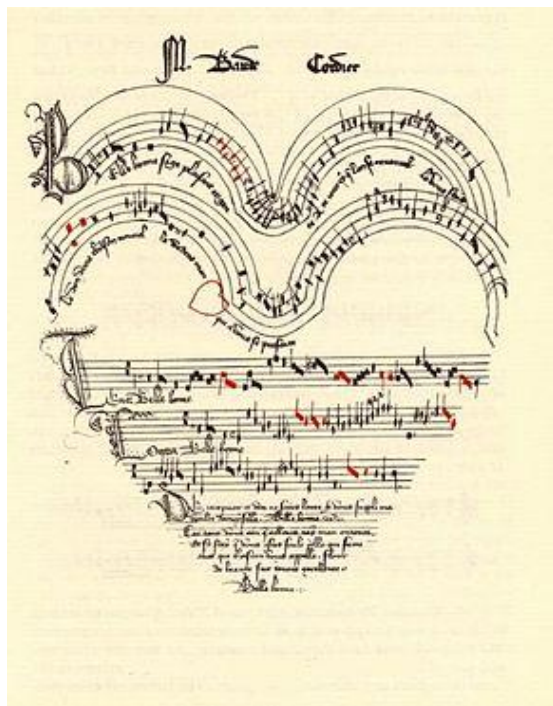


# Il pentagramma educativo

L'educazione come percorso verso conoscenza e amore

Di Andrea Ciantar



Copyright: di Andrea Ciantar.  
Tutti i diritti riservati.

ISBN: [1234567890]  
ISBN-13: [978-1234567890]

Immagine di copertina: il Codice di Chantily

Prima edizione Novembre 2018



# I - Imparare vivendo

## Educazione-vita

L'educazione e la vita si può dire che siano la stessa cosa. Il fatto di vivere ci pone necessariamente di fronte al bisogno di imparare, capire, cambiare... La vita è un processo educativo, che lo vogliamo o no. Certo, passiamo molti anni a scuola, chi più chi meno; e oltre a questo, magari, abbiamo seguito qualche corso o seminario per imparare una lingua straniera, o ad usare il pc, o ballare, o imparare qualche altra abilità importante nel lavoro o nella vita. Ma molto di ciò che costituisce il modo in cui siamo al mondo, lo abbiamo imparato semplicemente vivendo.

L'importanza di riconoscere l'importanza dei diversi contesti di apprendimento è sempre più un aspetto imprescindibile in ogni percorso educativo. Si distingue infatti tra:

- contesti di apprendimento formali, che riguardano tutti quei percorsi formativi che conducono al conseguimento di un titolo riconosciuto (es. scuola, università, corsi professionalizzanti, ecc.);
- apprendimento non-formale, che corrisponde a tutti quei percorsi educativi che sebbene strutturati e organizzati, non portano al conseguimento di un titolo di studio (es. i corsi che seguiamo per cultura personale o benessere...);
- contesti di apprendimento informali, ossia legati alle attività quotidiane, nelle loro molteplici dimensioni (lavoro, tempo libero, relazioni, ecc.); si tratta di un tipo di apprendimento quasi mai intenzionale, e quindi soprattutto casuale, inatteso (o per lo meno a noi così appare).

I tre contesti di apprendimento sono tutti egualmente importanti, e interconnessi; per cui è chiaro che ciò che impariamo in uno di questi ambiti ce lo giochiamo anche negli altri. Ad esempio, pensiamo all'apprendimento di una lingua straniera. Forse una parte di questo apprendimento è avvenuta tra i banchi di scuola. Poi forse abbiamo seguito dei corsi su nostra libera iniziativa, magari cercando situazioni dove l'apprendimento avvenisse in maniera più creativa e coinvolgente, attraverso simulazioni, visione di film in lingua originale, ecc.. Ma probabilmente è poi quando ci siamo trovati ad applicare queste conoscenze nella vita concreta, che si può dire che l'apprendimento dell'altra lingua sia diventato maggiormente parte di noi.

Se questo è valido per i saperi “codificati”, come appunto la conoscenza di una lingua, o saperi e capacità tecnico scientifiche, lo è ancora di più per quell’insieme di apprendimenti che caratterizzano in profondità la nostra persona. Il modo in cui vediamo noi stessi e il mondo, i valori che ci guidano, le mete che ci poniamo, varie abilità relazionali, di comunicazione, il modo in cui ci relazioniamo alle emozioni e al nostro stesso corpo, la relazione tra i sessi, ecc., fanno parte infatti di apprendimenti, per lo più impliciti, che abbiamo appreso nei vari ambienti sociali in cui abbiamo vissuto.

Abbiamo abitato spazi strettamente definiti da regole sociali, scritte o implicite, ma anche spazi dove ancora la natura era padrona. Abbiamo imparato nell’ambiente in cui siamo nati e cresciuti, e poi nel lavoro, nel tempo libero, nei viaggi e negli incontri. Abbiamo imparato aderendo alle regole che ci venivano proposte o trasgredendo ad esse, fino a creare strade nuove. Abbiamo appreso, magari senza saperlo, tra le righe dei libri che ci hanno appassionato, le immagini dei film o nella musica che ha accompagnato le nostre ore e giornate. E soprattutto abbiamo imparato dalle esperienze fondamentali, dal dolore e dall’amore, e quasi sempre in maniera inattesa.

## Ma come imparare?

*Quando ero più giovane non ho mai letto le istruzioni prima dell’uso. Che dovessi montare un mobile, o un qualsiasi altro oggetto, o dovessi cominciare una nuova avventura d’amore o di conoscenza, non calcolavo. Mi buttavo.*

*Col tempo sono diventato più prudente. Oggi leggo sempre le istruzioni prima dell’uso. Ma ancora non basta, perchè per quanto possiamo pensare di essere preparati, scopriremo che per tante situazioni che la vita ci presenta le istruzioni non esistono. Diventa necessario imparare – per quanto possibile – a “leggere le istruzioni durante l’uso”, ossia imparare vivendo.*

La vita, come dicevamo, ci mette sempre di fronte alla necessità di imparare, ci invita all’esplorazione e alla conoscenza. Spesso questi “inviti” hanno il carattere dell’imprevedibilità, cioè accade che molte delle situazioni nella vita di tutti i giorni dove ci viene data la possibilità di imparare, accadano in maniera inattesa. Altre volte irrompono nella nostra vita con una certa prepotenza, come nelle esperienze traumatiche. E tutto questo avviene perché siamo animali abitudinari, abbiamo bisogno di schemi per classificare il mondo, e tendiamo a “conservare” le nostre visioni e comportamenti, anche quando hanno smesso da

tempo di essere adeguati alla realtà; fino a che arrivano gli “scossoni della vita” a risvegliarci dal torpore. Come recita il famoso motto: “la vita è ciò che ti accade mentre sei impegnato a fare altri progetti».

La consapevolezza di come questo processo appartenga in maniera costitutiva al nostro modo di conoscere e agire può essere molto liberatoria, in quanto offre la possibilità di interpretare ciò che ci succede di inatteso non come un fastidioso intralcio ai nostri piani, ma come un invito ad ampliare il campo della nostra coscienza e conoscenza. Ma una volta appurato che la vita ci porta le esperienze da cui imparare, la domanda è: “come” imparare?

Cioè il fatto che qualcosa irrompa nella nostra esperienza, non vuol dire che necessariamente riusciremo a trarne conoscenza e consapevolezza! Da qui l'importanza di “imparare ad imparare”, e dei sistemi e stratagemmi che gli umani hanno creato per apprendere dalle esperienze.

Bradford Brown, un pioniere nel campo dello sviluppo personale, era noto per segnare con l'acronimo YBH, che stava per “Yes, but how?” (“Sì, ma come?”), i libri che studiava. Aveva compreso che molti studiosi e maestri che proponevano soluzioni e visioni del mondo alternative, fallivano nel non individuare un chiaro percorso per esplorare queste conoscenze e questi cambiamenti nella pratica; insieme a Roy Whitten, hanno poi realizzato l'approccio More to Life, che è uno dei programmi per lo sviluppo personale più diffuso al mondo, e che è stato – per me – una potentissima fonte di cambiamento, nonché uno strumento diventato parte integrante del mio agire professionale.

L'interesse per metodologie è stato quindi un aspetto chiave del mio personale processo di cambiamento e di riflesso un elemento fondamentale del mio percorso professionale. Il condividere le metodologie che mi hanno alimentato è una delle motivazioni che sottende questo lavoro. L'educazione non necessita solo dell'idea di “cosa” posso realizzare, diventare, ma anche del “come”, che rappresenta un “imparare ad imparare” indispensabile.

Ritroverete quindi, nelle prossime pagine, questi due fili paralleli:

- il “cosa”, ossia la condivisione di riflessioni sul senso dell'educazione;
- il “come”, ossia la condivisione di esperienze e saperi su strategie e percorsi di apprendimento e trasformazione.

## II -Imprevedibili apprendimenti

*Per ribadire, ancora una volta, come la vita stessa sia un'occasione educativa continua, e dell'imprevedibilità di molte delle nostre esperienze di apprendimento.*

### **Un magnifico errore: Inevitabili imprevisi che diventano occasioni di apprendimento...**

*Quella mattina ero partito sicuro che avrei preso l'aereo per Bruxelles, dove avrei partecipato ad un seminario organizzato da una mia cara amica sulla tematica dell'autostima.*

*La sorpresa fu scoprire, arrivato al check in, che ciò che pensavo fosse il mio bel biglietto per Bruxelles, non era altro che una prenotazione non andata a buon fine... No biglietti no parti(y)! Ma non mi arresi. Mi misi a cercare per un altro volo, ma da Fiumicino quelli in giornata per Bruxelles avevano prezzi improponibili... Quindi decisi di andare al secondo aeroporto di Roma (non potevo verificare via web perché al tempo gli smartphone non erano così diffusi, e l'unico internet point in aeroporto era non funzionante...). L'aeroporto di Ciampino si trova esattamente dall'altra parte della città, raggiungerlo era anche quello un viaggio; impiegai lo stesso tempo che avrei messo per andare a Bruxelles, ma ci arrivai. Scoprii, una volta lì, che la situazione non era molto meglio; biglietti troppo costosi. Decisi allora di tornare ancora a Fiumicino, non ricordo perché ora..probabilmente tutti questi sbattimenti, con una valigia non certo ispirata all'essenzialità zen, cominciarono a produrre "effetti collaterali" in una mente già provata (venivo da un periodo molto stressante, senza soste...).*

*E infatti, come da aspettarsi (ma ripeto, la mia lucidità era andata da un pezzo), nessun altro volo miracoloso per Bruxelles saltò fuori.... A quel punto ero completamente distrutto. Mi abbandonai su una poltrona nella sala di aspetto dell'aeroporto Leonardo Da Vinci, ormai incapace di muovere un muscolo per la stanchezza e l'abbattimento. E lì avvenne l'esperienza: semplicemente mi fermai (del resto a quel punto non c'erano alternative...). In realtà, ripensandoci tempo dopo, mi resi conto che lo "stop!" che la vita mi aveva portato non riguardava solo il periodo concitato da cui provenivo, ma la mia persona in senso più profondo...*

*Rimasi seduto in quella poltrona per ore. Osservavo gli altri viaggiatori, persone di tutto il mondo, arrivare, sostare e poi ripartire, mentre la luce del giorno lentamente calava. Pian piano le energie ritornavano. Ma soprattutto cresceva il piacere di essere lì, ad osservare il mondo passare. E ripensavo anche la mia vita degli ultimi tempi. Era il piacere di rimettere insieme pezzi sparsi che la fretta e la distrazione avevano lasciato appesi, in attesa di sistemazione... Il pensiero, o meglio, la consapevolezza, fluttuava dal mondo esterno a quello interno, dal corpo, alle emozioni, ai ricordi, al piacere di pensare e riflettere....*

*Potrei elencare, oltre a questo, moltissimi altri momenti inattesi, alcuni comici, e altri meno felici (potremmo dire tragicomici, per lo meno nel momento in cui sono accaduti...), da cui sono scaturiti apprendimenti e scoperte molto importanti per me.*

- *Devo alla mia proverbiale distrazione la conoscenza di uno studioso che ha cambiato il mio modo di pensare. L'esame di Antropologia Culturale all'università prevedeva la lettura solo di alcuni brani di "Verso un'Ecologia della mente", di Gregory Bateson, tomo di circa 400 pagine. Ma io non notai l'indicazione delle parti da studiare per l'esame, così lo lessi tutto. Questo libro contribuì definitivamente alla mia comprensione del mondo.*
- *Perdere un aereo, e incontrare una amica – che aveva perso anche lei l'aereo precedente – mi permise di ascoltare il suo racconto di un'esperienza formativa che per lei era stata molto importante; mesi dopo ero a Londra a seguire il corso "More to life", che si rivelò un'esperienza formativa decisiva anche per me.*
- *Partecipando per assoluto caso ad una conferenza conobbi lo Yoga, che è stato uno strumento di conoscenza di me stesso, nell'esplorazione dei rapporti tra mente e corpo, grandissimo.*
- *.... (E così via)*

L'esperienza di vita è certo la prima fonte di apprendimento, di autoformazione, sebbene i saperi che abbiamo acquisito in quelli che si chiamano percorsi formali, ossia la scuola, e tutti quei percorsi di istruzione che ci portano ad acquisire titoli (i famosi "pezzi di carta"), o non formali (come il corso di lingue, o di cucina, di yoga proposti dall'associazione di quartiere...), siano importantissimi se non indispensabili. Potremmo dire che l'esperienza metta "in azione" tali saperi, che vengono usati, declinati, e fatti propri dalla persona e dalle collettività nell'avventura del vivere.

All'interno di questo quadro di fatto accade, come dicevamo, che alcuni degli apprendimenti più significativi della nostra vita abbiano il carattere dell'accidentalità, dell'imprevisto.

Perché il fenomeno dell'apprendere dall'esperienza abbia spesso il carattere dell'imprevedibilità, è un qualcosa su cui vale la pena di soffermarsi. Gregory Bateson, il grande studioso delle scienze della cognizione, parlava di "limite della finalità cosciente". La nostra finalità cosciente, ossia la capacità di conoscere perfettamente e controllare tutti gli elementi che compongono la realtà, e prevedere e pianificare lo



svolgersi degli eventi è molto limitata, al di là di quello che – supponemente - riteniamo. E ciò è vero a livello dell'individuo come della società intera. A livello individuale, sappiamo fin troppo bene come basti un niente a sconvolgere i piani che ci facciamo su noi stessi e sugli altri. Ci sarà sempre un elemento che scompagina le carte, un qualcosa che non avevamo calcolato. La stessa cosa accade a livello macro. Quando negli anni 40 venne inventato il ddt, sembrava una felice creazione che scacciava gli insetti molesti rendendo la vita più comoda e piacevole. Si vedono i filmati promozionali di gioiose casalinghe americane che spruzzano ddt a volontà sui piatti colmi di cibo... Si scoprì poi l'altissima nocività per l'essere umano di questo insetticida, fino a bandirlo negli anni '70 (ma ancora oggi ne stiamo scontando gli effetti). Questa storia è solo un esempio tra moltissimi che sono oggi sotto i nostri occhi; solo uno tra i tanti "imprevisti" che incorrono nel cosiddetto "progresso" della tecnica e nell'intervento dell'essere umano sull'ambiente....

Da quanto abbiamo osservato fin'ora possiamo trarre almeno due aspetti rilevanti che ci danno informazioni su come funziona il nostro modo di conoscere noi stessi e il mondo:

- quello che chiamiamo errore, è solo un qualcosa che non avevamo previsto a partire da una visione fondamentalmente limitata della realtà; è quindi impossibile immaginare una vita senza la presenza di questi "errori";
- il punto diventa allora non come "evitarli", ma come approfittare di queste esperienze per farle diventare **generatori di conoscenza e di cambiamento**; in quello che chiamiamo errore c'è la radice della conoscenza possibile.

Ho pensato di partire dall'osservazione di questi aspetti dell'esperienza umana che trovo interessanti per almeno due motivi:

- perchè c'è un lato divertente, anche se a volte tragicomico, in tutto ciò; una sorta di ironia del mondo, che si prende beffa della nostra pretesa di controllo a suon di testate contro muri, ma anche con sorprese piacevoli, inattese meraviglie...
- Perché, come già detto, si tratta di un lato fortemente critico e problematico della nostra storia di apprendimento, per l'individuo come per le collettività. Sarebbe infatti fin troppo bello riuscire sempre ad imparare dall'esperienza, specie da quelle etichettiamo come esperienze "negative"; le nostre strade sarebbero piene di gente saggia, e avremmo una società pacifica, amorevole.... Apprendere dall'esperienza, specie quelle

“difficili”, è un processo che purtroppo non è scontato né automatico. Il punto allora diventa: come rendere possibile questo processo di apprendimento dall’esperienza?

Questa ultima domanda, come descritto nelle pagine precedenti, è una delle tracce che sottende questo lavoro, cioè l’attenzione al “come” possiamo imparare. Le considerazioni che abbiamo fatto fin’ora ci confermano inoltre – nel caso avessimo dubbi – che il ruolo dell’educazione non può essere quello di creare un uomo capace di “controllare e dominare”; ne emerge invece rafforzata una prospettiva di educazione che è coscienza dei nostri limiti, atteggiamento di umiltà e rispetto nei confronti del mondo e di ciò che ancora non conosciamo.

Ma ora è il momento di riflettere su quanto abbiamo trattato fin’ora, in relazione alla nostra personale esperienza, e vi propongo di farlo attraverso la scrittura.

### ***Esercitazione 1***

*Fai un elenco di almeno cinque accadimenti imprevisti nella tua vita, descrivendo ogni esperienza brevemente con tre, quattro righe.*

*Scrivi poi accanto ad ognuna di queste esperienze cosa hai imparato al tempo, o cosa vedi e impari oggi, ripercorrendole con la memoria.... Quali nuovi elementi di conoscenza e di comprensione hanno portato queste esperienze inattese?*

<i>Imprevisti, esperienze inattese...</i>	<i>Apprendimenti, scoperte,</i>
1)..... ..... ..... .....	1)..... ..... ..... .....
2)..... ..... ..... .....	2)..... ..... ..... .....
3)..... ..... ..... .....	3)..... ..... ..... .....

4) .....	4).....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
5).....	5) .....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

***Scegli ora una di queste esperienze, ed esplorala attraverso la scrittura:***

*Cosa è accaduto?*

....

*Cosa hai imparato da questa esperienza inattesa?*

....

*In che modo questo apprendimento è ancora importante per te oggi?*

....

*In che modo può essere importante anche per altri?*

...

## Apprendere dall'inciampo

Ci sono "errori", o imprevisti, che quindi, come abbiamo visto, ci hanno portato nuove conoscenze o cambiamenti di cui siamo consapevoli, tanto da ringraziare per questi inattesi regali del "fato".

Ma ci sono altri episodi, "inciampi" nel cammino della vita - e sono la maggior parte - che non possiamo considerare che come fastidiosi intralci, dolorosi fallimenti. Episodi che spesso si ripetono nel tempo, e dai quali vorremmo imparare, ma senza riuscirci. In questi casi il famigerato "imparare dall'esperienza" sembra che non funzioni. Ci ritroviamo ancora per l'ennesima volta allo stesso punto, e ci malediciamo per questo (o incolpiamo qualcun'altro), e ci diciamo che da ora in poi sarà diverso, salvo poi ritrovarsi daccapo in una situazione del tutto simile.

Come nel film "Ricomincio da capo", in cui il protagonista, Phil Connors un cinico metereologo televisivo scorbutico ed egoista, impersonato magistralmente dal celebre Bill Murray, si ritrova a vivere continuamente la stessa giornata, e in particolare una delle giornate per lui più odiose: il "giorno della marmotta".

Phil arriva con la sua troupe, composta da un operatore e la regista Rita, impersonata da Andie MacDowell, nella piccola città di Punxsutawney, in Pennsylvania, dove ogni anno si tiene il "giorno della marmotta" (una festa realmente celebrata negli Stati Uniti e in Canada il 2 febbraio). Lui odia profondamente questa festa, la considera estremamente stupida, così come odia gli abitanti di Punxsutawney, troppo provinciali per un uomo talentuoso e sofisticato quale lui ritiene di essere.

Costretto da una tempesta di neve a fermarsi la notte nella cittadina scoprirà però, al suo risveglio, di essere rimasto intrappolato in un circolo temporale. Ogni mattina, alle sei in punto, Phil si sveglia al suono della radio che trasmette sempre la stessa canzone, "I got you babe", di Sonny e Cher, e la "giornata della marmotta" ricomincia, ripetendosi esattamente allo stesso modo.

Dopo l'iniziale sgomento il personaggio passerà attraverso una serie di stadi: dal senso di onnipotenza, in cui arriva a sfruttare la sua conoscenza degli eventi per manipolare il suo ambiente (soprattutto per arricchirsi e sedurre donne), alla disperazione più cupa; arriva così a decidere per il suicidio, ma anche questo non funziona: si uccide più volte per risvegliarsi ancora nel "giorno della marmotta", sempre alle note di "I got you babe"...

Alla fine, dopo una serie di esilaranti episodi, comincia ad apprezzare, e poi ad amare questa giornata, che ormai conosce nei più minimi

particolari. Ad esempio decide di prendere lezioni di piano, che – ovviamente – è sempre la prima lezione. E comincia ad occuparsi degli altri, forse per la prima volta nella sua vita: così quella giornata che era per lui una trappola infernale, diventa una giornata piena di gratificanti relazioni, tanto da farlo diventare un uomo capace, in un solo giorno, di gioire e dare agli altri, che ricambiamo apprezzandolo ed amandolo . Quando arriverà ad vivere pienamente il suo "Giorno della Marmotta", con tanto di esibizione musicale (frutto delle numerose "prime lezioni" di piano), conquistando anche il cuore della splendida Rita, il protagonista finalmente si libererà dell'incantesimo, svegliandosi nel giorno successivo. "I got you babe"...

Nella sua apparente leggerezza rappresenta in maniera ironica ma efficace una condizione che ci appartiene: chi non si è sentito imprigionato in situazioni che si ripetono, in piccoli o grandi drammi dai quali non riesce a uscire? Questi aspetti della nostra vita sono solo pesanti fardelli che il destino ci ha consegnato? O c'è qualcosa da imparare da queste ineludibili esperienze?

Si tratta di un argomento fondamentale e molto complesso, che riguarda la capacità di fare dell'esperienza del dolore una fonte di consapevolezza e di cambiamento. La sfida del trasformare le ferite in "feritoie", come direbbe Salvatore Natoli. Una sfida che ha sollecitato da sempre la creatività umana. E tutti credo potrebbero raccontare il modo in cui, almeno una volta nella vita, si sono trovati i fronte ad una tale sfida, e hanno trovato il modo di affrontarla.

Tra le diverse esperienze che personalmente potrei raccontare in merito, vorrei condividere l'incontro con i percorsi educativi dell'approccio "More to life" (di cui parlavo nel mio elenco di "apprendimenti accidentali"). I fondatori di questo approccio, infatti, hanno dedicato una particolare attenzione a come elaborare e trarre insegnamento dalle esperienze "negative", dall' "inciampo".

Uno dei percorsi di autoconoscenza e crescita personale del metodo More to Life, infatti, parte proprio dal prendere in considerazione quegli episodi negativi imprevisi di cui stiamo parlando in questo capitolo, che nel metodo vengono chiamati "life shock". Non è necessario ricorrere a grandi tragedie; possono essere piccoli episodi, di quelli che appunto accadono quotidianamente e che sono - come dicevamo - parte costitutiva dell'esperienza umana.

*Ad esempio, immaginiamo che l'evento sia stato un inatteso commento sprezzante di un nostro capo, al lavoro, che ci ha ferito, facendoci sentire male. Non ce lo aspettavamo, e siamo rimasti sorpresi, incapaci di reagire, e a pensarci ancora*

*possiamo risentire, come se fosse accaduto ora, quel mix di emozioni e sentimenti generati dall'evento: rabbia, senso di offesa, angoscia, frustrazione...*

*A volte questi episodi "inattesi", anche se apparentemente minimali, possono ferirci molto; e una prova di questo è che li ricordiamo nitidamente, anche a distanza di tempo.*

*La prima tappa del percorso educativo, che viene realizzata all'inizio con l'accompagnamento di un mentore specializzato nel metodo More to life, consiste proprio nel rievocare il life shock su cui abbiamo deciso di lavorare, in questo caso l'episodio del capo ufficio....*

*Nel percorso, dopo aver chiuso gli occhi, rievocato l'episodio, e aver sentito le reazioni che ci ha generato, cominceremo a osservare cosa sta dicendo la nostra mente, in particolare rispetto a noi stessi. Potremo scoprire che nel momento in cui è successo l'episodio c'erano una serie di pensieri dentro di noi, come ad esempio "sei un debole", "non riuscirai mai ad affermarti", "non sei degno di rispetto", e così via.... "Scopriremo", quindi, come l'episodio abbia scatenato una serie di accuse pesanti che noi rivolgiamo a noi stessi, e di cui di solito non siamo pienamente consapevoli, dato che tutto questo avviene al di sotto della linea della coscienza.*

*Nel contempo osserveremo che non solo ci stiamo accusando pesantemente, ma stiamo ponendo a noi stessi una serie di richieste, legate alle accuse stesse; ad esempio l'accusa "sei un debole", potrebbe generare la richiesta "devi assolutamente reagire", o l'accusa "non riuscirai mai ad affermarti", genera la richiesta "devi assolutamente reagire, altrimenti...", e così via.*

*Sono, di solito, richieste perentorie che poniamo a noi stessi, senza scampo; ad esempio la richiesta "devi assolutamente reagire, altrimenti...", potrebbe implicare l'accusa "altrimenti resterai sempre un fallito..."*

*Questo processo della nostra mente, che è piuttosto comune, è chiamato nell'approccio More to life il "Circolo di accuse e richieste".*

La pratica educativa che sto provando qui a descrivere prevede il fatto di scrivere nero su bianco questo circolo vizioso di accuse e richieste, e ciò rappresenta già un primo importante apprendimento, una rilevante consapevolezza. Potremo scoprire infatti, con stupore, di essere i più severi e crudeli giudici di noi stessi. Un episodio, magari anche apparentemente banale, mi sta facendo scoprire una implicita rappresentazione me stesso di cui, probabilmente, avevo un certo sentore, ma non avevo mai visto così chiaramente.

Il percorso non si ferma qui, e continua con un altro passo, che è quello di esaminare lucidamente questa serie di accuse e richieste a se stessi.

*Seguendo l'esempio, proveremo ad esaminare le accuse "sei un debole", "non riuscirai mai ad affermarti", "non sei degno di rispetto", ecc. chiedendoci se sono vere o false.*

*Potremo scoprire, così, che non è vero, in assoluto, che "sono un debole", ma che noi siamo persone che, come tutti, hanno le loro debolezze ma anche la loro forza e coraggio; scopriremo che non è affatto vero che non siamo degni i rispetto", e che anzi, possiamo essere fieri di noi stessi per il coraggio che abbiamo nell'affrontare le nostre difficoltà interiori, e così via.*

*Lo stesso sarà per le richieste che abbiamo fatto a noi stessi; scopriremo che non è vero che "DEVO assolutamente reagire", ma che sarebbe più adeguato dire che "SCELGO e VOGLIO impegnarmi a reagire", e che lo scelgo non perchè me lo impone una implicita, regola superiore, ma perchè lo ritengo giusto.*

Ciò che si scopre, in questa fase, è quindi l'assoluta irrealtà del circolo di accuse e richieste, la cui potenza infatti è data dal fatto di essere rappresentazioni implicite legate ad esperienze "fondanti", spesso avvenute nell'infanzia o nell'adolescenza, quando si stava formando la nostra interna auto-rappresentazione di noi stessi. In realtà potremmo anche scoprire in che modo tali accuse e richieste rappresentano condizionamenti che abbiamo ereditato da un ambiente familiare, nonchè dalla più ampia "cultura" all'interno della quale ci siamo formati.

Sperimentare pienamente, con l'accompagnamento di un mentore specializzato, un percorso come quello descritto, che partendo da un episodio di "life shock" arriva a identificare le accuse e richieste che in quel momento muovevamo a noi stessi, e a "decostruirle", vuol dire quindi realizzare un'esperienza di apprendimento straordinaria. Possono infatti maturare dentro di noi, come abbiamo visto, una serie di consapevolezze:

- possiamo scoprire, come sottolineavo prima, di essere i peggiori nemici di noi stessi, dato che ci bombardiamo di accuse e richieste impossibili che non avvanzeremmo neanche al nostro peggior nemico;
- possiamo scoprire che dentro un episodio che vorremmo semplicemente cancellare dalla nostra memoria, è custodita una possibilità di conoscenza di noi stessi straordinaria;
- avremo imparato che abbiamo la possibilità, quando accadrà di rivivere un life shock (e sicuramente ciò avverrà, dato che è un qualcosa di costitutivo dell'esperienza umana), che possiamo fare qualcosa per non essere succubi di quanto accade, ma di elaborarlo, e anzi trasformarlo in una importante occasione di conoscenza di noi stessi e di cambiamento.

Abbiamo visto, quindi, in che modo l'approccio More to Life propone di relazionarsi a questi aspetti della nostra esperienza umana, inattesi "inciampi", piccoli o grandi eventi traumatici, anche se per comprendere pienamente il percorso e apprendere ad utilizzarlo da soli bisognerebbe sperimentarlo in prima persona, col supporto di un mentore

specializzato. Ma soprattutto, al di là dello specifico esempio, tutto ciò ci riporta alla possibilità di apprendere anche da questo tipo di esperienze nel nostro percorso di vita, qualsiasi siano gli strumenti che possiamo utilizzare a tale scopo.

Si tratta di un messaggio per niente banale, se pensiamo a come quello che abbiamo chiamato l'errore, l'inciampo, l'inatteso, siano parti costitutive nella nostra conoscenza del mondo. L'educazione non dovrebbe rinunciare a dire qualcosa al proposito, ad includere tra i compiti e le sfide di un percorso educativo quello di aiutare a capire il modo in cui funziona la nostra conoscenza del mondo e di noi stessi, e supportare gli individui e le collettività nell'espandere questa conoscenza, e farne uno strumento per un maggiore benessere e felicità.



## INDICE

I - IMPARARE VIVENDO..... **ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.**

II -IMPREVEDIBILI APPRENDIMENTI..... **ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.**

Publicato in Novembre 2018  
Prima edizione