destare curiosità e interesse: l'esplorazione innesca il processo creativo, l'energia vitale, l'Eros. Lo stesso vale per l'elaborazione, ma occorre disporre di una tecnologia efficace. Elaborazione significa infatti ricerca attiva di collegamenti e costruzione o scoperta di nuove gestalt. Anche l'elaborazione attiva implica pertanto il coinvolgimento delle forze dell'Eros. Uno dei compiti della scuola dovrebbe essere quello di insegnare le tecniche adeguate, adatte alle diverse tipologie degli studenti. In mancanza, l'elaborazione significa solo ripetizione, routine, noia, dal momento che viene a cessare ogni componente attiva. Lo studente incapace è passivo, annoiato, stanco. Non va "verso" il piacere di imparare,

che si autoalimenta, ma va "via da" la paura dell'insuccesso, della bocciatura, del fallimento. Non è guidato da Eros, ma dominato da Phobos.

## 5. Le tipologie **judger** e **perceiver**.

Uno squilibrio o insufficiente sinergia tra esplorazione ed elaborazione produce conseguenze negative evidenti in tutto il processo conoscitivo e creativo. Specificamente, una carenza nella fase dell'elaborazione comporta, come abbiamo accennato, l'assunzione di informazioni frammentarie, superficiali, inutilizzabili.

Le persone con forte tipologia **perceiver** (Kroeger, Thuesen, 1988) corrono questo rischio: esse hanno difficoltà ad elaborare perché si mantengono continuamente aperti al flusso di nuove informazioni. Tendono pertanto a balzare da una cosa all'altra, senza approfondire nulla.

Al contrario, le persone con netta predominanza **judger**, tendono a riesaminare e risistemizzare le cose, in modo da creare un ordine sempre più perfetto. Preferiscono raggiungere una conoscenza via via più approfondita in un campo ristretto. Questo li fa sentire al sicuro. Il loro difetto è opposto a quello dei **perceiver**: essi tendono a sfuggire la novità, e quindi l'esplorazione. Il loro rischio è quello di chiudersi al flusso di nuova esperienza, rimanendo ancorati al ben noto e conosciuto. Pertanto la loro visione con il tempo si impoverisce in ampiezza, impedendo loro di affrontare nuovi problemi in modo creativo. Essi hanno bisogno di fare piani e progetti, e odiano doverli cambiare in conseguenza di nuove circostanze.

I **perceiver**, invece, ciò che più odiano è mettere la vita dentro schemi. Amano improvvisare e trovare soluzioni sul momento. Poiché diventano molto bravi ad improvvisare e a cavarsela di fronte agli imprevisti, tendono a sottovalutare l'importanza di ogni forma di previsione e pianificazione, e quindi anche di ogni forma di attenzione e riflessione prolungata sullo stesso oggetto. I **perceiver** vedono i **judger** come persone pesanti, noiose e pignole. I **judger** vedono i **perceiver** come superficiali e inaffidabili.

I **perceiver** si sentono a loro agio nella continua novità; i **judger** nell'ordine, prevedibilità, familiarità. Se questa rimane una semplice preferenza, il processo creativo non ne viene disturbato: semplicemente segue strade diverse, assume un differente stile. Bach era più **judger**, List era più **perceiver**. Se invece da preferenza si trasforma in coazione, usciamo dal campo strettamente tipologico, ed entriamo nell'area delle subpersonalità: rispettivamente ossessiva ed istrionica. In tal caso il processo creativo subisce una grave menomazione.

## 6. Relazione ed integrazione

La quarta fase di BEERIA è "relazione". Per "relazione" si intende qui un allargamento di cornice: l'oggetto di conoscenza, una volta definito ed elaborato come gestalt, viene messo a confronto, per similitudini e differenze, con precedenti conoscenze e gestalt appartenenti a contesti anche molto differenti. Mentre l'elaborazione è una funzione tipica dell'emisfero sinistro, - digitale, sequenziale, analitico -, il confronto è una funzione tipica dell'emisfero destro, - analogica, olistica, metaforica -.

Ad esempio, se un piennellista esplora per la prima volta il concetto di "disidentificazione" in psicosintesi, dopo aver analizzato e costruito questa nuova conoscenza come gestalt, nel momento in cui la mette in relazione con il concetto di "posizione meta" in PNL, sta

creando un ponte che unisce questi due *chunk* di informazione. Siccome il concetto di "posizione meta" è una gestalt per lui ricca di significato (in quanto collegata a concrete esperienze di utilizzo, all'interno di tecniche di PNL), anche la nuova gestalt comincia ad acquisire significato. Dal livello di conoscenza (elaborazione, analisi) egli passa al livello di comprensione del nuovo oggetto (relazione con altri oggetti noti, produzione di significato). La sua rappresentazione non è più solamente astratta, ma affonda le radici nell'esperienza vicariata da un precedente oggetto ben noto e familiare.

Nel momento in cui questo accade, il piennellista proverà nuovamente soddisfazione e piacere. La sua mappa del mondo si è arricchita non solo quando ha appreso una nuova gestalt ("disidentificazione"), ma anche a seguito del confronto con una gestalt precedente ("posizione meta"). Infatti le due gestalt in qualche modo si sono unite in una gestalt di ordine superiore, che le comprende entrambe. Lo stesso concetto di "posizione meta" nella sua mente non sarà più uguale a prima, ma ne risulta arricchito dall'ibridazione feconda con la "disidentificazione" in psicotesi.

La formazione di una gestalt di ordine superiore corrisponde alla quinta fase di BEERIA: l'integrazione o insight. Essa è espressione della funzione unitiva, quindi di amore. In questo caso, amore per la conoscenza. Pertanto la conoscenza così acquisita genera grande piacere, un piacere di ordine ben superiore a quello della semplice elaborazione. Così Eros ed energia vitale diventano sempre più parte integrante del processo di conoscenza. Nel caso ideale si verifica una *navette* tra "relazione" e "integrazione". Ogni nuova integrazione genera piacere e fornisce impulso ad una nuova fase di "relazione", finché la soddisfazione raggiunge il livello più alto, cioè finché la *navette* risulta produttiva di nuovi insight.

Questo processo è del tutto evidente nei nostri gruppi di studio e ricerca in PNL umanistica: quando si raggiunge la fase "relazione" e confronto, l'energia del gruppo aumenta in modo esponenziale. Gli interventi e le proposte di nuove relazioni si fanno più serrati, i partecipanti fanno fatica a rispettare i turni di intervento: si assiste ad una produzione di idee spesso sovrabbondante, che richiede poi ulteriore analisi ed elaborazione.

La formazione in PNL dedica notevole spazio allo sviluppo del pensiero analogico e "metaforico". Milton Erickson (1983) era un maestro nella capacità di confezionare metafore e storie terapeutiche, in grado di creare nuova esperienza e generare nuovi insight nei clienti. In tali casi, l'effetto terapeutico delle metafore era dovuto alla loro pertinenza con il problema trattato, e alla loro efficacia nell'allargare la visione del cliente, grazie alla creazione di nuove relazioni e nuovi significati (Lankton, Lankton, 1983).

Dal momento che i problemi psicologici sono conseguenza di una mappa impoverita, è ben comprensibile come l'introduzione del pensiero analogico e metaforico possa produrre l'allargamento di visione necessaria alla loro ristrutturazione e soluzione. Più in generale, in ogni tipo di problema, ogni volta in cui la fase "elaborazione" non è più in grado di produrre risultati utili, le fasi "relazione" e "insight" diventano essenziali per produrre il necessario arricchimento della mappa del mondo.

## 7. Applicazione

La sesta fase di BEERIA è "applicazione". Applicazione significa ricaduta a livello pratico dell'insight raggiunto. Nel caso sopra indicato, cioè della sintesi tra "disidentificazione" in psicotesi e "posizione meta" in PNL, le applicazioni in campo concreto possono riguardare, ad esempio, la didattica della PNL, la formazione, la terapia. Il piennellista ora

dispone di nuove idee per facilitare l'assunzione della "posizione meta", e per allargarne il campo di applicazione: può inventare nuovi compiti per i clienti, può progettare nuove tecniche, può comunicare le sue idee attraverso convegni o pubblicazioni scientifiche. La percezione della sua efficacia, come esperto di comunicazione, come terapeuta e come ricercatore, viene alimentata. Il suo senso di padronanza e autostima aumenta. Questo genera in lui una sensazione di piacere e di sicurezza, non solo perché adesso egli è più competente di prima, ma anche perché esiste uno stretto rapporto tra *self-efficacy* e radicamento sociale: più una persona diventa competente, più viene riconosciuta e ricercata. La *self-efficacy* si traduce quasi sempre in un vantaggio sociale, e quindi in una garanzia contro l'emarginazione e l'esclusione.

La ricerca di ricadute operative-concrete è una funzione ben sviluppata nel "tipo attivo-pratico" (Assagioli, 1991). Il "tipo attivo-pratico" osserva il mondo con un filtro pragmatico: che cosa mi serve? in che modo posso utilizzare questa nuova conoscenza? Se non trova risposta a tali domande, ben presto perde interesse. Tale atteggiamento rappresenta sia un pregio che un limite. Un pregio perché, come "sensor", è ben radicato nella realtà delle evidenze sensoriali, e quindi rifugge il pericolo di una ricerca troppo astratta e fine a se stessa (che è un possibile rischio del "tipo scientifico" puro). Un limite, perché ha facilità ad abbandonare un'impresa, se non ne vede in tempo breve le possibili ricadute. Gli manca il carburante per sostenere uno sforzo durevole, senza immediati risultati. Ha difficoltà a motivarsi attraverso il sogno e la proiezione in un futuro ideale. Come "sensor", la sua cornice temporale tende ad essere fortemente ristretta.

Al contrario, il filtro pragmatico è spesso molto carente sia nel tipo "creativo-artistico" che nel tipo "devozionale" o idealista (cioè colui che si infiamma facilmente, si appassiona per un'idea, senza troppo badare alle conseguenze concrete della sua passione). Con il tempo, entrambi rischiano di perdere *self-efficacy* e radicamento sociale. Vengono in mente gli stereotipi dell'artista non in grado di piazzare le proprie opere o del filosofo incapace di destare interesse per le proprie amate teorie.

Risulta quindi evidente l'importanza di equilibrare queste tipologie tra loro e farle lavorare in modo sinergico. Un modo semplice è quello di creare dei team di lavoro in cui le diverse componenti tipologiche siano presenti e si bilancino reciprocamente. Rimane comunque sempre auspicabile un lavoro individuale, diretto a ridurre l'eccesso di una data tipologia sull'altra<sup>2</sup>.

## **8. Creatività ed autorealizzazione. Iperspecialismo, alienazione e conformismo.**

La ricaduta applicativa dell'insight genera sicurezza. Eccoci così tornati alla fase 1 del modello, alla base sicura. Il processo creativo, quando passa attraverso tutte le sei fasi sopra descritte, è pronto a rimettersi in moto, con più energia di prima. Alla fine del ciclo c'è più sicurezza, che dà più slancio ad una nuova esplorazione. Nello stesso tempo c'è più comprensione, più padronanza, più senso di unità e appartenenza, più amore e piacere.

Il processo creativo trova in sé la sua motivazione, non ha bisogno di pungoli esterni, di motivazioni estrinseche. Descritto in questo modo, corrisponde al tipico funzionamento delle persone autorealizzate. Nella terminologia di Maslow (1962), esso corrisponde ai bisogni accrescitivi. A differenza dei bisogni carenziali, tali bisogni non cessano nel

---

2. Una buona conoscenza delle tipologie è necessaria per avviare questo processo di bilanciamento, essenziale per attivare e implementare il pensiero produttivo (Assagioli, 1991). Per questo riteniamo importante che nella formazione PNL sia dedicato sufficiente spazio a questo tema.

momento in cui vengono soddisfatti, anzi, al contrario, si fanno ancora più pressanti. Ciò è possibile in quanto il piacere non si verifica solo nella fase finale di soddisfazione, come nel caso dei bisogni carenziali, ma si accompagna a tutto il processo.

La nostra società tecnocratica, fondata sulla ragione strumentale (Taylor, 1991), premia sempre più l'iperspecialista, colui che vanta una conoscenza particolarmente approfondita in un settore, anche a scapito della visione d'insieme. Nella misura in cui tale visione manca, lo specialismo rischia di tradursi in alienazione.

Chi è l'iperspecialista? E' colui che ha sacrificato le fasi 4 e 5 del processo creativo. Si è fermato alla fase 3, l'elaborazione-analisi, l'ha spinta al massimo, e poi è saltato direttamente alla fase 6, l'applicazione. Quel tipo di applicazione diventa suo appannaggio, suo monopolio. Quindi diventa ben remunerata. Egli riceve un forte riconoscimento sociale. Il suo senso di sicurezza, fondato su padronanza e riconoscimento, si incrementa sempre più, e quindi alimenta la fase di esplorazione, che però rimane sempre all'interno del ristretto settore prescelto.

L'iperspecialista, sia esso ricercatore, scienziato, medico, filosofo o musicista, utilizza un linguaggio particolare, comprensibile solo dagli appartenenti alla stessa categoria, categoria che vanta di solito prestigio e potere. Che cosa significherebbe per l'iperspecialista attivare la fase 4, cioè la relazione con altri modelli o campi di esperienza? Significherebbe disperdersi e allontanarsi temporaneamente dal suo gruppo di riferimento privilegiato. Anziché acquisire potere, rischierebbe di perderlo, screditandosi agli occhi dei suoi colleghi. C'è quindi una pressione inconscia molto forte a rimanere nei solchi tracciati dalla tradizione specifica consolidata.

L'iperspecialismo rappresenta un caso particolare all'interno di una pratica assai più generale, diffusa nei più diversi contesti: la pratica conformista rispetto alle aspettative del gruppo o della società di appartenenza. Ogni società, per mantenere la sua identità, genera nei suoi membri una forte spinta conformista rispetto ad alcuni presupposti, che non vengono messi in discussione, pena l'emarginazione o l'esclusione dalle fonti di riconoscimento ufficiale.

Nonostante ogni pubblica dichiarazione di intenti, in realtà la scuola non ha quasi mai favorito lo sviluppo di autentica creatività, in quanto troppo pericolosa per la conservazione della società nella sua attuale struttura gerarchica e conservatrice dei privilegi. La scuola, al contrario, è spesso stata al servizio della tradizione (Bourdieu, Passeron, 1970). Non ha alcuna importanza cambiare percorsi e programmi. Finché la scuola rimarrà un luogo in cui gli studenti faticano e soffrono, essa contribuirà ad opprimere e a deprimere la loro forza vitale. Essi continueranno a cercare altri luoghi dove alimentare la loro energia, per evadere, per provare piacere. Nella misura in cui la scuola deprime la creatività e l'eros degli allievi, essa è correa, insieme ad altri fattori sociali, nel favorire - o non contrastare a sufficienza - l'emergere di forze distruttive, dalla droga alle varie forme di dipendenza (cibo, sesso, alcool, denaro, potere ecc).

## **9. Ostacoli al processo creativo e alla realizzazione del vero sé**

Secondo il buddhismo, la fonte prima di ogni sofferenza è l'ignoranza (Thich Nhat Hanh, 1998). Il buio dell'ignoranza può essere vinto dalla luce della consapevolezza o conoscenza produttiva.

Quali sono gli ostacoli culturali allo sviluppo della creatività e della conoscenza produttiva? Quali sono gli ostacoli ad una conoscenza autentica del proprio mondo interno e alla costruzione di un vero sé?

Sono gli stessi che favoriscono l'atteggiamento conformista.

Il conformismo, duramente attaccato da Kant e dagli illuministi, in quanto visto come indebita soggezione della persona ad un'autorità esterna ed arbitraria - sia essa lo stato, la religione, il gruppo o la famiglia - è ampiamente sopravvissuto all'epoca dei lumi. La tendenza a dipendere da autorità esterne al proprio vero sé non è venuta meno: cambiato è solo il tipo di autorità da cui si dipende, non più facilmente identificabile come allora (Fromm, 1941, parla di autorità anonima).

Oggi si discute sempre più di libertà, senso critico e autonomia di giudizio, ma si continua a soggiacere a nuove forme di dipendenza mascherata (dalla pubblicità, ai mass media, alle mode intellettuali, agli atteggiamenti conformisti), quindi nuove forme di "non pensiero", nuove forme di "non conoscenza". In tal modo non si realizza il vero sé, ma un falso sé, anche se apparentemente ben adattato al contesto sociale.

La ragione? Chi si conforma viene premiato da un senso di appartenenza generalizzato, oltre che, in determinati casi, da un vantaggio sociale o economico derivante dall'appartenenza a gruppi di potere. In altri casi, si tratta di appartenenza ad un movimento o ad un gruppo nuovo o minoritario, magari anticonformista e ribelle nei confronti della società esterna, ma conformista al proprio interno.

E chi continua a porsi domande, a pensare con la propria testa, a cercare nuove vie, nuovi modi più ecologici e reali di risolvere problemi, al di là delle scorciatoie precostituite? Se questo processo non viene sufficientemente condiviso, prima o poi espone colui che lo pratica al rischio di eccessivo isolamento. Ma isolamento significa già paura e malattia (Ornish, 1998), quindi comparsa di quelle forze distruttive che sono l'esatta antitesi del processo creativo. Le forze distruttive finiscono per penetrare attraverso il livello più debole del ricercatore solitario, quello fisico-corporeo, quello emotivo, quello mentale o quello spirituale. In ogni caso pregiudicheranno l'impresa creativa, che necessita di un funzionamento sinergico di tutti i livelli (Aurobindo, 1965).

L'unica soluzione sensata è la ricerca di intensi collegamenti con altri liberi ricercatori, che condividono la stessa impresa, creare cioè una sorta di comunità, di intenti e di idee, democratica e aperta. Sufficientemente democratica e aperta, da potersi confrontare in modo non dogmatico. Sufficientemente comunità di valori e affetti, da potersi ascoltare in modo profondo ed empatico, rispettoso e amorevole. Anche in mancanza di riconoscimento sociale allargato, l'appartenenza ad un gruppo di riferimento forte fornisce l'indispensabile base sicura necessaria per continuare l'esplorazione, che, per essere realmente produttiva, ha da svolgersi contemporaneamente nel mondo della realtà esterna, e nel mondo interno della coscienza. Esplorazione che, procedendo contro la corrente del medio conformismo, è per sua natura difficile e faticosa.

La stessa soluzione è indicata per la pratica buddhista, o Dharma. Dal momento che nel buddhismo non esiste una chiesa, un'istituzione universalmente visibile e riconosciuta, i praticanti sono invitati a unirsi in gruppi di Dharma, detti Sangha (Thich Nhat Hanh, 1991)<sup>3</sup>. PNL umanistica si trova in questa fase: essa è costituita da un gruppo di ricercatori e allievi, che hanno incominciato a prendersi per mano, con atteggiamento laico, non dogmatico e non conformista, per esplorare insieme nuovi territori della coscienza, fornendosi reciproco riconoscimento e appoggio (base sicura).

---

3. "Il Buddha è il Risvegliato. Un Risvegliato è libero, colmo di pace e di gioia, di amore e comprensione. Egli ci indica la via per divenire noi stessi risvegliati..."

Il Dharma è la via che conduce al Risveglio, il sentiero insegnato dal Buddha...

Il Sangha è la comunità di coloro che praticano la Via del Risveglio, che percorrono insieme il sentiero. Se vogliono seguire la via della liberazione, è importante avere una comunità con cui praticare. Se si è soli, le difficoltà che sorgono lungo il sentiero potrebbero impedire il risveglio. E' quindi essenziale prendere rifugio nel Sangha" (Thich Nhat Hanh, 1991, 128).

Essi stanno intensamente lavorando per generare una "mente di gruppo" realmente produttiva (Scardovelli, 1998, 1999).

Da alcuni anni, PNL umanistica sta attraversando una fase di grande creatività: ogni seminario e ogni gruppo di studio si svolge in un clima di intensa avventura condivisa. Le trasformazioni personali si accompagnano a rielaborazioni, confronti ed insight di gruppo, con evidenti ricadute sul piano dell'elaborazione teorica e tecnica.

E' un'avventura esaltante e gioiosa, in grado di promuovere un sogno comune: contribuire ad una cultura che favorisca il benessere delle persone attraverso una pratica assidua delle qualità dell'essere: empatia, compassione, rispetto, libertà, pace, cooperazione, ecc. Questo sogno implica un processo di trasformazione delle coscienze individuali, in modo che le strutture più aperte ed evolute (gli "oloni" superiori, nella terminologia di Wilber, 1995) prendano sopravvento su quelle involutive e distruttive.

BEERIA è un contributo in questa direzione, come modello di creatività e concreta tecnica di intervento - formativo o terapeutico - atto a promuoverla.

BEERIA contiene al suo interno una clausola antidogmatica ed ecologica forte: la fase 5, che impone di passare ogni acquisizione al vaglio plurimo del confronto, e alla validazione ed ibridazione con altre acquisizioni, esperienze o modelli. Espresa in termini PNL, significa ricerca e valorizzazione del feedback proveniente da persone e punti di vista differenti. Senza tale clausola, BEERIA stesso sarebbe destinato a promuovere solo una nuova forma, tra le tante, di solipsismo o conoscenza idiosincratica o dogmatica, in grado di generare altra separatività.

La clausola ecologica va intesa in senso allargato: per PNL umanistica non basta il confronto e la validazione con modelli posti sullo stesso livello. Rifacendosi a Ken Wilber (1993), occorre tener conto e creare connessioni fra tre differenti livelli: quello empirico sensoriale (*eye of flesh*), quello mentale o razionale (*eye of reason*), e quello spirituale o transpersonale (*eye of contemplation*). In questa direzione, la tecnologia di elicitazione di stati profondi (Andreas, Andreas, 1994; Dilts, Mac Donald, 1997; Scardovelli, 2000) si rivela preziosa. Essa consente di revisionare ogni processo trasformativo in corso dal punto di vista di uno stato di coscienza superiore, in grado di cogliere connessioni, sviluppare prospettive e vedere soluzioni non percepibili nello stato di coscienza ordinario (Tart, 1975). La nostra esperienza, con gruppi di terapia e formazione, conferma pienamente il potere degli stati profondi di innescare il processo creativo.

Per Einstein un problema non può essere risolto con lo stesso tipo di pensiero che lo ha generato. Per l'ipnosi post-ericksoniana (v. ad es. Wolinsky, 1991, 1993) e per PNL umanistica, la mossa più importante da compiere è decontaminare l'io dagli stati di consapevolezza ristretti ed involutivi, tipici dei complessi e delle subpersonalità (Scardovelli, 2000). Si tratta in sostanza non tanto di ipnotizzare, ma, al contrario, di deipnotizzare la persona, risvegliandola dal sonno della coscienza. In questo senso, ipnosi post-ericksoniana e PNL umanistica si trovano in forte sintonia con la psicologia asiatica, che considera da sempre le nevrosi e i vari disturbi psicologici come incidenti di percorso sul cammino dell'io verso il sé superiore, e quindi verso l'autentica liberazione dalle illusioni e dalla sofferenza (Walsh, 1984).

## BIBLIOGRAFIA

- Andreas, C., Andreas, T. (1994), *I nuclei profondi del sé*, Astrolabio - Ubaldini editore, Roma, 1995.
- Assagioli, R. (1965), *Principi e metodi della psicosintesi terapeutica*, Astrolabio, Roma, 1973.
- Assagioli, R. (1973), *L'atto di volontà*, Astrolabio, Roma, 1977.
- Assagioli, R. (1988), *Lo sviluppo transpersonale*, Astrolabio, Roma.
- Assagioli, R. (1991), *I tipi umani*, Istituto di Psicosintesi, Firenze.
- Aurobindo, Sri (1965), *La sintesi dello Yoga*, Ubaldini Editore, Roma, 1969.
- Bara, G.B. (1996) (a cura di), *Manuale di psicoterapia cognitiva*, Boringhieri, Torino.
- Bourdieu, P., Passeron, J.C. (1970), *La riproduzione*, Guaraldi, Rimini, 1972.
- Bowlby, J. (1979), *Costruzione e rottura dei legami affettivi*, Raffaello Cortina, Milano, 1982.
- Bowlby, J. (1988), *Una base sicura*, Raffaello Cortina, Milano, 1989.
- Caldironi, B. (1992), *Seminari di psicopatologia e psicoterapia*, Claudio Nanni, Ravenna.
- Carlson, R., Shield, B. (1989) (edited by), *Healers on Healing*, G. P. Putnam's sons, New York.
- Dilts, R, McDonald, R. (1997), *Tools of the Spirit*, Meta Publication, Capitola, CA.
- Erickson, M.H. (1983), *Guarire con l'ipnosi* (a cura di Rossi, E.L., Ryan, M.O., Sharp, F.A.), Astrolabio, Roma, 1984.
- Fromm, E. (1941), *Fuga dalla libertà*, Mondadori, Milano, 1992
- Fromm, E. (1955), *Psicoanalisi della società contemporanea*, Ed. di Comunità, Milano, 1968.
- Fromm, E. (1991), *I cosiddetti sani*, Mondadori, Milano, 1996.
- James, T., Woodsmall, W. (1988), *Time Line Therapy*, Meta Publications, Cupertino, Ca.
- Kroeger, O., Thuesen, J., M. (1988), *Type Talk*, Dell Publishing, New York, NY.
- Krishnamurti, J. (1993), *La ricerca della felicità*, Rizzoli, Milano.
- Lanctot, G. (1997), *La mafia della sanità*, Macro Edizioni, Cesena.
- Lankton, S., Lankton C. (1983), *La risposta dall'interno*, Astrolabio, Roma, 1984.
- Lorenzini, R., Sassaroli, S. (1990), "Psicopatologia della predizione", in Mancini, F., Semerari, A. (1990) (a cura di), *Le teorie cognitive dei disturbi emotivi*, La Nuova Italia Scientifica, Roma.
- Lorenzini, R., Sassaroli, S. (1995), *Attaccamento, conoscenza e disturbi di personalità*, Raffaello Cortina, Milano.
- Lowen, A. (1967), *Il tradimento del corpo*, Ediz. Mediterranee, Roma, 1982.
- Lowen, A. (1975), *Bioenergetica*, Feltrinelli, Milano, 1996.
- MacLean, P.D. (1973), *Evoluzione del cervello e comportamento umano*, Einaudi, Torino, 1984.
- Maslow, A.H. (1962), *Verso una psicologia dell'essere*, Ubaldini, Roma, 1971.
- Osho Rajneesh (1983), *Le dimensioni dell'amore*, Psiche editrice, Torino.
- Ornish, D. (1998), *Love and Survival*, Harper Collins, New York.
- Peck, M. S. (1980), *The Road Less Travelled*, Touchstone, New York, NY.
- Peck, M. S. (1988), *The Different Drum*, Rider Arrow edition, London.
- Pierrakos, E. (1989), *Il male e come trasformarlo*, Crisalide, Roma, 1992.
- Pierrakos, E. (1990), *Il sentiero del risveglio interiore*, Crisalide, Roma, 1991.
- Pierrakos, E. (1996), *L'energia creativa*, Crisalide, Roma.
- Scardovelli, M. (1998), *Feedback e cambiamento*, Borla, Roma.
- Scardovelli, M. (1999), *Musica e trasformazione*, Borla, Roma.

- Scardovelli, M. (2000), *Subpersonalità e crescita dell'io*, Borla, Roma.
- Schaffer, H.R. (a cura di) (1977), *L'interazione madre bambino: oltre la teoria dell'attaccamento*, Angeli, Milano, 1984.
- Stern, D.N. (1995), *Le interazioni madre-bambino nello sviluppo e nella clinica*, Raffaello Cortina, Milano.
- Tart, C.T. (1975a), *Stati di coscienza*, Astrolabio, Roma, 1977.
- Taylor, C. (1991), *Il disagio della modernità*, Laterza, Bari, 1994.
- Thich Nhat Hanh (1991), *Vita di Siddhartha, il Buddha*, Ubaldini, Roma, 1992.
- Thich Nhat Hanh (1998), *Il cuore dell'insegnamento del Buddha*, Neri Pozza, Vicenza, 2000.
- Walsh, R. (1984), *Ecologia della mente e sopravvivenza*, Cittadella, Assisi, 1991.
- Weil, A. (1995), *Spontaneous Healing*, Ballantine Books, New York.
- Wilber, K. (1993), "Eye to Eye: Scienze and Transpersonal Psychology", in Walsh, R., Vaughan, F. (1993), *Paths Beyond Ego*, Putnam, New York, NY.
- Wilber, K. (1995), *Sex, Ecology, Spirituality*, Shambhala Publications, Boston, Ma.
- Wolinsky, S. (1991), *Trance People Live*, The Bramble Company, Falls Village, CT.
- Wolinsky, S. (1993), *Quantum Consciousness*, Bramble Books, Las Vegas, NV.