

NOETICAMENTE  
ANTROPOLOGIA NEO-ESISTENZIALE

2

*Direttore*

**Ferdinando BRANCALEONE**  
Centro Ricerche Noetiche – CRN

*Comitato scientifico*

**Gianfranco BUFFARDI**  
Istituto Italiano di Scienze Umane ed Esistenziali – ISUE

**Fabio GABRIELLI**  
Facoltà Teologica dell'Italia Settentrionale

**Antonio Gioacchino SPAGNOLO**  
Università Cattolica del Sacro Cuore

*Comitato editoriale*

**Lisa DE LUCA**  
Centro Ricerche Noetiche – CRN

**Francesca GUERCIO**  
Centro Ricerche Noetiche – CRN

**Valentina TETTAMANTI**  
Centro Ricerche Noetiche – CRN

# NOETICAMENTE

## ANTROPOLOGIA NEO-ESISTENZIALE



Che cosa posso sapere?  
Che cosa devo fare?  
Che cosa mi è dato sperare?  
Che cosa è l'uomo?

Immanuel KANT

“NoeticaMente”, collana curata dal Centro Ricerche Noetiche (CRN), promuove materiale afferente all’ambito dell’antropologia neo-esistenziale; orientamento, quest’ultimo, che considera l’uomo come “Singolo” (quindi come essere unico e irripetibile) e, al tempo stesso, come parte di un “Tutto”, con il quale è costantemente interconnesso. Lo studio della natura umana, quindi, non può prescindere dallo studio dell’ambiente in cui l’uomo vive e con il quale ha un legame inscindibile. Ambiente nel quale il “Singolo” si trova, inevitabilmente, in relazione (oltre che con il “Mondo”) con l’“Altro”.

Emerge quindi l’importanza di uno studio dell’uomo capace di coglierne la pluridimensionalità, schematizzabile nelle tre dimensioni di “soma”, “psiche” e “nous”.

I più recenti studi in ambito antropologico neo-esistenziale mostrano la necessità di mantenere una prospettiva multidisciplinare che possa avvalersi, in uguale misura, del contributo delle discipline umanistiche e di quelle scientifiche per sviluppare una visione “meta-disciplinare”, capace di moltiplicare i punti di vista sull’uomo, evitando la settorializzazione e la staticità a cui essa può portare.

È da sottolineare, in tale ambito di considerazioni, l’importanza della “dimensione noetica” dell’esistenza: essa rappresenta la caratteristica distintiva dell’uomo, quel *quid* in più che lo differenzia da ogni altro essere vivente.

L’approccio neo-esistenziale ha visto inoltre la sua applicazione nei diversi ambiti delle professioni di aiuto, per i quali sono stati sviluppati strumenti in linea con i principi di tale approccio.



Ferdinando Brancaleone

**Sistema(tica)mente**

Breve saggio sugli Stati della Mente

*a cura di*  
Valentina Tettamanti





Aracne editrice

[www.aracneeditrice.it](http://www.aracneeditrice.it)  
[info@aracneeditrice.it](mailto:info@aracneeditrice.it)

Copyright © MMXX  
Gioacchino Onorati editore S.r.l. – unipersonale

[www.gioacchinoonoratieditore.it](http://www.gioacchinoonoratieditore.it)  
[info@gioacchinoonoratieditore.it](mailto:info@gioacchinoonoratieditore.it)

via Vittorio Veneto, 20  
00020 Canterano (RM)  
(06) 45551463

ISBN 978-88-255-2806-0

*I diritti di traduzione, di memorizzazione elettronica,  
di riproduzione e di adattamento anche parziale,  
con qualsiasi mezzo, sono riservati per tutti i Paesi.*

*Non sono assolutamente consentite le fotocopie  
senza il permesso scritto dell'Editore.*

I edizione: febbraio 2020

# Indice

- 9 *Introduzione*
- 11 **Capitolo I**  
*La mente come sistema*
- 1.1. Stato–Mentale–differenziato (SMd), 13 – 1.2. Stato–Mentale–base (SMb) e Stato–Mentale–alternativo (SMa), 13 – 1.3. Modello di Organizzazione Generale (MOG), 15 – 1.4. Processi di stabilizzazione, 15 – 1.4.1. *Caricamento*, 16 – 1.4.2. *Restrizione*, 16 – 1.4.3. *Feedback negativo*, 17 – 1.4.4. *Feedback positivo*, 17 – 1.4.5. *Esemplificazioni*, 19.
- 21 **Capitolo II**  
*Apparati sottosistemici*
- 2.1. Apparato esterocettivo, 23 – 2.2. Apparato enterocettivo, 25 – 2.3. Apparato elaborativo, 27 – 2.4. Apparato della memoria, 32 – 2.5. Apparato subliminale, 36 – 2.6. Apparato emozionale, 37 – 2.7. Apparato valutativo–orientativo, 39 – 2.8. Apparato organizzativo spazio-temporale, 44 – 2.9. Apparato del Senso di Identità, 47 – 2.10. Apparato Operatore, 53 – 2.11. Conclusioni, 54.
- 57 **Capitolo III**  
*Cambiamenti di Stato*
- 3.1. Fase di interruzione, 58 – 3.1.1. *Esemplificazione*, 58 – 3.1.2. *Modalità di interruzione*, 60 – 3.1.3. *Esemplificazione (dalla “veglia” al “sonno”)*, 60 – 3.2. Fase di transizione, 63 – 3.3. Fase di modellamento, 63 – 3.3.1. *Schematizzazione*, 64 – 3.4. Ricapitolazione, 66 – 3.5. Sintesi conclusiva ed esemplificazioni, 68 – 3.5.1. *Prima esemplificazione: SMb (veglia) → SMa (ipnosi)*, 70 – 3.5.2. *Seconda esemplificazione: SMb (veglia) → SMa (stato meditativo)*, 73.
- 77 *Addendum. Teoria dell’alternanza mentale (TAM)*
- 87 *Appendici*
- 89 *Appendice I. Stati generativi e trance terapeutica*

- 101    *Appendice II. Stato alternativo e suggestione post-ipnotica indiretta*
- 109    *Appendice III. Mente, coscienza e microtubuli cerebrali*
- 121    *Appendice IV. Mente Cosmica e Mente Olografica*



## Introduzione

Il testo principale di questo breve saggio<sup>1</sup> sulla mente e sugli stati mentali consiste in un resoconto, quasi fedele, di una serie di lezioni–conferenze, da me tenute, per conto del Centro Ricerche Noetiche (CRN) e della Fondazione Scientifica OFB.

Ho compiuto, per altro, una revisione delle lezioni, sintetizzando gli argomenti trattati e cercando di renderli sufficientemente chiari, espliciti e adatti alla lettura, piuttosto che all’ascolto. Ho eliminato, quindi, le inevitabili ridondanze, mantenendo comunque inalterato il contenuto essenziale di quanto sono andato esponendo nelle lezioni “dal vivo”, riproducendone il criterio di organizzazione nonché la sequenzialità degli argomenti.

Ritengo opportuno precisare che, per i contenuti esposti e trattati, sono debitore, in primo luogo, a Charles T. Tart. La lettura del suo “Stati di coscienza”<sup>2</sup> ha stimolato in me, fin dalla giovinezza, l’interesse per una “visione sistemica” della mente, orientando la mia ricerca in tal senso, sia in ambito specificamente teorico, sia per ciò che attiene agli aspetti più propriamente applicativi e clinici. Il lettore attento, che conosca l’opera di Tart, troverà che molte delle idee esposte in questo libro, in ultima analisi, non sono altro che il frutto dell’assimilazione, dell’elaborazione e dell’evoluzione di quanto ho appreso da Tart, a cui sono, perciò, immensamente riconoscente.

Analoga riconoscenza sento di dover esprimere a Raphael Rhodes: a partire dalla sua “Teoria della Esclusione Relativa Psicica”<sup>3</sup>, da lui proposta sin dagli anni sessanta del secolo scorso (e, a mio avviso,

1. Il saggio riprende e riporta gli argomenti da me trattati in un precedente volumetto, dato alle stampe nel 2012: *MS&SM. Mente come Sistema e Stati Mentali*, Edizioni Melagrana, S. Felice a Cancellò (CE), 2012 ([www.edizionimelagrana.it](http://www.edizionimelagrana.it)).

2. Ch.T. TART, *States of consciousness*, E.P. Dutton & Co., Inc. New York 1975 (trad. it. *Stati di coscienza*, a cura di A. Sciaky, Ed. Astrolabio–Ubalchini, Roma 1977).

3. La “Teoria della Esclusione Relativa Psicica” è esposta in R. RODHES, *Hypnosis. Theory, Practice and Application*, The Citadel Press, New York 1965 (trad. ital.: *Manuale di Ipnatismo*, Astrolabio, Roma 1966).

troppo poco conosciuta e valutata), ho potuto elaborare la Teoria dell'Alternanza Mentale (TAM), riportata nell'Addendum conclusivo del presente volume, attraverso cui ho inteso offrire un contributo alla chiarificazione dei diversi e molteplici fenomeni che intercorrono in presenza dei processi mentali in stato di veglia, di sonno, di sogno, di "sogno ad occhi aperti", di ipnosi (auto-indotta ed etero-indotta).

Credo sia opportuno, inoltre, precisare che alcuni degli argomenti contenuti nel presente saggio sono stati da me già esposti in un precedente volume concernente gli "stati di coscienza"<sup>4</sup>, per cui quella presentata può essere considerata come un'ulteriore "riorganizzazione" e "sistematizzazione" di concetti, che, da più di un ventennio, vado maturando e chiarendo (prima di tutto a me stesso) e che intendo offrire alla considerazione di quanti si interessano all'argomento degli stati mentali.

Sono, infine, molto grato a tutti coloro che hanno partecipato alle lezioni-conferenze da me tenute sugli argomenti esposti in questo libro: con i loro interventi, le acute osservazioni e le intelligenti e motivate richieste di chiarificazione, mi hanno stimolato ad affinare la capacità espositiva, al fine di rendere sufficientemente assimilabili (almeno così spero!) concetti a volte alquanto complessi e di non sempre immediata e facile comprensione.

Il mio augurio è che questa mia opera possa risultare di qualche giovamento a tutti coloro che si occupano e si interessano della "meraviglia umana" della mente e degli stati mentali, sia a livello personale che teorico e/o clinico-applicativo.

Napoli, maggio 2019

4. F. BRANCALEONE, *STATUS. Stati di coscienza, Ipnosi e Comunicazione*, Editrice Gaia, Salerno 2010.

## La mente come sistema

È molto bello ed elegante partire da idee semplici, tesserle lentamente in strutture interconnesse e arrivare a far emergere alla fine un modello teorico complesso e concatenato. Seguire la tessitura di un tale modello, passo passo, può essere un'esperienza estremamente stimolante

Ch. Tart\*

I) La mente umana può essere analizzata in molte parti e/o aspetti; tali parti, allo stesso tempo, funzionano come un insieme strutturato: esse formano un "sistema".

Le "componenti" della mente possono venir studiate isolatamente; esse, comunque, esistono in quanto parti di un sistema complesso e possono essere comprese in maniera compiuta solamente quando si consideri la loro funzione all'interno del complesso sistema di cui esse sono parti o strutture.

La comprensione della complessità della mente comporta che la si consideri come un sistema, strutturato in parti e componenti fra di loro interconnesse ed interagenti.

II) Per iniziare a far luce sul sistema strutturato che denominiamo "stato della mente", risulta opportuno partire da alcuni postulati teorici.

In via preliminare, per quanto concerne la mente umana, è da postulare una "consapevolezza" di base.

Dal momento che tale consapevolezza può essere gestita e orientata da un certo grado (anche se limitato) di controllo volitivo, è possibile

\* Ch.T. TART, *States of consciousness*, E.P. Dutton & Co., Inc. New York 1975 (trad. it. *Stati di coscienza*, a cura di A. Sciaky, Ed. Astrolabio-Ubaldini, Roma 1977, p. 15).

denominare tale tipico aspetto della mente umana col termine di “consapevolezza intenzionale”.

È da tenere ulteriormente presente la caratteristica presenza, nel quadro della peculiare consapevolezza umana, della possibilità della “auto-consapevolezza”, ossia della consapevolezza di esser consapevoli<sup>1</sup>.

III) Altro postulato di base concerne la presenza di sottosistemi/ funzioni/ strutture, relativamente stabili, nell’ambito del sistema mente–cervello, variamente interconnessi ed interagenti.

Tali strutture possiedono caratteristiche specifiche, che determinano e limitano le modalità con cui sono in grado di interagire tra di loro.

Il sistema–mente, quindi, risulta determinato e limitato sia dal dispiegamento di energia in esso presente, sia dalle caratteristiche delle strutture/ sottosistemi costituenti il sistema stesso.

Dal momento che l’essere umano è dotato di un certo tipo di corpo e di sistema nervoso, altamente complesso ed evoluto, molte sono le risorse e potenzialità a sua disposizione.

Ma, giacché ogni individuo nasce in una certa “cultura” (la quale tende a selezionare ed a stimolare l’attivazione di un certo numero di tali potenzialità, ignorandone o limitandone molte altre), il numero degli elementi strutturali, che nell’ordinario stato mentale di ciascun individuo risultano attivati, sono indubbiamente inferiori rispetto alla ricchezza potenziale delle risorse presenti nel sistema–mente.

Ogni essere umano è, al tempo stesso, la vittima ed il beneficiario della specifica selettività della cultura in cui si trova inserito.

1. Per quanto concerne l’argomento della “consapevolezza”, della “coscienza” e della “autoconsapevolezza” (come anche delle altre caratteristiche del sistema–mente, di cui sarà trattato in seguito), nonché, in particolare, dei “fondamenti” neurofisiologici cui esse afferiscono, nel quadro della vastissima letteratura in merito, il riferimento bibliografico che ho trovato particolarmente illuminante (anche se, ovviamente e necessariamente, “parziale”) è costituito dagli scritti di A.R. DAMASIO, ed in particolare: *The Feeling of Wath Happens. Body and Emotion in the Making of Consciousness*, trad. it. *Emozione e Coscienza*, Adelphi, Milano 2005<sup>3</sup>. Dello stesso Autore, sull’argomento, particolarmente utile risulta altresì il volume: *Descartes’ Error. Emotion, Reason, and the Human Brain*, trad. it. *L’errore di Cartesio. Emozione, ragione e cervello umano*, Adelphi, Milano 2008<sup>10</sup>. Altrettanto illuminante è il libro di V.S. RAMACHANDRAN, *The Emerging Mind*, trad. it. *Che cosa sappiamo della mente*, Mondadori, Milano 2004<sup>1</sup>.

### 1.1. Stato–Mentale–differenziato (SMd)

I) Sovente vengono adoperati in maniera poco precisa ed appropriata i termini “stato mentale ordinario” e “stato mentale alterato”. Per questo motivo, risulta opportuno proporre alcune precisazioni e distinzioni.

Denominiamo *Stato–Mentale–differenziato* (sigla SMd)<sup>2</sup> una qualsiasi struttura o configurazione (specificata, singolare e dinamica) costituita da sotto-strutture mentali: un sistema attivo, configurato da una pluralità interagente ed interconnessa di sottosistemi.

II) In ogni *Stato–Mentale–Differenziato* il disegno generale e le proprietà specifiche e dominanti del sistema rimangono sufficientemente stabili, nonostante una certa variabilità nell’attivazione e nell’interconnessione dei vari sottosistemi.

In altri termini, al di là delle variazioni di alcuni sottosistemi (e/o del contesto), uno *Stato–Mentale–differenziato* risulta stabilizzato da numerosi processi e fattori, in modo tale da mantenere la propria specificità, peculiarità ed identità.

III) In prima approssimazione, è possibile addurre come esempi di *Stato–Mentale–differenziato*, lo stato di veglia ordinario, lo stato di sonno senza sogni, lo stato di sonno con sogni, lo stato di ebbrezza da alcool, gli stati indotti da sostanze psico-attive, lo stato ipnotico, gli stati di meditazione.

### 1.2. Stato–Mentale–base (SMb) e Stato–Mentale–alternativo (SMa)

I) Il passaggio da uno Stato–Mentale–differenziato ad un altro (sigla: SMd<sup>1</sup> → SMd<sup>2</sup>) può essere considerato come una transizione da uno Stato Mentale di base (sigla: SMb) ad uno Stato Mentale, alternativo rispetto al precedente (sigla SMA).

2. La dicitura *Stato–Mentale–differenziato* (SMd) corrisponde sostanzialmente a quello che Ch. Tart nel 1975 propose di denominare col termine di *discrete State of Consciousness* (d-SoC), ossia «[...] una struttura o configurazione singolare e dinamica di strutture psicologiche, un sistema attivo di sottosistemi psicologici» (Ch.T. TART, *States of consciousness*, E.P. Dutton & Co., Inc., New York 1975; trad. it. *Stati di coscienza*, a cura di A. Sciaky, Ed. Astrolabio–Ubalchini, Roma 1977, p. 16).

Siglatura:  $SMd^1 \rightarrow SMd^2 = SMb \rightarrow SMA$ .

II) Se consideriamo, ad esempio, lo “stato di veglia ordinario” e lo “stato di sonno” come due diversi sistemi strutturati (equiparabili a due differenti stati mentali) è possibile affermare che lo Stato–Mentale–Veglia costituisce uno Stato–Mentale–base (SMb) rispetto allo Stato–Mentale–Sonno, il quale, a sua volta, costituisce uno Stato–Mentale–alternativo (SMA) nei confronti dello Stato–Mentale–Veglia.

D’altra parte, anche lo Stato–Mentale–Sonno può costituire uno Stato–Mentale–base (SMb) rispetto allo Stato–Mentale–Veglia.

In altri termini, mentre un individuo è sveglio, il suo stato mentale costituisce uno Stato–Mentale–base (SMb) rispetto al potenziale Stato–Mentale–Sonno; mentre un individuo dorme, invece, il suo stato mentale risulta uno Stato–Mentale–base (SMb) rispetto al potenziale Stato–Mentale–Veglia.

Siglatura:

- Durante la Veglia:  $SMd\text{--}Veglia (SMb) \rightarrow SMd\text{--}Sonno (SMA)$ ;
- Durante il Sonno:  $SMd\text{--}Sonno (SMb) \rightarrow SMd\text{--}Veglia (SMA)$ .

Mentre si è svegli ( $SMb = Veglia$ ), il passare allo stato di sonno (addormentarsi) determina il passaggio ad uno stato alternativo ( $SMA = Sonno$ ).

Mentre si dorme ( $SMb = Sonno$ ), il passare allo stato di veglia (svegliarsi) determina il passaggio ad uno stato alternativo ( $SMA = Veglia$ ).

III) Tenuto presente quanto sopra, denominiamo col termine Stato–Mentale–alternativo (SMA) ogni nuovo Stato–Mentale–differenziato (sistema complesso, dotato di differente attivazione ed interconnessione tra i sottosistemi, con conseguente diversa distribuzione dell’energia, e quindi di proprietà nuove e peculiari) originatosi da (e susseguente a) uno Stato–Mentale–base.

### 1.3. Modello di Organizzazione Generale (MOG)

I) All'interno di uno Stato–Mentale–differenziato (SMd)<sup>3</sup>, il “disegno generale” e le proprietà caratteristiche dominanti del sistema tendono a rimanere costanti, nonostante possano essere presenti ambiti di variabilità in un uno o più sottosistemi costituenti il sistema complessivo.

In altre parole, malgrado la presenza di variazioni sottosistemiche e/o ambientali, il sistema di strutture ed energia (costituenti e caratterizzanti uno stato mentale) tende a conservare la propria integrità e a mantenere una sufficiente stabilità; quindi, al di là delle variazioni e dei cambiamenti cui può essere soggetto uno stato mentale, il *Modello di Organizzazione Generale* (sigla: MOG), che costituisce la struttura specifica e fondamentale di uno Stato–Mentale–differenziato, tende a rimanere stabile e costante.

II) In tale ordine di idee, rispetto ad un determinato stato mentale, uno Stato–Mentale–Alternativo (SMa) è costituito da un nuovo sistema dotato di proprietà uniche sue proprie e, quindi, di un nuovo e differente Modello di Organizzazione Generale (MOG).

### 1.4. Processi di stabilizzazione

I) Il Modello di Organizzazione Generale (MOG) di uno specifico stato mentale viene mantenuto integro e stabile per l'opera di “processi di stabilizzazione”, i quali tendono ad assicurare l'identità funzionale del sistema nel suo insieme.

II) Sostanzialmente a quattro si possono ridurre i processi di stabilizzazione di uno stato mentale, che risultano fondamentali al fine di mantenere l'integrità del sistema:

1. stabilizzazione per *caricamento*;
2. stabilizzazione per *restrizione*;
3. stabilizzazione per *feedback negativo*;
4. stabilizzazione per *feedback positivo*.

3. Come già indicato nella nota n. 7, un SMd (Stato–mentale–differenziato) è equiparabile a ciò che Ch. Tart nel proporre di denominare col termine “stato di coscienza discreto”: *Discrete State of Consciousness* (d–SoC).

#### 1.4.1. *Caricamento*

I) Il primo tipo di stabilizzazione (*caricamento*) è rappresentato dall'opera di una qualsiasi attività che assorba un'ampia porzione di energia, in modo tale che il sistema non disponga di energia libera in eccesso.

II) In termini mentali, “caricare” significa tenere la mente occupata con tipi di attività peculiari e rientranti nel modello di Organizzazione Generale (MOG) dello stato mentale, cosicché la rimanente energia a disposizione del sistema non risulti tale da permettere interruzioni all'operato del sistema.

III) Ad esempio, nell'ordinario stato di coscienza vigile, è sempre attivo un costante processo interno di pensiero (“dialogo interno”), sia esso esplicito o subliminale, che corre lungo sentieri associativi abituali e familiari, il quale tende a mantenere la mente all'interno dell'ambito dello stato mentale di “ordinaria vigilanza”

Tale “dialogo interno”, per così dire, assolve alla funzione di “caricare” il sistema costituente lo Stato–Mentale–Veglia e risulta, di norma, estremamente importante per il mantenimento dell'ordinario stato di vigilanza.

Un ulteriore, semplice, esempio di stabilizzazione per caricamento può essere tratto dalla comune esperienza di accendere lo stereo di una radio durante un viaggio notturno in automobile, al fine di focalizzare (caricare) l'attenzione vigile per non cedere ad un “colpo di sonno” e rimanere adeguatamente vigili.

#### 1.4.2. *Restrizione*

I) Un secondo tipo di stabilizzazione (*restrizione*) consiste, essenzialmente, nell'opera di ‘interferenza’ nei confronti di qualche sottosistema, qualora esso tenda a funzionare in modo tale da indurre una destabilizzazione dello stato mentale in cui si trova l'individuo.

Tale processo di stabilizzazione per restrizione tende, sostanzialmente, a limitare lo spazio di funzionamento possibile in uno o più sottosistemi dello SMD;



II) per addurre un esempio di tale processo di stabilizzazione per restrizione (o *limitazione*), si può fare riferimento a ciò che avviene quando l'uso di sostanze tranquillanti provoca, in alcuni sottosistemi, una 'limitazione' della capacità di produrre forti emozioni, che, qualora non fossero attenuate e/o eliminate, potrebbero fungere da forze dirompenti, capaci di destabilizzare lo stato mentale in cui si trova l'individuo, facilitando il passaggio ad uno stato mentale differente e inducendo, quindi, uno Stato-Mentale-alternativo (SMA) rispetto a quello di origine.

III) È da rilevare che, pur esistendo, talvolta, una certa affinità ed analogia tra la stabilizzazione per *caricamento* e quella per *restrizione*, i due processi risultano concettualmente ed operativamente differenti tra di loro, in quanto la *restrizione* influisce direttamente su uno o più sottosistemi (limitandone gli effetti potenzialmente destabilizzanti), mentre il *caricamento* opera in maniera indiretta, attraverso un accentuato impiego e consumo di energia all'interno di uno o più sottosistemi di un determinato stato mentale.

#### 1.4.3. *Feedback negativo*

I) Un terzo processo di stabilizzazione (*feedback negativo*) si attiva allorché l'operato di un sottosistema tende a deviare e ad oltrepassare i limiti imposti nell'ambito del Modello di Organizzazione Generale (MOG) dello stato mentale.

In tale evenienza, all'interno del sistema si attiva un *processo di correzione*, volto a ridurre la portata della deviazione e a riportare l'operato del sottosistema entro i limiti imposti dal Modello di Organizzazione Generale (MOG) dello stato mentale.

II) Un esempio di stabilizzazione per feedback negativo è rappresentato dalla sensazione di angoscia che un soggetto può provare quando comincia a lasciarsi andare a pensieri 'proibiti' e/o in contrasto con la morale comune; l'emozione di angoscia, in tale evenienza, tende a riportare la situazione interiore entro la sfera dell'accettabile.

#### 1.4.4. *Feedback positivo*

I) A differenza del feedback negativo, il quarto processo di stabilizzazione (*feedback positivo*) prevede la stimolazione di un *processo di*

*ricompensa* e di rinforzo di tutto quanto rientra nell'ambito del Modello di Organizzazione Generale (MOG) dello stato mentale, tendendo così a stabilizzarlo sempre più e meglio.

L'operato di tale processo, ad esempio, favorisce l'attivazione di una sensazione di 'benessere' ed una sorta di "ricompensa emotiva" quando è in corso un'attività che rientra nell'ambito della norma dello stato mentale *ordinario* e della *realtà consensuale* in cui ci si trova inseriti.

II) In realtà, fin dall'infanzia noi veniamo fortemente e sistematicamente 'ricompensati' da chi ci circonda (genitori, insegnanti, parenti ecc.) quando operiamo in modo socialmente approvato; dal momento che a tali azioni sono associati pensieri caratterizzanti uno specifico stato mentale (valutato come 'normale' e 'ordinario'), tale sistema di ricompensa tende a venire interiorizzato e a fungere da processo di forte stabilizzazione dello stato mentale *ordinario*.

III) In sintesi, quindi, è possibile affermare che per *feedback negativo*, si intende:

- a) un processo di *correzione*, messo in atto quando;
- b) all'interno di uno specifico stato mentale, una struttura o sottosistema tende ad oltrepassare i limiti del Modello di Organizzazione Generale (MOG), per cui il processo di correzione risulta finalizzato alla;
- c) diminuzione o eliminazione di deviazioni indesiderabili all'interno dello stato mentale.

Per *feedback positivo*, invece, si intende:

- a) un processo di *ricompensa*, messo in atto quando;
- b) all'interno di uno specifico stato mentale, una struttura o sottosistema funziona entro i limiti del Modello di Organizzazione Generale (MOG), per cui il processo di ricompensa risulta finalizzato al;
- c) rinforzo di modalità di funzionamento rientranti nell'ambito dello stato mentale.

#### 1.4.5. Esemplicazioni

I) Una esemplificazione dell'opera multipla di stabilizzazione per feedback negativo e feedback positivo può essere la seguente.

Immaginiamo un individuo che sta guidando la sua auto verso casa; è tarda sera e si sente un po' assonnato. Nel suo stato mentale *ordinario* egli sa che deve guidare con attenzione, ma, a causa della stanchezza, la sua mente è portata a scivolare in uno stato ipnagogico, anche se riesce ancora a tenere gli occhi aperti, in quanto i processi di stabilizzazione per *caricamento* e per *restrizione* riescono ancora a mantenere attivo lo stato di vigilanza.

Ad un certo punto, però, giacché l'integrità del suo stato mentale ordinario sta cominciando a disgregarsi, l'auto comincia a sbandare, tanto che rischia di uscire fuori strada.

Con una sterzata, egli riesce a stento a schivare un pericoloso incidente e ciò lo riporta bruscamente alla piena consapevolezza dell'*ordinario* stato mentale vigile.

Poco dopo ricorrono le stesse circostanze, ma l'esperienza precedente fa scattare in lui una sensazione di angoscia e/o di allarme, reintegrando così la piena consapevolezza e vigilanza (stabilizzazione per *feedback negativo*).

A questo punto, egli si sente interiormente gratificato per aver resistito allo stato ipnagogico e all'eventuale colpo di sonno; sente di essere un buon guidatore, degno di apprezzamento e di stima: ciò costituisce un *feedback positivo*, che facilita il mantenimento dell'*ordinario* stato mentale, rafforzando e stabilizzando l'attenzione e la vigilanza.

II) È da rilevare che, all'interno del complesso sistema costituente uno stato mentale possono essere attivi ed operanti contemporaneamente più di uno dei quattro tipi di stabilizzazione e anche che ogni singola attività presente nello stato mentale può risultare sufficientemente complessa da costituire più di un tipo di stabilizzazione allo stesso tempo.

III) È inoltre da tener presente che per l'attivazione di ogni processo di stabilizzazione è necessario l'impiego di una certa quota di *energia*, che viene necessariamente sottratta all'energia complessiva a disposizione: c'è, quindi, un "costo" nella stabilizzazione di uno stato

mentale; “costo” che ha bisogno di essere bilanciato dall’utilità che deriva dal mantenimento dell’integrità dello stato stesso.

IV) In altri termini, qualora i processi di stabilizzazione fossero insufficienti o carenti, lo stato mentale potrebbe rivelarsi estremamente fragile, rischiando di venir interrotto troppo facilmente; se, invece, lo stato mentale fosse *troppo* stabilizzato (se cioè troppa energia venisse consumata nei processi di stabilizzazione), allora una corrispondente minore quantità di energia sarebbe disponibile per le attività rientranti nelle caratteristiche funzionali dello stato mentale stesso.

V) Per tale motivo, può affermarsi che uno stato mentale riesce a mantenere la propria integrità quando i vari processi di stabilizzazione gestiscono e controllano i modelli di interazione fra le strutture ed i sottosistemi, in modo tale da conservare l’identità funzionale del sistema nel suo insieme.