

Sped. in Abb. Post. IV/70

COPIA GRATUITA
Distribuzione diretta
solo su elenchi indirizzi
concordati con Enti,
Imprese, Istituti e Asso-
ciazioni sottoscrittori di
abbonamenti.
— ANNUALE L. 2.500 —

IL GIORNALE

di DALMINE

I.G.P.
Istituto di Formazione
Professionale
INFORMA
Autoriz. Tribunale di Bg.
n° 16 del 18/3/1986.

ANNO II / NUMERO 2 — PERIODICO TRIMESTRALE DI FATTI E DI PERCHÈ — Aprile / Giugno 1987
EDIZIONI S.G.P. s.r.l. - BERGAMO / DIRETTORE RESPONSABILE: Marcello Bonazzola REDAZIONE: Via Don Rocchi, 10 DALMINE / Recapito Postale: Casella Postale 62 24044 DALMINE

CERVELLO E COSCIENZA

IL PARERE DEL MEDICO

Dinamica Mentale Base e Scuola dell'obbligo



Scopo di questa breve relazione è riportare alcune impressioni di un soggetto (il quale incidentalmente è un *neuro-psichiatra*) che arriva, partecipandovi e quindi lasciandosi coinvolgere, ad un Seminar di Dinamica Mentale condotto secondo le metodiche e gli indirizzi del dott. Marcello Bonazzola.

In questo senso il «*vissuto personale*» e «*l'assunzione obiettiva*» non sono tenuti separati.

La cosa che colpisce di più in questo Metodo, è la semplicità dei principi di fondo che lo supportano: *conoscere la propria mente nella sua totalità, saperla ascoltare, controllare ed usare in determinate maniere per ottenere determinati risultati.*

Questa semplicità è dovuta al fatto che per Dinamica Mentale l'importante è il risultato ottenuto e non la concettualizzazione razionale-teorica dello stesso. Sotto la guida di un Esperto, applicando determinati esercizi, si impara ad ottenere certi risultati; e si ottengono, anche se non sempre è facile ottenerli. Uno degli

equivoci di fondo, in cui ognuno ricade nella vita, è confondere sempre la semplicità con la facilità; niente di più errato: a certi livelli la semplicità può essere dura e difficile, mentre viceversa la complessità può essere facile.

Qui secondo me, sta la differenza fondamentale tra le tecniche di Dinamica Mentale del Bonazzola (*che si rifà, perfezionandole ed adattandole ad antiche tecniche orientali*) e le tecniche di psicologia o di psicodinamica prettamente occidentali.

Mi spiegherò meglio con un esempio; se si deve arrivare in cima ad una montagna, si può andare da un maestro che ci insegnerà le varie tecniche di scalata e passo dopo passo si arriva in vetta; è semplice ma faticoso e per certe scalate può diventare anche molto difficile; inoltre non è detto che tutti ci riescano, può esserci chi si stanca e torna indietro, e chi precipita. *Però quando si arriva in cima si è imparato come si scala una montagna e si è in grado di rifarlo da soli.*

Un altro metodo può essere quello di usare una funivia ed in cima, in effetti, ci si arriva ugualmente: è un sistema complesso (perchè costruire una funivia richiede conoscenze tecniche complesse) ma facile in quanto per chi vuole salire non vi è nessuna difficoltà; rovescio della medaglia: non insegna nulla, si è obbligati a salire solo sulle montagne dove hanno costruito le funivie e quindi «*qualcun altro*» scelerà per noi le cime su cui possiamo salire. Ampliando il discorso, si osserva come, nel nostro tipo di civiltà-cultura, sia stato sempre privilegiato il dominio sull'ambiente esterno; quindi sono state privilegiate e perfezionate le tecniche atte a consolidare e sviluppare questo dominio (*sul perchè di questa scelta si potrebbe discutere molto, ma qui il problema non interessa, il dato di fatto è che la situazione sta in questi termini*).

Ne consegue che ad ognuno di noi vengono insegnate un certo numero di tecniche mentali o intellettuali per poter par-

tecipare da soli o con altri al dominio sull'ambiente: matematica, italiano, geografia, elettronica, chimica, fisica, ecc.

A parità di tecniche apprese ognuno raggiungerà il proprio livello professionale nei vari campi a seconda delle proprie capacità e/o interessi.

Naturalmente nelle scelte che ognuno compie ci sono anche implicazioni sociali: ambiente di provenienza, capacità economiche, culturali ecc, ma anche se tutte queste variabili vengono eliminate, vi sarà sempre alla fine una scelta individuale dovuta ai propri interessi e capacità.

Bene, in circa duemila anni di questo tipo di civiltà siamo stati complessivamente capaci di mandare una macchina (con dentro un uomo) sulla luna, di costruire elaboratori elettronici, bombe atomiche, di eseguire trapianti cardiaci, di capire come funziona una cellula, un atomo ecc. ecc.

Un altro tipo di civiltà-cultura, da circa lo stesso numero di anni, ha cercato di capire come funzionasse e quindi come si controlla la propria mente (*perchè al di là delle sovrastrutture religiose, proprio questo, hanno fatto le grandi civiltà orientali*).

Poichè dobbiamo ammettere (è semplicemente una questione statistica in grandi numeri) che le intelligenze complessive delle due popolazioni si equivalgono, allora dove saranno mai arrivati in duemila anni di ricerca e perfezionamento le tecniche di controllo sulle capacità della mente?

Quindi perchè non si deve ammettere che sia possibile proiettare sulla luna la propria mente o spostarsi usando energie mentali o più semplicemente controllare i battiti cardiaci, curarsi di un mal di testa, di uno stato ansioso e di altre patologie, solamente usando le possibilità che la mente possiede?

Infatti è possibile ed è stato fatto, solo che invece di usare macchine di tipo termodinamico, nucleare o elettronico, si è usato una «macchina biologica» ed invece di usare l'aspirina o farmaci ansiolitici si sono utilizzate delle sostanze antalgiche o ansiolitiche che questa stessa macchina biologica produce.

Semplice vero? Però non facile, almeno a certi livelli. Un fatto mi ha colpito come neuro-psichiatra infantile nel corso

del Seminar di Dinamica Mentale: *la maggior parte degli esercizi proposti sono tecniche volte a combattere ed a scalzare il controllo della razionalità sulla propria mente e sul proprio corpo; bisogna imparare a vedere, sentire, fare senza pensare*. Ebbene questo vedere, sentire, fare senza pensare i bambini lo fanno da sempre, per gioco, spontaneamente.

Il bambino spontaneamente tende ad usare l'intuizione e non la razionalità, ma poichè al nostro tipo di civiltà l'intelligenza intuitiva interessa poco, essa viene rapidamente sostituita dalla intelligenza «razionale» deduttiva o sistetica.

Questo processo avviene normalmente nella scuola e tutti pensano che sia un procedimento naturale: che cioè, con il mutarsi dell'individuo si passi naturalmente da un tipo di comprensione intuitiva a un tipo di comprensione razionale.

Ritengo invece che la castrazione dell'intelligenza intuitiva nei bambini sia accentuata dalle tecniche didattiche in uso e che questo sia un grave errore dal punto di vista dell'individuo (anche la pedagogia più moderna pare arrivi ad accorgersi di questo errore, vedi Rodari per es., anche se più che all'intuizione la sua attenzione è volta alla fantasia del bambino che cerca di salvaguardare).

In questo senso, anche dal punto di vista professionale, non posso che augurarmi l'introduzione delle tecniche di Dinamica Mentale applicate allo Sviluppo Personale, nelle scuole. I bambini potrebbero così apprendere, oltre alle tecniche che servono a conoscere e controllare il mondo esterno, *le tecniche che servono a controllare e conoscere il proprio mondo mentale*; questo avverrebbe nell'età più adatta, quando vi è più capacità di apprendimento e meno inibizioni e quando è ancora possibile modificarsi facilmente.

In questa sintesi i pregi di una tecnica compenserebbero i difetti dell'altra in quanto esse, a mio parere, non sono alternative ma complementari.

Così si potrebbe ottenere una persona con un equilibrato sviluppo della personalità, sia a «livello intellettuale» che a livello «psico-emotivo».