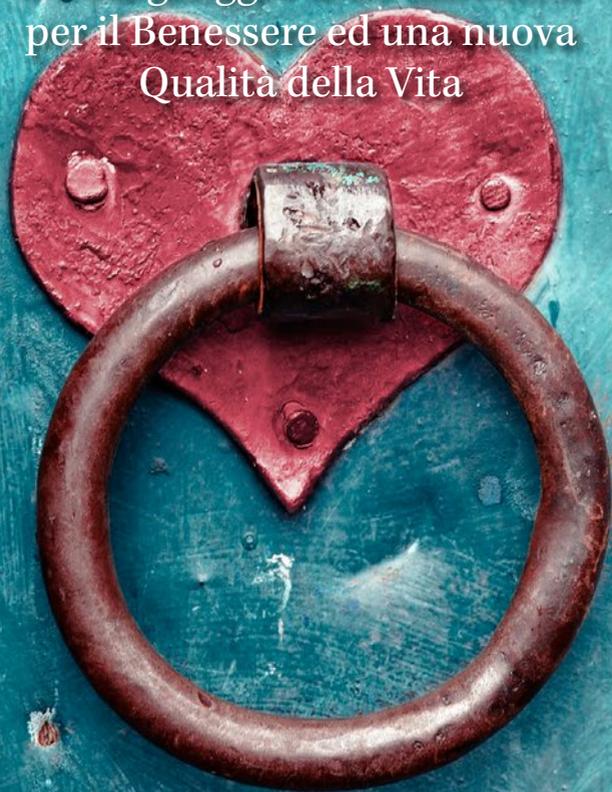


L'ALFABETO DELL'INCONSCIO

Le Discipline Analogiche
e il Linguaggio delle Emozioni
per il Benessere ed una nuova
Qualità della Vita

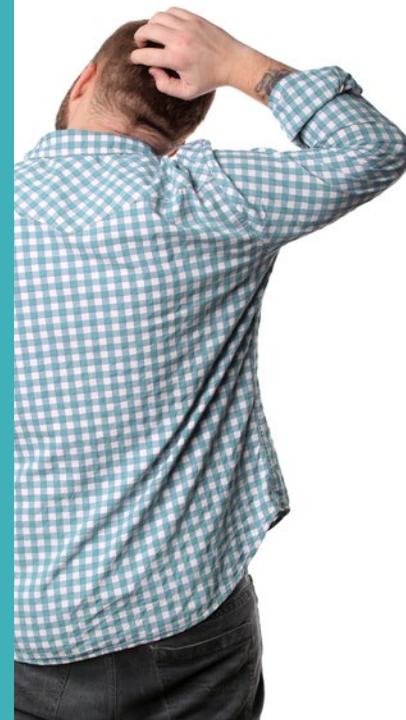


"TI INSEGNERÒ
AD APRIRE QUELLA
PORTA SENZA PAURA"

Stefano Beneme

IL LINGUAGGIO DELL'INCONSCIO

*"...un'affascinante
conoscenza di sé
ed un radicale
miglioramento
della
comunicazione
con se stessi
e con gli altri..."*



Le Discipline Analogiche o l'Arte delle Emozioni sono un patrimonio di scoperte e conoscenze in grado di fornire una originale, quanto importante chiave di accesso al benessere dell'individuo, attraverso un dialogo diretto ed immediato con la propria sfera emotiva, o istintuale, o inconscio.

Un dialogo reso possibile attraverso una precisa quanto sorprendente decodifica del linguaggio non verbale attraverso il quale il nostro profondo mondo emotivo ci comunica costantemente, e lo comunica agli altri, il suo stato e le sue esigenze.

Un decisivo salto di qualità rispetto alla difficoltà che nei secoli e nel cammino dell'evoluzione umana ha caratterizzato l'accesso alla sfera delle emozioni, difficoltà tale da far considerare spesso tutt'oggi la nostra emotività come una sorta di imprevedibile quanto ingovernabile avversario interno.

Eppure le nostre emozioni sono il motore energetico della nostra vita, sorgente di grandi passioni, genialità, creatività ma anche di comportamenti e situazioni non di rado in totale spiacevole contraddizione con ciò che la nostra logica si prefigge.

Il fatto è che queste due istanze presenti in noi, la razionalità – con la quale per cultura ci identifichiamo – e il mondo delle emozioni, entrano in conflitto per obiettivi diversi ed anche per leggi e linguaggi diversi, ed è in questa dimensione che le Discipline Analogiche rendono disponibili straordinarie risorse per ricondurre all'equilibrio emozionale e poter così liberare il grandissimo potenziale insito in ogni individuo.

Risorse che rappresentano l'ambito degli studi e delle scoperte di Stefano Beneme, ipnologo romano, psicologo e ricercatore, che ha alle spalle un lungo ed

innovativo cammino di scienziato del comportamento umano, grazie al quale ha intuito e sistematizzato il complesso delle leggi e delle regole che governano l'emotività dell'uomo, giungendo a decodificare, attraverso costanti studi e sperimentazioni nell'arco di cinquant'anni, questo linguaggio segreto ed universale del nostro inconscio che, una volta conosciuto ed introiettato nel proprio quotidiano, è in grado di consentire una inedita affascinante conoscenza di sé ed un radicale miglioramento della comunicazione con se stessi e con gli altri.

Lungi dall'essere una mera massa istintuale, l'istanza emozionale è intelligente, ben organizzata, ed opera con propri dinamismi spingendo l'individuo a conseguire il sogno, ossia l'oggetto del proprio desiderio. Rispetto alla parte logica (o io adulto, razionalità) che vuole evitare la sofferenza e quando si trova nella impossibilità di superare gli ostacoli per il conseguimento dell'obiettivo reagisce con meccanismi di difesa, la parte emotiva (o io bambino, inconscio) ricerca fundamentalmente il piacere sotto forma di emozioni o comunque di stati tensionali: un importante compito assegnatogli dalla natura ed una condizione imprescindibile per garantire l'alimentazione energetica del sistema. Proprio dalla distonia, ossia dal contrasto fra esigenza e appagamento, fra la situazione reale (come siamo o abbiamo) e quella ideale (come vorremmo essere o avere) si crea una forza propulsiva che stimola l'individuo ad operare e ad evolversi.

È altrettanto vero però che se da una situazione distonica nasce la motivazione ad agire, nel caso in cui le emozioni procurate dal soggetto non siano sufficienti a colmare il bisogno emergente, l'istanza analogica,



“...si crea una forza propulsiva che stimola l'individuo ad operare e ad evolversi.”

o inconscio, le cerca autonomamente. E poiché non fa distinzione tra piacere e sofferenza, che sono categorie esclusive della razionalità, andrà necessariamente a ricercarle spingendo la persona a replicare e rielebrare i propri turbamenti del passato.

Principio basilare di tale meccanismo è l'analogia (analogico sta infatti per non logico ma anche quale aggettivazione del termine 'analogia'), che richiamando in sé il concetto di ripetizione e soprattutto di somiglianza indica la modalità mediante la quale l'inconscio ripropone ed associa ad uno stesso stato emotivo eventi diversi fra loro. Dunque rispetto al sillogismo, caratterizzante la razionalità, l'analogia è propria dell'istanza emotiva, che una volta identificato il bisogno va alla ricerca di emozioni stimolanti nei differenti vissuti della persona, spingendola a creare o a farsi attrarre da situazioni ripetitive nelle quali l'inconscio preleva quell'energia tensionale non ottenibile altrimenti: uno schema tutt'altro che raro e con ricadute non indifferenti sulla qualità della vita dell'individuo, con buona pace della razionalità che fa davvero fatica non solo ad accettare, ma anche a comprendere dinamiche e comportamenti talvolta in assoluto contrasto con l'intenzione logica (pensiamo ad esempio ad affermazioni quali 'mi innamoro sempre della persona sbagliata'). Per questo motivo Stefano Benemeglio ha coniato l'assioma analogico *Non cade foglia che l'inconscio non voglia*: le nostre azioni sono dunque determinate anche, e spesso assai significativamente, dalla influenza della istanza emotiva.

I SISTEMI DI COMUNICAZIONE CON L'INCONSCIO

L'Ipnosi Dinamica Benemegliana, modello di comunicazione profonda e interattiva messo a punto da Stefano Benemeglio negli anni Settanta attraverso lo studio delle dinamiche tensionali dell'individuo, può considerarsi laboratorio e matrice del successivo modello della Comunicazione Analogica Non Verbale, cioè la modalità attraverso la quale è possibile accedere ad un dialogo diretto e sincero, senza mediazioni, ed in stato vigile, con la nostra sfera emotiva o istintuale.

Per attuare la comunicazione con l'inconscio le Discipline Analogiche contemplano tre specifici linguaggi interattivi: Il Sistema Energetico dei Quattro Canali della Comunicazione Non Verbale: Prossemica (gestione con il proprio corpo degli spazi comunicativi), Cinesica (uso dei gesti, di movimenti di parti del corpo), Paralinguistica (suoni vocali o strumentali privi di uno specifico significato logico), Digitale (toccamenti).

Il Sistema della Comunicazione Simbolica, sempre di tipo non verbale ed esplicita attraverso i tre Simboli archetipici: l'Asta (correlata alla figura paterna), il Triangolo (evocante la figura materna), il Cerchio (afferente l'individuo stesso).

Il Sistema delle Analogie o delle Opposte Polarità, basato, secondo i canoni dell'analogia, sul binomio del verso/inverso della medesima cosa ed espresso verbalmente mediante l'impiego di termini opposti, sinonimi/contrari, parole-chiave (es. caldo/freddo, oscuro/luminoso, etc.). Questi linguaggi interattivi, che offrono stimoli emozionali talmente coinvolgenti da definirsi ipnotici, è possibile sistematizzare e classificare le più significative reazioni inconscie espresse dall'individuo tramite segnali di Scarico tensionale (es. raschiamento della gola, deglutizione salivare, pruriti e relativi grattamenti, ed altro),

"...è possibile accedere ad un dialogo diretto e sincero, senza mediazioni, ed in stato vigile, con la nostra sfera emotiva o istintuale"

"...l'individuo può conoscere meglio se stesso liberandosi da vincoli che gli impediscono di vivere serenamente"



Atti di gradimento (es. mordicchiamento delle labbra, bacio analogico, accarezzamento dei capelli, ed altro) o Atti di rifiuto (es. sfregamento del naso, indietreggiamento del corpo, allontanamento di oggetti da sé, ed altro).

È fin troppo evidente non solo l'innegabile vantaggio dell'individuare in tempo reale le autentiche esigenze profonde del nostro interlocutore (o di noi stessi), magari mentre nel dialogo verbale la persona sta affermando in relatotale buona fede l'esigenza opposta (ricordiamoci che non cade foglia che l'inconscio non voglia...), ma anche l'immenso fascino di questa comprensione profonda, inedita e continuamente verificabile della misteriosa istanza inconscia. Una 'scatola nera' la cui decodifica consente con semplicità ed immediatezza di acquisire le più efficaci modalità per interagire in chiave emozionale con gli altri e con se stessi: comprendere ad esempio l'entità del coinvolgimento emotivo che esercitiamo sui nostri interlocutori, se ciò che diciamo viene su un piano profondo, e indipendentemente dalle manifestazioni verbali, gradito

o rifiutato, se noi stessi siamo accolti positivamente o non accettati, qual è dunque il comportamento emozionale in grado di promuovere un autentico incontro.

Lo studio semantico dei segnali emozionali attraverso la Comunicazione Analogica Non Verbale consente tra l'altro di conoscere le origini delle analogie e correlativamente le più significative fasi evolutive emozionali dell'individuo per favorire l'ottimizzazione delle risorse ed un'efficace comunicazione emotiva, come pure un percorso finalizzato al riequilibrio emozionale personale, giungendo a negoziare con la parte più profonda di se stessi per migliorare la consapevolezza



di sé, risolvere problematiche personali e raggiungere i propri obiettivi di vita, conseguendo benessere e armonia interiore.

Alla luce di quanto finora delineato, riconoscendo l'importanza e l'influenza della sfera inconscia nel comportamento umano, la prassi analogica ed i relativi principi teorici costituiscono i fondamenti della Filosofia Analogica: con essa si intende anzitutto un sistema organico di conoscenze relative ai dinamismi dell'inconscio ed alle modalità di comunicazione con esso, mediante le quali l'individuo può meglio conoscere se stesso liberandosi da vincoli che gli impediscono di vivere serenamente ed efficacemente i suoi rapporti con la realtà esterna, gestendo e superando le difficoltà della vita quotidiana.

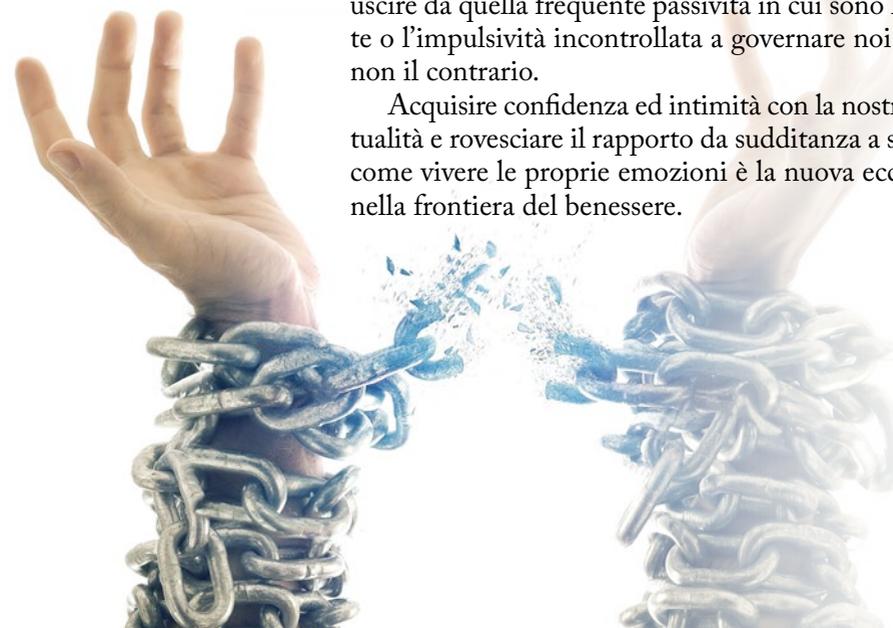
Acquisendo le modalità di comunicazione diretta con il proprio inconscio è possibile per l'individuo operare un riequilibrio personale, riconoscere gli inganni ipnotici sconosciuti alla mente razionale, sciogliere le conflittualità con se stessi per meglio comunicare anche con gli altri. Qualora l'individuo viva invece già una condizione di equilibrio personale, l'interazione con la propria istanza emotiva sarà utile a rafforzare lo stato di benessere acquisito indirizzando maggiormente le proprie energie verso obiettivi di successo e di migliore qualità della vita. Ciò si traduce nel saper relazionarsi in modo emotivamente efficace con gli altri, potenziando sicurezza, carisma e gestendo i possibili conflitti, o la conquista degli oggetti di desiderio, grazie alla capacità acquisita di coinvolgere l'inconscio dell'interlocutore con i linguaggi analogici, e di individuare in tempo reale bisogni emotivi (desideri, rifiuti, carichi di tensione) che la mente logica non è in grado di individuare.

*“rovesciare
il rapporto
da sudditanza a
scelta di come
vivere le proprie
emozioni”*

*“...la codifica di
un vero e proprio
linguaggio di
comunicazione
profonda con
l'istanza emotiva”*

La possibilità di rendere disponibili a tutti queste conoscenze e queste rivoluzionarie chances di conoscere le proprie e le altrui esigenze profonde – quelle che per l'appunto la mente logica spesso non riconosce o che in altri casi tende a comprimere –, e di relazionarsi con se stessi e con gli altri non all'insegna dello scontro o dell'incomprensione, ma di una nuova intelligenza delle emozioni e dunque del riequilibrio, dell'incontro, è quindi l'obiettivo di questo lavoro, che in forma sia teorica, attraverso la testimonianza diretta dell'autore di queste straordinarie scoperte, sia pratica, attraverso esperimenti dimostrativi, si propone di promuovere l'uso di questo nuovo linguaggio e il nuovo stile di vita all'insegna della Filosofia Analogica, modello mediante il quale conoscersi e conoscere a fondo, sapersi e sapere ascoltare e soprattutto imparare a governare il sistema – l'incontro tra esigenze logiche ed emozioni – per uscire da quella frequente passività in cui sono la mente o l'impulsività incontrollata a governare noi stessi e non il contrario.

Acquisire confidenza ed intimità con la nostra istintualità e rovesciare il rapporto da sudditanza a scelta di come vivere le proprie emozioni è la nuova eccellenza nella frontiera del benessere.



STEFANO BENEMEGLIO

Psicologo, ipnologo, ricercatore, Stefano Benemeglio è autore di studi sul comportamento umano a partire dagli anni '60. I suoi studi sono costantemente orientati all'approfondimento delle problematiche della comunicazione umana da una diversa e rivoluzionaria angolatura, che lo ha condotto a strutturare le Discipline Analogiche Benemegliane®, cioè il campo di studio delle leggi e delle regole che governano il comportamento emotivo dell'uomo, esplicitando sia le procedure che l'aspetto epistemologico della disciplina. Il risultato è oggi un complesso di straordinarie conoscenze in grado di consentire un decisivo salto di qualità nell'equilibrio e nel benessere emotivo dell'individuo.

UNIVERSITÀ POPOLARE "STEFANO BENEMEGLIO" DELLE DISCIPLINE ANALOGICHE

L'Università Popolare "Stefano Benemeglio" delle Discipline Analogiche (UPDA) ha lo scopo di divulgare attraverso le sue iniziative formative le Discipline Analogiche Benemegliane® ovvero il patrimonio di scoperte e conoscenze in grado di fornire una originale e importante chiave di accesso al benessere dell'individuo, attraverso il dialogo diretto e immediato con la propria sfera emotiva.

Promuove le Discipline Analogiche attraverso Corsi di Formazione, Congressi, Convegni, Seminari, Master Class, Workshop e pubblicazioni didattiche sugli studi di Stefano Benemeglio.



FELICE È COLUI CHE
PERSEGUE I PROPRI SOGNI
IN PIENA LIBERTÀ
E IN PACE CON LA PROPRIA
COSCIENZA

Stefano Benemeglio

Vuoi diventare anche tu
interprete del linguaggio
delle emozioni?



Il nuovo Anno Accademico alle porte.

DIVENTA ANALOGISTA

Professionista delle
Discipline Analogiche Benemegliane

Professione regolamentata ai sensi della
"Legge 4/2013 - G.U. N. 22 del 26.01.2013"
e Norma Proprietaria 9/16 O.D.C. AJA



www.upda.it - info@upda.it - via Urbino, 43 - Roma
NUMERO VERDE **800.910.179 / 329.659.57.41** (lun-sab 9-20)