**Cos’è il Process Work***?*

*Il Process Work (lavoro sul processo) è l’arte, la scienza e la psicologia del seguire la natura degli individui, delle comunità, e degli eco-sistemi. Cos’è esattamente questa natura? E’ la “grande medicina” per buona parte delle nostre sofferenze- cioè la strada e il significato del cambiamento così come appare nella realtà di tutti i giorni e nel sogno, nei nostri corpi, nelle nostre relazioni, nelle comunità e nell’ambiente.*

**Process Work: Un’introduzione**

Qui troverete 6 minuti estratti da un video di 90 minuti con Jeffrey Mishlove registrato nei primi anni ’90. Qui troverete l’essenza del process work

**Qualche dettaglio sul Process Work**

**Il Process work o “pw” (spesso chiamata “psicologia orientata al processo” o “POP” in Europa e in Asia) è una pratica di consapevolezza multiculturale e multu-livello che include le persone e il loro ambiente naturale.**

Il Process work è un approccio trans-disciplinare, in contiinua evoluzione, che supporta gli individui, le relazioni e le organizzazioni a scoprire se stesse. Il PW usa la consapevolezza per tracciare i processi psicologici e fisici, “reali” ed “immaginari” che illuminano e potenzialmente risolvono problemi interiori, di relazione, di gruppo, e mondiali. Le teorie e i metodi del PW sono accessibili all’esperienza di ognuno, e possono essere provate. Ci sono tre livelli di focalizzazione che incorporano ogni possibile esperienza di realtà:

**1. Realtà Consensuale: il** Process Work ha a che fare con gli eventi, i problemi, e le questioni della cosiddetta “realtà” che sono connesse con lo sviluppo di individui, coppie, affari e città. I gruppi e gli individui usano i sentimenti e i fatti, per descrivere conflitti, questioni importanti o problemi.

**2.** Al livello del **dreamland (**territorio dei sogni), il process work include sogni, sentimenti profondi, verità non dette, segnali doppi o intenzionali del corpo, “fantasmi” (figure non presenti) e ruoli fantasma nelle storie e nelle mitologie degli individui e delle organizzazioni. La storia, le visioni e gli eventi trans-generazionali sono importanti.

**3.** Al livello più profondo e **non-dualistico o livello “essenza”, il** process work affronta quelle spinte che possono inconsapevolmente muoverci, tendenze che assomigliano a dei sogni e che non si possono facilmente esprimere in parole. Quest’area della vita a volte si può percepire come una sottile atmosfera intorno alle persone, agli eventi e alle aree del nostro pianeta terrestre.

a. il **Taoismo** parla del livello dell’essenza nei termini del “Tao che non può essere detto.”

b. Nella **fisica quantistica,** Heisenberg ha parlato di tendenze della funzione dell’onda quantica. David Bohm ha parlato di quest’area nei termini di sistema delle onde quantiche o onde pilota.

c. Questo livello sembra manifestarsi in una intelligenza non-dualistica, che noi chiamiamo “**processmind”.** E’ un concetto analogo a quello che in fisica Bohm definisce onda pilota o Hawking **“Mente di Dio”.** Le tradizioni spirituali e religiose parlano dell’onnipresenza degli dei. Ogni volta che si ignorano, cosa di cui generalmente non si è consapevoli, le percezioni che assomigliano al sogno, qualcosa dentro noi stessi prende una forma lieve di shock poiché si è sottovalutato lo spirito della vita, che è il nostro più potente alleato.

**Intervista con Arny: Introduzione al Process Work**

**UN INTERVISTA CON ARNY CON LA BODY PSYCHOTHERAPY ASSOCIATION DEGLI STATI UNITI**

Arny è stato recentemente intervistato da Serge Prengel per Body Psychotherapy Association degli Sati Uniti. Per ascoltare questa intervista, che è una buona introduzione allìidea del processo e dello sviluppo della Psicologia orientata al Processo, cliccate **qui:**

**Il Process work è un’idea, una comunità, una teoria e una pratica**

La Consapevolezza del Processo e il Tao

Musica Arte Lavoro sui sintomi corporei Coma Stati Estremi Movimento Sogno lucido Spiritulaità Fisica Psicologia Organizzazioni Politica Worldwork Lavoro di Gruppo Relazioni Individui Sogni Creatività



Il Process work è un’**idea, un**a **comunità, una teoria e una pratica.**

***L’Idea***

L’immagine sopra vuole mostrare alcuni dei numerosi aspetti process work. Sono centrati attorno all’idea della consapevolezza del cambiamento, l’idea di processo e di Tao. Nel seguire la natura, un processo individuale si trasforma in molti mondi, includendo il lavoro interiore e alcuni aspetti dell’universo intorno a sé. I Process workers (coloro che lavorano sul processo) cercano di seguire il loro processo individuale e di gruppo. Il Sole e la Luna al centro dell’immagine stanno a significare l’implicazione dell’uso di varie forme di consapevolezza. Il sole del “giorno” si focalizza su segnali e parti, mentre la luna della “notte” si focalizza sulle ampie interconnessioni tra individui, parti e mondi.

***La Comunità***

La comunità del process work è una rete di individui e istituzioni che sono formalmente o informalmente connesse a centri in cui si fa formazione sul pw in tutto il mondo. Alcuni si definiscono studenti di pw, insegnanti, terapeuti, facilitatori, scienziati, attivisti politici o semplicemente amici del process work.

***Teoria.***

La teoria del Processwork si basa su uno sguardo multidimensionale sulla natura, intesa come “realtà”, sogno, come per esempio immagini e sentimenti, e a un livello più profondo, come “processmind.” Questo processmind olistico si modella dopo l’onda quantica( per approndimenti consultare il libro di Arny “ProcessMind.” O anche **un estratto di tre pagine da ProcessMind** per cui si ringrazia l’Istituto di Noetic Sciences and Quest Publisher.)

***Pratica***

Il Processwork ha finalità ad ampio spettro. Qual è questa finalità? Sviluppare teorie e metodi applicabili a qualsiasi situazione che coinvolga esseri umani, compresa l’ecologia, la psicologia, la medicina, i cambiamenti organizzativi, l’attività politica, le questioni legate alle differenze, conflitti gravi e traumi…

**Applicazioni del Process Work**

*Un fiore con molti petali*

Il nostro modo di intendere l’apprendimento si basa sul presupposto che nessun “petalo” del fiore si può guardare senza ricordare gli altri “petali”. Così, la politica, per esempio non si può studiare senza lavorare sui sogni, gli stati di coma non possono essere compresi senza fare un lavoro sulla famiglia, gli stati estremi devono essere studiati con la politica, il ww ha bisogno di sogno e lavoro sul corpo, la fisica acquista senso solo con la psicologia, e la psicologia dovrebbe essere studiata con la cosmologia, che è lo studio dell’intero universo etc.

Le applicazioni del pw formano come un fiore con molti petali, alcuni dei quali si possono vedere nella figura. Il centro del fiore è il “lavoro sulla consapevolezza”, che consiste nel notare cosa sta accadendo e seguirlo. Alcune delle applicazioni includono il sogno e il lavoro sul corpo, le relazioni, illavoro interiore, il lavoro sul come e sugli stati prossimi alla morte, il lavoro su stati estremi (o psichiatrici), sulle relazioni, e sui gruppi piccoli e grandi (worldwork). Le applicazioni del Worldwork includono lo sviluppo organizzativo, i problemi legati alla diversità, l’azione sociale, i progetti mondiali e la gestione dei conflitti. Ci sono anche applicazioni che riguardano la ricerca in ambito politico, l’integrazione delle scienze tanto quanto l’esplorazione delle tradizioni mistiche e religiose, il teatro, la creatività e le performance.



IL FIORE DEL PROCESS WORK

Guardate alcuni dei petali, che sono le applicazioni del process work.

Nascono dalla “base”, la mente che sogna (che appare come il Tao che non può essere detto, dal sogno del processmind.