

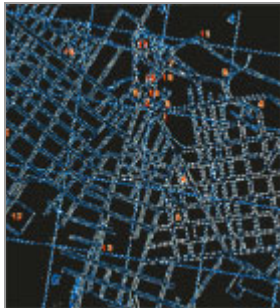


NEWSLETTER

Oltre gli obiettivi

Marzo 2007

EnerMind è Official Partner
della Tiscali Volley Cagliari



La Mappa non è il Territorio

Quale realtà?

a cura della Redazione EnerMind

Roma, 30 Marzo 2007

Cari lettori, questo mese l'articolo che ho il piacere di scrivere riguarda un argomento spesso presente nei corsi di formazione comportamentale e, oserei dire, sempre presente nei corsi di PNL (Programmazione Neuro-Linguistica), ovvero: la differenza tra percezione della realtà e realtà stessa.

Le radici della PNL sono intrecciate indissolubilmente con alcuni studiosi che molti citano ma le cui opere pochi hanno letto; principalmente Alfred Hadbank Skarbek Korzybski (1879-1950), fondatore della Semantica Generale, il filosofo post-kantiano Hans Vaihinger (1852-1933) e Gorge Kelly (1905-1967), psicologo costruttivista.

La parte che ci interessa descrivere ora è che questi tre signori condividevano la convinzione che la percezione dei segnali bioelettrici che i nostri sensi ricevono dall'esterno; l'astrazione interpretativa (a livello fisiologico, psichico ed emozionale) di tali segnali e l'astrazione espressiva (linguistica, para-verbale e non-verbale) che ne consegue rendono lontano dal reale ciò che noi consideriamo la realtà.

Nel libro: Science and Sanity – An Introduction to Non-Aristotelian Systems and General Semantics, la cui prima edizione risale al 1933, Korzybski sintetizza in una frase di grande effetto e semplicità il concetto:

“La mappa non è il territorio che essa rappresenta, ma se è esatta, ha una struttura simile a quella del territorio, che ne spiega l'utilità.”

Infatti il nostro cervello cancella, generalizza e distorce la maggior parte degli stimoli che recepiamo. Inoltre la facoltà di pensare ci spinge a creare ragionamenti, a provare emozioni, a collegare ricordi, ... in una parola ad astrarre. Noi crediamo di percepire la realtà e le esperienze per come esse sono. No! Le percepiamo in modo diverso. Se si accetta questo ragionamento, che è evidente e certo da un punto di vista razionale, ma sgradevole e difficile da mandare giù da un punto di vista emozionale, raggiungiamo la consapevolezza di astrarre che era ed è lo scopo ultimo dell'Istituto di Semantica Generale fondato da Korzybski. In PNL lo scopo è anche quello di modificare la Mappa rendendola funzionale al territorio.

Qual è la funzionalità di una mappa? Farci giungere alla destinazione che abbiamo scelto. Qual è la funzionalità della nostra mappa del mondo? Farci raggiungere i nostri traguardi e permetterci di essere felici e sani. Che tipo di traguardi? Spirituali, relazionali, cognitivi, fisici, finanziari, creativi e ludici.

Quindi la PNL è la panacea che risolve tutti i problemi del mondo? NO!

È, ad oggi, la metodologia più efficace per permetterci di modificare la mappa del mondo e per renderci dei maestri nel farlo sempre più spesso e sempre con maggiore facilità e destrezza.

Abbiamo parlato anche di linguaggio. Sì, perché il linguaggio trasforma fortemente la mappa del mondo delle persone. Il linguaggio (Verbale, Para-Verbale e Non-Verbale) è la forma più straordinaria di trasformazione, influenza e persuasione tra esseri umani. Sottolineiamo con veemenza che la prima forma di comunicazione attraverso il linguaggio è quella che avviene con noi stessi.

Ora sapete perché è così poco funzionale descrivere un'esperienza come "disastrosa" o "terrificante" (aggettivo di moda, quest'ultimo) e perché pensare di "essere schiacciati dai problemi" a lungo termine influenza la nostra postura giungendo a curvare la spina dorsale!

Il nostro umile suggerimento non è quello di studiare le oltre 1.000 pagine del libro di Korzybski, che tra l'altro non è nemmeno tradotto in italiano, quanto piuttosto iniziare la giornata con un sorriso. E se vi chiedono: "Come stai?", rispondete con il tono di voce più sonoro che potete: "Magnificamente!".
Diverrà la vostra realtà!