

# TAE - THINKING AT THE EDGE PENSARE AL MARGINE (PASSI 1-14)

## PASSI 1-5: PARLARE A PARTIRE DAL FELT SENSE

Istruzioni principali

Dettagli utili

### 1 Un felt sense

Scegli qualcosa che sai e che ancora non puoi dire, che vuole essere detto.

**Tieni questa conoscenza come un *felt sense* (un margine non chiaro distintamente sentito nel corpo) al quale puoi sempre tornare.**

Scrivi alcuni paragrafi a partire dal tuo *felt sense* in modo molto approssimativo.

A partire dal tuo felt sense, scrivi il punto cruciale **in una frase breve**, con una parola o espressione chiave, anche se questa frase non lo esprime veramente.

Sottolinea **la parola o l'espressione** chiave nella frase.

Scrivi un caso.

Quello su cui scegli di lavorare deve essere in un campo in cui hai conoscenza ed esperienza. Non lavorare su una domanda, ma su qualcosa che conosci.

Proprio in quel poco di cui puoi parlare con facilità, c'è **qualcosa** di molto solido che conosci in base ad anni di esperienza, ma di cui è difficile parlare ... può sembrare illogico ... marginale ... non convenzionale ... strano ... o semplicemente sembra che in questo caso il linguaggio non funzioni.

Per trovare il punto cruciale, chiediti che cosa vorresti esprimere con chiarezza in questo? Quindi, **all'interno di questo**, qual è il punto vivo per te?

La frase è solo un punto di partenza. Non ha bisogno di una lunga ponderazione. Per il momento questa frase afferma il punto cruciale di quello che stai seguendo.

Hai bisogno di un esempio specifico, un evento o una volta in cui (quello su cui vuoi lavorare) è realmente accaduto.

### 2 Più che logico

Trova quello che non ha il comune senso logico e scrivi una frase illogica.

Se ti è difficile scrivere una frase illogica, puoi scrivere un paradosso.

Quello che sembra illogico potrebbe essere la parte di maggior valore. Per favore, assicurati che non la stai tralasciando.

In un paradosso si afferma che "qualcosa è x e anche che non è x".

### 3 Nessuna parola dice quello che intendi tu

Togli la parola o l'espressione sottolineata e scrivi la tua frase dal passo 1 con uno spazio in bianco. Scrivi la sua definizione abituale (del dizionario) e nota che non è quello che vuoi dire tu.

Ritorna al tuo *felt sense* e lascia che emerga un'altra parola o espressione per dire quello che vuoi significare.

Scrivi la definizione usuale della seconda parola o espressione.

Riconosci: "Questo non è quello che voglio dire". Questa parola comunicherebbe qualcosa di diverso. Se stai dicendo qualcosa di nuovo, nessuna delle parole nel loro significato pubblico corrente lo dirà esattamente.

Accertati che non sia semplicemente un sinonimo, ma una parola con un significato un po' differente.

Quando consideri il suo significato pubblico esistente, vedrai che neppure la seconda parola è azzeccata.

<p>Ritorna al tuo <i>felt sense</i> e lascia che emerga una terza parola o espressione.</p> <p>Scrivi la definizione corrente della terza parola.</p> <p>Accetta il fatto che non ci sono parole o espressioni stabilite per quello che tu conosci.</p>	<p>Anche il significato pubblico della terza parola non corrisponde a quello che tu vuoi dire.</p> <p>Nessuna parola è azzeccata, né dovrebbe esserlo, se (quello che vuoi esprimere) è nuovo.</p>
---	--

#### 4 Cosa volevi dire con la parola? Usa espressioni fresche

<p>Sebbene non puoi cambiare il linguaggio pubblico, puoi scrivere una frase o una espressione completamente nuova per esprimere quello che volevi che la parola significasse.</p> <p>Metti di nuovo la prima parola iniziale nello spazio in bianco della tua frase del passo 1.</p> <p>Scrivi l'espressione o la frase che esprime quello che volevi che la parola significasse, quello che questa parola estrae dal tuo <i>felt sense</i>, che è diverso dalle altre due.</p> <p>Adesso metti la seconda parola nello spazio in bianco. Scrivi un'espressione o una frase che esprima quello che essa estrae dal tuo <i>felt sense</i>.</p> <p>Fai lo stesso con la terza parola.</p> <p>Nello spazio vuoto della frase sottolineata del passo 1, scrivi una "stringa" formata da tutte e tre le parole e le espressioni principali fresche. Alla fine della stringa aggiungi ". . . ."</p>	<p>Questa volta non rinunciare al tuo senso. Insisti in modo che la frase parli a partire dal tuo <i>felt sense</i>. Non permettere alla parola di dire quello che normalmente dice. <b>Aspetta finché senti che l'intera frase parla a partire dal tuo <i>felt sense</i></b>, anche se la maggioranza della gente potrebbe non capirla.</p> <p>Avrai bisogno di espressioni nuove, fresche, per dire quello che tu vuoi che la parola significhi nella tua frase.</p> <p>Piuttosto che parole con un significato pubblico ampio, lascia che un'espressione nuova arrivi direttamente dal tuo <i>felt sense</i>.</p> <p>Gioca con la grammatica e l'ordine delle parole. Elimina le parole in eccesso finché hai una frase che ti piace. Adesso hai una elaborazione di quello che stai cercando di dire.</p>
--	---

#### 5 Espandi quello che vuoi dire, ancora con espressioni fresche

<p>Ognuna delle parole o delle espressioni del passo 4, può espandere quello che adesso vuoi significare.</p> <p>Per ogni parola o espressione del passo 4, scrivi una o due frasi un po' strane usando le principali parole o espressioni dal passo 4.</p> <p>In ognuna delle nuove frasi, sottolinea quello che è nuovo e importante.</p>	<p>Verifica se per caso nel passo 4 hai usato qualche parola con un significato pubblico rilevante. Se è così, crea espressioni fresche per rimpiazzarla. Permetti a quello che è nuovo e specifico nel tuo <i>felt sense</i> di esprimere se stesso in un linguaggio fatto di espressioni fresche. Le tue frasi potrebbero non avere senso a meno che non venga compreso il significato che gli dai tu.</p> <p>Esempi di frasi linguisticamente insolite sono: "Conoscere le regole è un contenitore dal quale si aprono nuovi modi". "Le definizioni bloccano la crescita cellulare". "Comportarsi mostra qualcosa che porta".</p> <p>Se lasci che il tuo <i>felt sense</i> parli direttamente, può arrivare qualcosa di linguisticamente insolito.</p>
---	---

PASSI 6-9: TROVARE PATTERN DAGLI EVENTI (CASI)

Istruzioni principali

Dettagli utili

**6 Raccogliere eventi particolari**

<p>Raccogli gli eventi, qualsiasi caso realmente accaduto.</p> <p>Scegli tre eventi e scrivilli. Includi dettagli connessi al tuo <i>felt sense</i>. Mettili in rilievo particolari che portano qualcosa che potresti voler mantenere.</p> <p>Copia <b>qui</b> anche il tuo caso iniziale dal passo 1. Ora hai quattro eventi.</p>	<p>Non occorre che un evento illustri tutto il tuo <i>felt sense</i>. Un evento può essere qualsiasi cosa che si riferisce al <i>felt sense</i>, comprese le volte in cui si è presentata, ciò che qualcuno ha detto, qualunque particolare, anche se non puoi dire perché sono rilevanti. Includi cose private o strane come: “Quella volta in cui il dentista ha detto ...”. Chiediti: “Cosa è mai successo che ha qualcosa a che fare con esso?”</p> <p>Le idee generali e le metafore non sono eventi; dire: “è come stimolare qualcosa per scuoterla”, non è un evento realmente accaduto.</p> <p>Qualunque caso è superiore al più alto ordine di generalizzazione poiché possiede una specificità interna. Puoi scoprire che in qualunque evento della vita reale c'è veramente una struttura complessa.</p>
--	---

**7 Ogni evento può contribuire alla struttura dettagliata**

<p>Con ciascun evento: Nota che ci sono molte relazioni intricate tra i dettagli. Trova una relazione tra alcuni dettagli che sia attinente al tuo <i>felt sense</i>.</p> <p>Riformula questa relazione in termini generali in modo che essa diventi un pattern* che può adattarsi a molte altre situazioni.</p>	<p>In qualunque esperienza reale esistono relazioni tra i dettagli che possono fornirti un'elaborazione nuova. Lascia che ogni singolo evento ti dia un pattern* specifico che non avevi prima.</p> <p>Esempio: Il dentista mi parla delle sue idee politiche mentre con il pollice mantiene un pezzo di cotone nella mia bocca. Il pattern* è: parlare a una persona che non può replicare può essere invadente.</p>
--	---

**8 Incrociare gli eventi**

<p>Puoi chiederti: “Guardare a partire dal secondo evento, cosa mi lascia vedere nel primo evento, che non avrei potuto vedere solo dall'interno del primo evento?”</p> <p>Scrivi una frase per cogliere ogni nuovo pattern che vuoi mantenere.</p>	<p>Potresti averlo già fatto. “Incrociare” significa attribuire il punto di un evento all'altro. Quale nuovo aspetto del primo evento diventerebbe visibile se tu provassi a dire che esso possiede lo stesso pattern* del secondo evento?</p> <p>Se gli eventi non contengono una struttura per tutta la cosa centrale, questa può essere trovata guardando ogni evento attraverso l'altro.</p>
---	--

**9 Scrivere liberamente**

<p>A questo punto, scrivi liberamente ciò che stai pensando.</p>	<p>Questo è uno spazio libero.</p>
--	------------------------------------

\* E' stata mantenuta la parola “*pattern*” dell'originale inglese, ovunque presente, anche per il senso differente della parola “*model*” nel passo 13.

PASSI 10-14: COSTRUIRE LA TEORIA

Uno degli scopi di TAE è stato raggiunto: articolare una conoscenza implicita e renderla comunicabile. Se lo desideri, puoi continuare per costruire una teoria logica, formale.

*Istruzioni principali*

*Dettagli utili*

**10 Scegliere tre termini e collegarli**

Scegli tre parole o espressioni che saranno i tuoi termini principali provvisori. Chiamali "A", "B" e "C".

Ora definisci A dal punto di vista di B, e anche dal punto di vista di C. Scrivi prima ciascuna equazione come una formula vuota:  $A = B$ ;  $A = C$ .

Sostituisci il segno = con la parola "è".

Inserisci parole o espressioni che significano A, B e C.

Ora hai due frasi che potrebbero essere del tutto corrette o completamente errate.

Se ce n'è bisogno, modifica le frasi. Trova la più piccola modifica che puoi fare in modo che l' "è" diventi vero da qualche punto di vista.

Assicurati di avere il punto cruciale del tuo *felt sense*. [del passo 1]

Un termine non è una frase. Ad esempio: "qualcosa che si mette in moto dall'interno", è un termine. Una frase ha sempre almeno due termini, soggetto e predicato.

Considera le tue parole, espressioni e pattern\* di tutti i passi precedenti. Fai l'elenco dei possibili candidati a termini principali. Scegli ciò che senti più importante.

Immagina un triangolo che unisce i tre termini. Scegli i termini in modo che quasi tutta l'area di quello che vuoi dire e il tuo punto cruciale [del passo 1] rientrino all'interno del triangolo. Altre idee importanti possono essere introdotte dopo, nel passo 12.

Identificando A e B stai "definendo" A usando B. Dato che entrambi i termini hanno avuto origine dallo stesso *felt sense*, ci sarà un modo in cui una tale connessione è vera.

Se la frase è grammaticalmente corretta e vera e parla dal tuo *felt sense*, mantienila. Se non è così, mantieni la parola "è" (o "sono") e aggiungi o modifica il meno possibile, in modo che l'asserzione sia vera e parli dal tuo *felt sense*. Puoi inserire: "è qualcosa che". Se ti sembra che la frase racchiuda troppe cose, puoi dire "alcuni", "un tipo" "è almeno"; ad esempio: "un tipo di A è B". Adesso hai una frase vera che connette A e B, e una frase che connette A e C.

**11 Scoprire relazioni intrinseche tra i termini**

In ognuna delle due frasi, dopo la "è", aggiungi la parola "intrinsecamente": A è intrinsecamente B; A è intrinsecamente C. Non sai ancora cosa significherà quello che verrà fuori.

Ora attingi all'intricchezza del *felt sense* per

Dato che "A" e "B" esprimono lo stesso *felt sense*, sarà il caso che "A" è intrinsecamente "B" e non solo che capita che sia "B".

Questo richiede di inoltrarsi nel *felt sense* oltre i due termini. Chiedi: "Che cos'è A?" "Che cos'è B?"

<p>scoprire perché A è intrinsecamente B. Perché queste due cose sono connesse <b>intrinsecamente</b>? Qual è la <b>natura vera e propria</b> di "A", tale che <b>deve essere</b> "B"?</p> <p>Fai lo stesso con "A" è intrinsecamente "C".</p> <p>Scrivi quello che trovi. Spiega le connessioni intrinseche. Sottolinea tutti i collegamenti intrinseci che hai trovato tra A e B, e tra A e C.</p>	<p>In questo modo scopri qualche punto di vista in base quale A è B. Ci dev'essere un "Aha". Naturalmente! A, sempre, non è stato altro che il tipo di cosa che deve essere B.</p> <p>Potresti ottenere che "A è X, e che X è Y" e: "Aha, vedo che anche B è Y".</p> <p>Così, tramite il fatto che sono entrambi Y, sono intrinsecamente in rapporto l'uno all'altro. X e Y sono collegamenti intrinseci tra A e B.</p>
--	---

## 12 Scegliere termini permanenti e renderli interdipendenti

<p>Costruisci un termine A nuovo e ampliato. Scegli A, B o C dal passo 10. Chiediti: "Qual è il mio punto centrale più che logico?" [passo 2]. Esprimi tutto questo punto cruciale illogico dentro il termine A. Un modo per farlo è completare la frase: "A, che è ..... e che è ....."</p> <p>Adesso, i collegamenti intrinseci che hai trovato nel passo 11 diventeranno termini. Prendi i collegamenti che hai trovato tra A e B nel passo 11 e scrivilli.</p> <p>Ora, per il nuovo termine B, prendi il collegamento intrinseco che in modo più ovvio è equivalente ad A e chiamalo B. Poi scrivi A è B.</p> <p>Per sviluppare la teoria continua in questo modo. Prendi il collegamento che ha più affinità con B e chiamalo C, e scrivi B è C, e così via. Quindi hai: A = B; B = C; C = D, e così via.</p> <p>Puoi fare lo stesso con la catena dei collegamenti intrinseci che hai trovato tra A e C del passo 10.</p> <p>Una teoria TAE è sia logica che esperienziale. Il segno di uguaglianza non elimina la diversa intricatezza di ciascun termine. E' per questa ragione che fare equivalenze può essere entusiasmante e informativo. Sul piano logico formale i due termini sono intercambiabili, ma sul piano esperienziale l'equazione di ineranza è una comprensione.</p>	<p>Non c'è bisogno di usare tutti i collegamenti intrinseci che hai, e potresti aver bisogno di collegamenti aggiuntivi, quando includi più termini.</p> <p>Nella tua frase, quando colleghi uno qualunque dei due termini con "è", potresti aver bisogno di utilizzare parole come "qualche", "un tipo" oppure "è qualcosa che".</p> <p>Ad esempio: "A è qualcosa che produce B".</p> <p>C'è entusiasmo perchè ti accorgi che dal nucleo della tua teoria riesci a derivare e definire ogni cosa successiva.</p> <p>Una volta che hai un termine, mantienilo identico per ogni altro uso di quel termine. Il potere logico dipende dai termini che rimangono gli 'stessi'.</p> <p>Una volta che hai le connessioni logiche sottostanti, esse possono dare il potere di influenzare molte versioni formulate in modo differente, ad esempio lettere, articoli o conversazioni.</p> <p>Descrivi ciò che questo porta che non hai ancora trattato e collegalo ai tuoi termini. Dopo, altri termini possono spiegare o riferirsi a questo nuovo termine in molte frasi nuove.</p> <p>Se hai aggiunto termini nuovi, improvvisamente potresti renderti conto che essi definiscono un argomento del tuo campo. "Derivare" qualcosa in questo modo è entusiasmante.</p> <p>Alcune sostituzioni possono sorprenderti e ampliare la tua teoria. Quando ottieni una frase nuova, ma che sembra strana o falsa, individua con precisione ciò che sembra sbagliato e fai una modifica <b>senza perdere ciò che era nuovo</b>. Ad esempio, supponi che con la sostituzione ottieni che</p>
--	--

Non è realmente l'equazione di due unità, indipendentemente dal contenuto. Muovendosi tra i due piani si può arrivare a ulteriori termini di cui potresti aver bisogno.

A questo punto, puoi mettere in campo parole o espressioni importanti che non hai ancora usato e trovare il collegamento intrinseco tra il nuovo aspetto e uno dei tuoi termini.

Per generare nuove frasi sostituisci i termini nel seguente modo:

Se  $D = A$ , e se  $A = B$ , allora  $D = B$ .

La frase  $D = B$  è nuova.

In modo meno formale, puoi raggruppare ciò che non hai ancora usato sotto uno o un altro dei termini principali a cui potrebbero essere equivalenti.

In seguito puoi sostituirli per generare più frasi che si susseguono in modo logico.

H è "B". Ciò potrebbe sembrare sgrammaticato e falso, ma può essere eccitante ripensare la natura di "B".

B, potrebbe avere questa strana formulazione? In che modo quello potrebbe essere vero di "B"? Poi – aha! – improvvisamente potrebbe emergere che per te è davvero così! Può dirci più di quanto sapevamo prima sulla natura di "B".

Una volta che un sistema logico esiste, ciò che se ne può dedurre è "formale", il che significa che la deduzione avviene a partire dalle connessioni logiche indipendentemente dal contenuto. Se i tuoi termini portano a deduzioni limitate dal punto di vista logico, tali che il tuo *felt sense* non le accetterà, è necessaria qualche modifica. Di solito piccole modifiche in quel punto o l'aggiunta di termini costituiranno la correzione. In caso contrario il sistema logico deve essere riaperto. Altrimenti, mantieni il sistema logico chiuso, così che può avere effetto. Quando il sistema funziona **sia** logicamente **che** in concordanza con il *felt sense*, allora le sue ulteriori deduzioni "formali" possono essere potenti, sorprendenti e significative.

### 13 Applicare la tua teoria al di fuori del tuo campo

Questo passo è per un'applicazione giocosa e veloce.

Il nuovo pattern\* che hai costruito con i tuoi termini può servire come "modello" [*model*].

Usa il pattern per ogni area ampia come l'arte, la religione, l'istruzione, la metafora.

Scrivi una frase come ad esempio: "L'istruzione (o qualche altro suo aspetto) è "A".

A questo punto aspetta che salti fuori qualcosa che renda vera la frase.

Scrivi quello che trovi.

In che modo il tuo pattern potrebbe consentirti di affermare qualcosa sulla natura umana, la società o lo stato, i gruppi, le relazioni interpersonali, le scienze fisiche, la verità, la bellezza, l'etica, la scrittura, la sessualità, il linguaggio – o su un qualsiasi altro argomento di vasta portata?

Oppure, invece del contenuto di un intero tema, scegli qualcosa di specifico.

Sappiamo che il pattern che hai articolato può verificarsi nell'esperienza umana perchè lo ha fatto nei tuoi eventi. E' probabile che il pattern non sia ancora conosciuto. Le idee ampie sono accumulati indistinti di molti significati ed esperienze.

Guardare le idee ampie attraverso la tua teoria può rivelare qualcosa che è o dovrebbe essere vera.

Questo è un passo giocoso a meno che tu non sia un esperto dell'argomento. In questo caso puoi svilupparlo.

## 14 Espandere e applicare la teoria

E' l'evoluzione importante della tua teoria e può proseguire per anni.

Un modo per espandere la tua teoria è chiedere:

“A quale prossima domanda porta? A quale nuova comprensione?”

Infine, aggiungi i collegamenti intrinseci, in modo da poter derivare quello che occorre.

Dopo che il nuovo termine è collegato, vedi, mediante sostituzione, che cosa gli altri tuoi termini sono in grado di rivelare su di esso.

In questo modo puoi espandere la teoria sempre di più.

Per applicare la tua teoria, scegli un'area che la riguarda, un'osservazione, un evento che vorresti essere in grado di spiegare o illustrare.

La tua teoria, dove potrebbe fare una differenza importante?

Descrivilo [define] in modo fresco, con i termini a partire dalla tua teoria.

Se prendi sul serio la tua teoria, di cosa deve essere fornita subito, prima di prendere in considerazione qualcos'altro?

Se la tua teoria implica qualcosa che non vuoi intendere, quale altro termine o distinzione la correggerebbe? Richiamare un caso reale può aiutarti a formulare la nuova distinzione.

Chiediti: “In che modo il mio nuovo pattern può riorganizzare questo?” Esaminalo attraverso il tuo pattern. Formulalo esprimendolo come un caso del tuo pattern. Se lo definisci in questo modo, quali differenze o aspetti specifici emergono?

Che cosa può mostrare la tua teoria che potrebbe essere prezioso per una persona che lavora su questo argomento? A quali altri interrogativi condurrebbe la tua teoria? Stai creando concetti nuovi.

Non lasciare che definizioni fisse o vecchi modi di pensare limitino ciò che dici, neanche se l'argomento è vasto e ci sono punti di vista ben definiti a riguardo. Non esitare a ristrutturarlo. Ordinare con una diversa struttura lo definiamo “inversione” [“*reversal*”] del modo abituale. Qualcosa di nuovo e specifico viene facilmente sommerso dagli assunti esistenti relativi a un argomento più vasto.

A volte le persone credono che la loro nuova teoria “deve essere” ciò che qualche teoria più vecchia “realmente intende”, se compresa correttamente. Ma da sola, la teoria più vecchia non dà alle persone questa comprensione precisa. Come fa A.

La funzione di una teoria è sociale. Essere in grado di parlare **precisamente** a partire dal tuo *felt sense* fa sì che la tua comprensione entri a far parte del nostro mondo.

I Passi 1-5 sono riportati integralmente dalla “Traduzione in italiano di Nicoletta Corsetti 2008” con alcune modifiche nei passi 4 e 5, in base a: “Appendix: Thinking At the Edge (TAE) Steps”, da Gendlin, E. T. “We Can Think with the Implicit, As Well As with Fully-Formed Concepts”, *After Cognitivism*, 2009; K. Leidlmair, ed.; Springer, 155-161; [http://previous.focusing.org/gendlin/pdf/gendlin\\_we\\_can\\_think\\_with\\_the\\_implicit.pdf](http://previous.focusing.org/gendlin/pdf/gendlin_we_can_think_with_the_implicit.pdf). Le modifiche nei passi 4 e 5, e la traduzione dei passi 6-9 e 10-14 in base alla stessa “Appendix”, sono di Maria Teresa Belgenio 2020-2022.

\* E' stata mantenuta la parola “*pattern*” dell'originale inglese, ovunque presente, anche per il senso differente della parola “*model*” nel passo 13.