

ALEGRIA INTERIOR

Jordi Soler

PNL. Mapes i territori

No podem començar a parlar de Programació Neurolingüística sense esmentar una de les seves pressuposicions més bàsiques i fonamentals: “El mapa no és el territori”. Ben mirat aquesta frase ens diu que cadascú de nosaltres tenim una manera particular i única d’interpretar la mateixa realitat que ens envolta. Les experiències viscudes, l’entorn social i el nostre propi caràcter fan que la percepció de les coses sigui d’una manera molt específica. La pluralitat és riquesa, però si no l’acceptem i l’entem com cal pot representar una pesada càrrega en les accions i decisions que anem prenent al llarg de la nostra vida.

Tendim a autoretratar-nos sempre pel nostre millor perfil. Això vol dir que sempre mostrem les nostres bondats i dissimulem els nostres defectes. Possiblement un d’aquests defectes sigui l’aferrament al nostre mapa i la necessitat d’impo-

sar-lo als altres a la primera de canvi. Diem que som persones obertes i respectuoses, però si escoltem les nostres pròpies paraules de tant en tant és fàcil que sorgeixi una frase semblant a: “No entenc com al món hi pot haver gent així” o “això és d’aquesta

manera i punt, no n’hi ha d’altra”. Ara, des de la distància, quan recordo algun moment de glòria en què he necessitat imposar el meu criteri, em ve la imatge d’un d’aquells vells colonitzadors que arriben a un nou continent i planten la bandera amb la creença absoluta que la terra que trepitgen ja és de la seva propietat pel simple fet de posar-hi els peus al damunt.

No n’hi ha prou de reconèixer els mapes dels altres, hem de respectar-los i recordar que sempre hi han set i sempre hi seran. Això no té res a veure amb cedir o donar la raó, té a veure amb no jutjar i permetre que els diferents punts de vista convivisquin. El fet que algú pensi diferent no implica que jo hagi de canviar res ni resignar-me a la seva voluntat si jo no vull, però si soc capaç d’escoltar-lo activament potser podré recollir-ne algun nou aprenentatge i hauré fet un bon negoci. Per altra banda, si centro tota la meva atenció a convèncer els altres o a justificar com pot ser que algú pensi d’aquesta manera estaré malbaratant temps i capacitats.

En PNL està comprovat que si volem progressar hem de sortir de la nostra àrea de confort i arriscar-nos a entrar en territoris inexplorats. Hem de ser valents i trencar els esquemes mentals que ens han guiat en el nostre passat. No és suficient que entenguem als que fan coses comprensibles per nosaltres, hem de comprendre a tothom, i això significa no fer excepcions. En aquest punt apareixen sempre les discrepàncies, ja que la tendència és confondre entendre amb justificar. Jo puc entendre un criminal però això no vol dir que el justifiqui, l’aplaudeixi o vulgui que s’estalviï pagar el preu per les seves maldats. Ja fa temps que vaig descobrir que omplir-me de ràbia per les coses que jo considerava injustes no servia de res. Sentir-me malament no m’ajuda, el que sí que m’és útil és posar les coses al seu lloc i actuar.

M’agrada col·leccionar mapes i encara més desxifrar-los i interpretar-los, com més complexos millor. Tot i així, sempre intento saber quin és el meu i no el perdo mai de vista. Bon viatge.

L’HORÒSCOP

Dhanna Astròloga

Del 29/01 al 04/02

ÀRIES (Del 21/3 al 20/4)

Potser dubtes de si has d’apostar pel que és més nou o si has de conservar el que tens. De ben segur, el que has après t’ajudarà a prendre decisions més encertades.

CRANC (Del 22/6 al 21/7)

Potser et costa fer plans futurs perquè no acabes d’organitzar el teu present. Cerca enmig del caos diari moments per pensar en el que realment vols. Aprèn a escoltar-te.

BALANÇA (Del 24/9 al 23/10)

Et sents generós amb els qui estimes i et ve de gust regalar objectes i gaudir dels moments d’esbarjo plegats. Es pot despertar cert interès en la pràctica esportiva.

CAPRICORN (Del 22/12 al 20/1)

No estàs per a jocs, prefereixes observar algunes situacions i planificar objectius. No tens pressa per arribar, vols gaudir del viatge d’aquest temps de gran aprenentatge.

TAURE (Del 21/4 al 20/5)

Sents que potser ha arribat el moment de fer alguns canvis. Estàs una mica cansat d’algunes coses i et ve de gust renovar objectes, decoració, roba... Gaudeix de l’experiència.

LLEÓ (Del 22/7 al 23/8)

Darrere el que sembla superficial pots trobar tot un món. Les coses poden ser observades des d’un altre paradigma. Per redefinir els pensaments, despulla’t de prejudicis.

ESCORPÍ (Del 24/10 al 22/11)

Bon moment per mirar d’acostar-te als interessos de la parella o bé d’algun soci amb qui has de tractar. T’ajudarà la concreció i l’ètica a l’hora de prendre decisions.

AQUARI (Del 21/1 al 19/2)

Decidit a ampliar horitzons físics i mentals, coneixements. Perceps l’amor pels altres com el camí per fer del món un lloc millor. Et pot costar mantenir-te en silenci.

BESSONS (Del 21/5 al 21/6)

No et servirà de gran cosa aferrar-te al passat perquè les circumstàncies t’empenyen cap endavant. En un viatge o fora del teu entorn habitual, pots trobar la inspiració.

VERGE (Del 24/8 al 23/9)

Si millores les paraules, també milloren les relacions. A vegades pots ser massa crític i això t’allunya de certes persones, perquè no tothom està disposat a ser criticat.

SAGITARI (Del 23/11 al 21/12)

Penses a conservar patrimoni i valorar el que tens. El teu sentit gregari es troba compromès. Vols afegir-te al grup, però per altra banda necessites certa independència.

PEIXOS (Del 20/2 al 20/3)

No responguis a les provocacions que cerquen desestabilitzar-te. Explora oasis de tranquil·litat on ordenar el teu món. Si la teva relació no et satisfà, pensa en què vols.