



Simboli Aleph
di
Mauro Scardovelli

Ed. Libero di scrivere - 2007

Presentazione

Quale è la causa della sofferenza innecessaria? L'ignoranza. Quale mezzo ci può liberare? La conoscenza.

Ma quale conoscenza? Quella che apprendiamo a scuola, all'università, nei corsi di specializzazione? Quella che viene inculcata attraverso la televisione? Quella che guida le scelte politiche ed economiche?

Una volta il Buddha, raccolte alcune foglie da terra, disse ai suoi discepoli: "Infinite sono le conoscenze possibili, come le foglie nella foresta. Ma poche, come quelle nelle mie mani, sono le conoscenze essenziali, che ci liberano dal dolore".

Oggi siamo sempre più colti, istruiti, informati o specializzati. Ma non per questo siamo diventati più consapevoli di noi stessi, più coscienti delle conseguenze dei nostri pensieri, abitudini, convinzioni.

Il lavoro sui simboli, proposto in questo libro, riporta la nostra attenzione su ciò che è davvero essenziale per raggiungere la felicità.

Breve estratto dal testo

Simboli Aleph

Tema della nostra conversazione saranno i simboli Aleph. La loro origine è molto semplice, e dipende dal modo di funzionare del mio cervello. Quando studio un argomento, o quando desidero comunicare un'idea a qualcuno, ho una naturale tendenza ad aiutare le parole con gesti o disegni, che esprimono sul piano visivo la struttura dei concetti. Solo quando dispongo di un'immagine coerente, allora ho la sensazione di aver colto l'essenza di un concetto o di un'argomentazione. A questo punto le parole per me non rivestono più un ruolo esclusivo, ma complementare.

"Si tratta quindi di un metodo per aiutare la comprensione e lo studio?"

Sì, un metodo che ho messo a punto negli anni, a partire dalle scuole medie, e poi al liceo e all'università, per superare le difficoltà di apprendimento che avevo. Mentre mi era molto facile studiare matematica, geometria o fisica, le cose si complicavano decisamente con la storia e con le altre materie letterarie. Spesso non c'era molto da capire, ma non sapevo come trattenere le informazioni. A giurisprudenza il problema si è aggravato, perché le informazioni da ricordare erano veramente tante.

Il mio cervello non sembrava adatto a trattare quel tipo di linguaggi. Ero a disagio con quelle discipline, basate solo sulle parole, come se non riuscissi mai ad afferrarle pienamente e mi sfuggisse sempre qualcosa.

Le alternative erano due: o mi ritiravo, o trovavo un espediente per consentirmi di padroneggiare quel materiale. Scelsi la seconda alternativa. Insieme a due compagni, perfezionammo un modo di simbolizzare e schedare gli argomenti, che si rivelò veramente efficace.

In meno di due mesi riuscimmo a preparare diritto privato. Avevamo condensato tutto il contenuto del testo in una cinquantina di piccole schede, che stavano nel palmo di una mano. Tutti e tre superammo l'esame con il massimo dei voti. Gli unici del nostro corso, insieme ad un altro paio di ragazzi.

Quelle schede divennero famose, e furono fotocopiate da generazioni di studenti e di laureati che si preparavano per esami o concorsi.

"Stai dicendo che quel metodo non è stato utile solo a te?"

Esattamente. Molti studenti hanno l'abitudine di fare schemi o riassunti. Ma quasi sempre l'efficacia di tali riassunti dipende dal fatto di produrli personalmente. Qui ci trovavamo di fronte ad un fatto nuovo: quando un istituto giuridico era stato tradotto nei simboli che utilizzavamo noi, la sua comprensione e memorizzazione era agevolata per chiunque, o quasi (c'è sempre qualcuno che ha preferenze o abitudini particolari, diverse dagli altri; oppure ha un cervello in grado di apprendere senza sforzo anche l'elenco del telefono; oppure ha sviluppato un'avversione nei confronti degli schemi!).

Ho continuato a servirmi dei simboli in tutti gli anni che ho insegnato all'università, e ho trovato continue conferme sulla loro efficacia.

Dopo aver conosciuto la PNL e, ultimamente, le Mappe mentali di Buzan, ho sviluppato idee più chiare sul perché funzionano.

"Perché?"

Perché sono straordinari riduttori di complessità, in grado di focalizzare l'attenzione su ciò che è davvero essenziale. In tal modo liberano il sistema cognitivo da una massa di informazioni irrilevanti, che rischiano di saturare la memoria operativa. Come lo schermo di un computer, la memoria operativa dispone di uno spazio ristretto. Se ci metti cose inutili, mancherà spazio per quelle importanti.

Un'immagine, è noto, vale più di mille parole. Ma l'immagine va scelta bene, perché anch'essa occupa spazio mentale. E se non ha coerenza interna, o non è coerente con le altre alle quali è collegata, diventa fonte di dissonanze cognitive che, come gestalt aperte, richiedono un continuo sforzo per essere risolte e chiuse. Ecco da dove origina molta fatica e inefficacia nello studio. Demotivazione o pigrizia possono spesso avere questa origine: la mancanza di risultati naturalmente positivi.

La seconda ragione del buon funzionamento dei simboli è che, impegnando pochissima memoria, è possibile tenerne a mente simultaneamente più di uno. Diventa così molto facile, grazie ad essi, compiere quel lavoro di integrazione e generazione di coerenza, che è segno inequivoco di comprensione profonda e creatività.

"Si diventa quindi più intelligenti?"

Non so se si diventa più intelligenti, ma sicuramente ci si comporta e si appare tali. Ricordo che agli esami i professori rimanevano stupiti quando con i miei compagni passavamo da un argomento ad un altro senza difficoltà alcuna, facendo collegamenti corretti e produttivi, che arricchivano di molto il tema in discussione.

Da allora ho sviluppato una specie di passione nel facilitare il processo di apprendimento, nella convinzione che molti studenti patiscano inutili pene a causa di modi inefficaci di usare il cervello.

Sono convinto che i simboli siano degli organizzatori cognitivi veramente potenti, che consentono di pensare e ragionare in modo ordinato, pulito e facilmente comunicabile.

Nei gruppi Aleph ho cominciato ad utilizzarli per facilitare la comunicazione reciproca e la comprensione di ciò che è davvero importante conoscere nel modo di funzionare della mente individuale e collettiva.

"A che scopo?"

Per uscire dalla confusione, dal relativismo radicale, dal dogmatismo o dal qualunquismo, oggi sempre più diffusi. E per avere una visione più chiara di dove andare, come muoversi, quali mete privilegiare.

"Come?"

Imparando ad orientarsi nel mondo interno (emozioni, sentimenti, convinzioni, percezioni, intuizioni) e in quello esterno (società, cultura, storia, economia), disponendo di una mappa sufficientemente semplice e intelligibile, alla portata di tutti, e di una bussola per mantenere la rotta prescelta.

"Stai dicendo che non si tratta di un approccio specialistico, ma di base?"

Assolutamente. Li chiamiamo simboli Aleph perché sono frutto di un lavoro sperimentale all'interno dei nostri gruppi, e perché ben rispecchiano la mission di Aleph - interconnettere e integrare ciò che è essenziale dei diversi punti di vista via via considerati (psicologie, filosofie, tradizioni sapienziali, modelli, culture) -, ma anche per distinguerli da quelli mitici, religiosi, archetipici, che affondano le loro radici nella preistoria e nella storia dell'umanità.

Per comprendere i simboli Aleph non sono necessarie approfondite ricerche su antichi documenti, non occorre imparare il sanscrito o il cinese antico. Né occorre recarsi in qualche deserto od eremo inaccessibile, e neppure nei meandri misteriosi dell'inconscio: basta un foglio di carta e una penna per rappresentarli, e il sincero desiderio di sciogliere la sofferenza innecessaria: la propria e quella altrui. Non solo delle persone che ci sono più vicine, ma di tutti gli esseri senzienti.

"Stai dicendo che il lavoro sui simboli è ispirato dalla visione buddista, dalla figura del bodhisatva che si impegna a combattere le cause della sofferenza, cioè in primo luogo l'ignoranza?"

Sì, certamente la filosofia buddista è la cornice di riferimento principale che sta alla base della nostra ricerca. Ma, come vedremo proprio attraverso il lavoro sui simboli, per noi è importante non definirci buddisti o cristiani o in qualsiasi altro modo. Ogni definizione reiterata nel tempo, per il modo in cui opera il pensiero-linguaggio, tende a reificarsi e a generare contrapposizioni e conflitti. Perde quindi il suo valore originario positivo, che era quello di operare una distinzione, e ne acquista uno negativo: diventare fonte di giudizi e incomprensioni. La definizione, da atto di conoscenza, si trasforma facilmente nel suo opposto: un atto di confusione e occultamento della verità fondamentale.

"Quale verità?"

Che a livello profondo siamo tutti interconnessi, che non esiste separazione, ma solo illusione di separazione. E quando prendiamo questa illusione per vera, lì iniziano i nostri guai: ci sconnettiamo, usciamo dal fiume della vita e finiamo nella pozza della nevrosi e del dolore innecessario. Dar credito all'illusione di separazione è il peccato originario, da cui derivano tutte le nostre paure.

MAURO SCARDOVELLI, ricercatore, musicoterapeuta,
trainer di PNL e fondatore di PNL Umanistica Integrata.

Illustrazioni di Arianna Ruffinengo

Autore: Mauro Scardovelli
Titolo: Simboli Aleph
Genere: Saggistica
Collana: Quaderni di Aleph 5
ISBN: 978-88-7388-150-6
Pagine: 128
Prezzo: 10,00 Euro
Liberodiscrivere edizioni

Il libro è acquistabile su www.Liberodiscrivere.it