

# Ogni comunicazione assume la forma del cervello che la riceve

di Nicoletta Bagarella

Un giorno mi trovavo in Belgio.

Ovviamente in quel paese la lingua che si parla è il francese e devo premettere che non ho mai studiato il francese e non avevo mai avuto occasione di sentirlo parlare spesso, per cui, la logica conseguenza era che **non riesco a capire niente**.

Dentro di me sentivo una profonda frustrazione per non poter comunicare con le persone e comprendere quello che mi veniva detto e mi sono chiesta.

*“Perché non riesco a capire niente?”*

*“Perché le parole che sento, non assumono per me nessun significato?”*

*“Sono gli altri che stanno parlando in modo incomprensibile?”*

*“O sono io che non possiedo gli strumenti per capire?”*

*“Qual è il motivo per cui i suoni che odo non assumono un significato?”*

Mi sono accorta che non riesco a tradurre in immagini ciò che sentivo e quindi qualsiasi discorso era per me incomprensibile. Era un'ulteriore prova tangibile che, come si dice al corso di D.M.C., **la nostra mente funziona per immagini** e quindi il primo passo indispensabile è riuscire a tradurre in immagini ciò che sento perché, se non riesco a farlo, non riesco a capire.

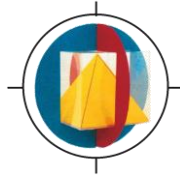
Bene, il primo passo è fatto. Ora cerco di proseguire. E qui mi viene nuovamente in aiuto il corso quando all'inizio si chiede di immaginare, pensare, visualizzare una pianta.

Perfetto: la mia mente funziona per immagini, quindi è semplicissimo: immagino una pianta.

Ma allora come si spiega il fatto che se domando a più persone di pensare, immaginare, visualizzare una pianta e poi chiedo loro di dirmi cosa hanno immaginato mi rispondono: una quercia, un acero, un abete, la pianta dei piedi, una palma, la pianta della loro casa..... e se per caso hanno pensato la stessa pianta, es. una quercia, approfondendo ci si accorge che ognuno di loro ha pensato una quercia diversa?

Perché ognuno di noi è unico, meraviglioso e irripetibile e, aggiungo usando le parole di Ma.Bo., **ogni informazione assume la forma del cervello che la riceve**.

Ma cosa significa questo?



Ognuno di noi ha un livello oggettivo (pianta) e un livello soggettivo (dove il termine generale **pianta** assume connotazioni uniche e significative per quella persona).

E' un po' come se il nostro cervello avesse uno stampo (mi ricorda quando con le mie figlie piccole giocavamo con il Didò e ci divertivamo a vedere come la pasta assumesse forme diverse a seconda dello stampo attraverso il quale la facevamo passare. Es. mi danno un fiore.....passa nella mia macchinetta cervello.... ed esce..... una stella).

Praticamente filtro ciò che dice l'altro, con i miei occhiali. Succede, a livello uditivo, quello che è raccontato molto bene nella Storia degli Amici Colorati, che riporto integralmente per chi non la, scritta da Patrizia Serblin nel libro "Una Piccola Pietra Bianca".

### **GLI AMICI COLORATI (Azzurrino e Verdino)**

*Verdino e Azzurrino sono due amici, che fin dalla nascita indossano occhiali colorati, l'uno con lente verde, l'altro con lente azzurra.*

*Ogni volta che si incontrano litigano, perché discutono e vogliono avere entrambi ragione.*

*Dovete sapere, infatti, che loro non sanno di inforcare occhiali colorati e quando guardano qualcosa di bianco, per esempio un muro di una casa, si arrabbiano, perché l'uno sostiene che la casa è dipinta di azzurro, l'altro di verde.*

*Un bel giorno, per fortuna, arriva Neutrino, persona molto saggia, che, non indossando alcun occhiale, sa esattamente di che colore è il muro, **bianco!***

*Si avvicina ai due amici e, nel desiderio di porre fine alla lite, toglie dal loro naso gli occhiali colorati.*

*OHHH!!!*

*"Stupore e meraviglia!" Esclamano i due amici.*

*"Il muro è bianco!"*

*"Sì", ribatte Neutrino, "ma potete anche fare di più: provate a scambiarsi gli occhiali, vi accorgete che avevate ragione entrambi e nessuno dei due."*

*"Vedete, le cose sono diverse a seconda di come le guardiamo, da che lato, con che lente."*

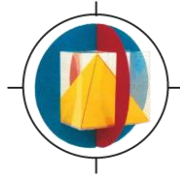
*"E poi, sapete quante sfumature esistono?"*

*"Pensate, se sovrapponetevi la lente rossa a quella blu ne esce il viola."*

*"E così via!"*

*"Capito la lezione?"*

*"Forse da oggi non penserete più di avere assolutamente ragione solo voi...!"*



Ciò che succede a livello visivo, (vedo le cose a seconda delle lenti che indosso), accade anche a livello uditivo (ogni informazione assume la forma del cervello che la riceve). Quante volte ci è capitato di trovarci nella situazione seguente?



E come ci siamo sentiti, soprattutto se eravamo nella parte della moglie? Ma quante altre volte ci siamo invece trovati nella parte del marito? E soprattutto siamo consapevoli di quello che accade?

E come reagiamo quando la risposta dell'altro non è come ci aspettavamo o interpretiamo a modo nostro ciò che sentiamo? Ma soprattutto, perché avviene questo?

Facendomi quest'ultima domanda mi sono ricordata dell'esempio del "verde marziano", raccontato da Carlo Spillare nel suo libro Teorema.

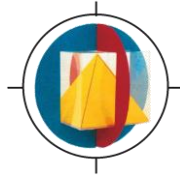
*"Se io ti dico "verde marziano", tu come ti senti? Gli chiese un giorno un Istruttore. Carlo rispose: "Mi verrebbe da ridere e tirare su le spalle, io non sono un verde marziano, sono un terrestre"*

*"E se invece ti dico "ehi, stronzo", come ti senti?".....*

*"Se quando qualcuno ti dice "stronzo", se ti irriti e se ti senti toccato dentro, è perché, dentro, tu ti senti un po' stronzo. Se no, la reazione sarebbe stata come quella del "verde marziano". Quindi, il problema non è dell'altro, è tuo. L'altro, in quei casi, non fa che toccare una ferita che c'è già e rimarginare la ferita è compito tuo".*

Colpita e affondata, proprio come aveva già scritto Carlo. Devo confessare che ogni volta che mi sento irritata, non compresa, offesa..... da quello che mi viene detto, questo esempio mi ritorna sempre in mente. Mi chiedo: "Perché mi sento irritata..... offesa... non capita.... criticata.... non considerata..... ??????????????"

E, purtroppo o per fortuna, divento consapevole che non è tanto quello che mi viene detto o come mi viene detto che fa la differenza, ma come lo recepisco io. La differenza sostanziale sta nella **reazione personale**. E' l'esempio del triangolo che si fa al corso, quando si evidenzia che il carattere è determinato dalla reazione personale all'ereditarietà e all'ambiente.



Così nella comunicazione, la mia reazione personale mi fa percepire ciò che mi viene detto come una critica, un appunto, un suggerimento o semplicemente come il punto di vista dell'altro.

La mia reazione personale a ciò che mi viene detto, condiziona e influenza notevolmente i miei rapporti con gli altri e mi sono accorta che se comincio a farne una questione personale non vado più da nessuna parte. Come dice Ma.Bo. nel brano "Comunicazione e linguaggio" *qualcosa di veramente strano o, se volete, di miracoloso, deve esserci nel nostro cervello perché nei fatti, dopo sei o sette volte che due persone si dicono la stessa cosa in sei o sette modi diversi, un accordo lo trovano: ed è comune, sentito, condiviso e sottoscritto. Qual è questo accordo? Sempre lo stesso: ognuno è convinto di aver ragione e ognuno continua a pensarla come la pensava prima.*" (Mare Nostrum)

Subentra così la **presunzione** che nel vocabolario viene definita come

- fiducia eccessiva nelle proprie capacità, alta ed esagerata opinione di sé
- falsa opinione, errore a cui porta la sopravvalutazione del proprio giudizio.

E "scatta la legge dell'**ignoranza** come preconcepita negazione di altre possibilità e come risposta di gran lunga la più facile, a qualsiasi problema di pensiero. Non prevede altra strada che sé stessa e ha una unica risposta valida per tutte le occasioni: "Se io non capisco, non è vero" (No Book)

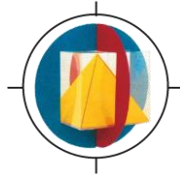
Ma perché succede che "se io non capisco non è vero" e che "ogni comunicazione assume la forma del cervello che la riceve"?

Mi ha aiutato ad avere una risposta la seguente affermazione di Ma.Bo. : "Ogni persona che ci si accosti con modi non rispondenti alle nostre situazioni emotive o mentali del momento, ci induce acriticamente ed emozionalmente a comportamenti reattivi scostanti ed aggressivi"..... Si determinano situazioni di conflittualità e di litigiosità acute.

Diventa così importante solo ciò che io provo, io sento, quello che interpreto, quello che penso di avere capito, quello che io ritengo vero, quello che gli altri, secondo me, dovrebbero intendere, la mia verità, perché solo quella, secondo me, è la verità. Mi rinchiodo così in me stessa, mi sento vittima incompresa, mi sento umiliata, accuso gli altri di non capirmi, di non voler capirmi, di non riuscire a mettersi nei miei panni, di non voler cambiare il proprio punto di vista, di non capire che ciò che sto dicendo è giusto.....sono così presa dal mio io....io....io.... (ovvero ego), che non mi rendo conto che tutto ciò di cui accuso gli altri.....riguarda anche me e che mi sto comportando nei loro confronti nello stesso modo che rimprovero loro.

E allora come uscire da questo dilemma?

Prendendo l'ego e.....



Può subentrare così l'umiltà e la consapevolezza che “ogni comunicazione assume la forma del cervello che la riceve” e che “la mia verità” è solo una piccola parte delle innumerevoli sfaccettature di un diamante che non sarebbe così prezioso senza tutte le altre sfaccettature che non sempre vedo e ancora meno comprendo.

Divento consapevole che “la mia verità” non è LA VERITA', ma solo un punto di vista diverso, che insieme agli punti di vista, diversi dal mio, può aiutarmi a comprendere meglio qualsiasi situazione.

Ognuno di noi, proprio perché unico, ha le sue esperienze e il suo modo di reagire alle varie esperienze e filtra la realtà attraverso il suo modo di essere facendo in modo che ogni informazione assuma la forma del cervello che la riceve.

*“C'è gente che passa la vita a discutere, affrontare, organizzare le cose come sembrano, invece di rilassarsi e collaborare con le cose come sono. E siccome le cose come sono non sono altro che i fatti che accadono, organizza i fatti, non le opinioni e di certo farai qualcosa di utile e, per te, di grande. Oppure al solito continua a riempire la falegnameria del tuo cervello di strumenti più sofisticati, senza renderti conto che stai offendendo il tuo compagno tempo, dato che hai ormai esaurito il legno da tagliare. Certo ti restano ancora le illusioni che tu hai vestito di multicolori abiti di carta patinata, ma quanto prima ti accorgerai che le illusioni portano solo alla follia, tanto prima ricomincerai a coltivare la tua dignità e tornerai ad essere un abitante adeguato non solo della tua astronave, ma dell'universo presente, passato e futuro”.*

E se sono un abitante adeguato possiedo anche le qualità dell'abitante adeguato:

**Consapevolezza** che ogni comunicazione assume la forma del cervello che la riceve

**Disciplina** nell'allenarmi costantemente a vedere le varie “forme” che può assumere una comunicazione

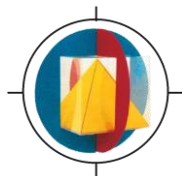
**Umanità** ogni persona è unica e proprio per questo recepisce in modo unico le informazioni che riceve

**Umiltà** riconosco e accetto che posso solo esprimere il mio punto di vista senza pretendere che sia la verità e che venga condiviso anche dagli altri

**Pazienza** so aspettare con calma e serenità  
non mi irrita se ritengo che gli altri non capiscano  
non mi irrita se non riesco a capire

Non so perché, ma ho imparato che nulla succede per caso, mentre pensavo alla parola **forma**, mi è venuta in mente l'acqua, che ha la proprietà di assumere la forma del contenitore, rimanendo però sempre acqua.

L'essenza rimane tale e quale al di là della forma che assume.



Mi piace pensare che nel Villaggio Globale sia possibile che ogni comunicazione, come l'acqua, possa assumere qualsiasi forma, mantenendo intatta la sua essenza che ognuno potrà incarnare in modo unico, irripetibile e meraviglioso.

L'essenza di ogni comunicazione potrà liberamente esprimersi nelle più svariate forme, continuando a realizzare e a mantenere il Villaggio Globale, popolato da Abitanti Adeguati dove "Se tu stai bene, io sto bene".



#### Fonti

Dinamica Mentale Base	di Marcello Bonazzola ed. C.R.S. Idea
Una Piccola Pietra Bianca	di Patrizia Serblin e Anna Baluganti ed. Idea srl
Teorema	di Carlo Spillare ed. Idea srl
Mare Nostrum	di Patrizia Serblin e Carlo Spillare ed. Idea srl
No Book	di Marcello Bonazzola ed. Idea srl
A Futura Memoria	di Marcello Bonazzola ed. Idea srl

#### ***Nicoletta Bagarella***

Pedagoga, Istruttore di D.M.&C. per Bambini, diplomata al Corso di Counseling Dinamico-Relazionale, Esperto in Cibernetica Sociale