

## De 'kaart' verwarren met het 'gebied', deel II

Door Bobby Bodenhamer, D.Min.

### In deel I leerden we:

- De meeste PDS kunnen vrij spreken in sommige contexten en consistent blokkeren in andere contexten. Een model van blokkeren en stotteren moet hier rekening mee houden en naar een verklaring zoeken. NLP/NS presenteert een model voor dit doel.
- Onze perceptuele kaarten zijn een product van het creëren van films in ons hoofd. De film bestaat uit beelden, geluiden en/of gevoelens (geuren en smaak spelen een kleinere rol.)
- Op zichzelf hebben onze mentale films geen betekenis. We geven er betekenis aan door de film te definiëren met "woorden". Onze mentale kaarten bestaan dus uit onze films en onze taalbetekenissen.
- De verklaring van Alfred Korzybski dat "De kaart niet het gebied is", verklaart ten minste gedeeltelijk hoe dezelfde persoon in sommige contexten consistent kan blokkeren, maar in andere contexten consistent vrijuit kan spreken.
- Onbewust verward de PDS zijn perceptuele kaart met wat er gaande is op het terrein van zijn wereld.
- Denk er over na. Alle afbeeldingen, geluiden en gevoelens in ons hoofd zijn *niet* wat ze vertegenwoordigen in de wereld of op het terrein. Het zijn slechts *symbolen* van wat we vanuit de wereld/terrein hebben meegemaakt. Onze woorden waarmee we betekenis creëren, zijn slechts symbolen van onze ervaring met het terrein. Onze kaarten zijn metaforen gecreëerd vanuit onze wereld en onze ervaringen met de wereld. Ze zijn 'niet echt', maar alleen zo echt als wij ze maken.
- Wanneer een PDS blokkeert, handelt hij meestal vanuit een perceptuele kaart die hij in zijn kindertijd heeft ontwikkeld. In plaats van te werken vanuit een perceptuele kaart van een volwassene 'die weet hoe te praten', brengt de betekenis die hij aan de context van een terrein geeft, hem terug naar negatieve ervaringen uit zijn kindertijd, zoals belachelijk gemaakt worden vanwege zijn blokkeren.

## Deel II

Mensen die mentale veranderingen aanbrengen, zijn van mening dat 'de kaart niet het terrein' of 'het menu niet de maaltijd is'; en ze geloven dat het alleen hun kaart en hun kaart alleen is van waaruit ze handelen. Dit is een andere manier om te zeggen dat onze perceptie geen realiteit is. Het is slechts onze perceptie ervan. Omdat het echter onze perceptie is (onze interne representatie en conceptuele betekenissen), is het waar we vanuit opereren. Het maakt niet uit hoe nauwkeurig het onze huidige realiteit in kaart brengt (waarneemt). We zullen opereren vanuit onze percepties zoals bepaald door onze hogere levels 'frames of mind'.

Michael Hall in het artikel getiteld "Seven Key Distinctions of Masterful Communication" op <http://www.neurosemantics.com> verklaard:

*"De kaart is niet het territorium" vat de logisch-verstand wijsheid samen dat een kaart nooit het territorium vertegenwoordigt. Het menu is niet de maaltijd; de seks manuel is niet het 'making love'; de foto is niet de persoon. Dit zijn verschillende fenomenen. Ze werken op verschillende niveaus en in verschillende dimensies."*

*"Zo eenvoudig en toch zo diepzinnig. Zo eenvoudig en toch zo gemakkelijk te vergeten. Hoe en wanneer vergeten we het? Wanneer we denken (en voelen) dat wat we denken (onze mapping = onze kaarten), wat we waarnemen, waar we in geloven, waar we waarde aan hechten, waarmee we ons identificeren, etc. is wat echt is. Dat is de waan. Toch is het nooit zo; omdat het niet kan. In het beste geval kan het een goede, nuttige en redelijk nauwkeurige kaart zijn."*

(Note: ik [Bob] geloof dat de realiteit waarover Michael hier spreekt, verklaart waar velen in de wereld van de PDS zich bevinden.) Vasthouden aan overtuigingen als 'stotteren is geen psychologisch fenomeen', het is een voorbeeld waar Korzybski zo voor waarschuwde - de identificatie van een persoon met een gedrag. Vasthouden aan dergelijke overtuigingen doet aan de mogelijkheid af om nieuwe ontdekkingen te doen op het gebied van cognitie rond blokkering.)

*"Maar als we het vergeten, identificeren we ons. We identificeren kaart en territorium. Wat ik denk dat echt is, is het laatste woord, is absoluut, staat buiten kijf, is onbetwistbaar, enz. En dit beschrijft de concrete denker, de absolutist, de expert die 'de antwoorden' predikt, de goeroe die blinde en onbetwistbare gehoorzaamheid eist, de fundamentalist in elk systeem (Christen, Moslim, Liberaal, Conservatief, Politiek, enz.)."*

*"Kaart' is al het spul binnenin; de manier waarop de buitenwereld je zintuigen en zintuig-receptoren (ogen, oren, huid, enz.) beïnvloedt. 'Kaart' is alle ideeën, overtuigingen, begrip, gevoelens, herinneringen, enz. die je binnenin over de buitenwereld creëert. We gaan niet direct met de wereld om, maar indirect. We communiceren met het elektromagnetische spectrum zoals gemedieerd door onze zintuigreceptoren, neuropaden, hersenschors, overtuigingen, geloofssystemen, enz. Territorium is de buitenwereld, alle ervaringen, woorden, gebeurtenissen en happenings 'daarbuiten'."*

*"De meesterlijke communicator weet dat al onze kaarten feilbaar zijn en dat het bij de hoogste ontwikkeling nog steeds onze beste gok is. Hij of zij weet ook dat de waarde van een kaart ligt in het nut ervan, omdat het ons navigatie-begeleiding kan bieden terwijl we ons door de wereld en ervaringen bewegen. Komt de kaart goed genoeg overeen, zodat we hem kunnen gebruiken om onze gedachten en handelingen te sturen? Zorgt het ervoor dat ik de ervaringen heb die ik wil hebben? Om de dingen te bereiken die ik wil bereiken?"*

*"Hoe goed erken je dat al je mentale kaarten over dingen alleen maar een kaart is? Hoeveel is dit jouw 'frame of mind'? Hoe snel ben je in het onderzoeken en stellen van vragen eerder dan in de 'godheid' modus te gaan van vertellen, eisen of advies geven? Hoe grondig is je erkenning dat je gevoelens functies zijn van je kaarten en niet van de wereld? Hoe intuïtief heb je dit onderscheid gemaakt, zodat je beseft dat welke emotie dan ook het verschil is tussen je kaart van de wereld en je ervaring in de wereld?"*

*"Dit zijn vragen die ons helpen te markeren waar we zijn in onze eigen ontwikkeling om het onderscheid te maken tussen de kaart/territorium en onszelf 'meta-staten' met dit als een*

*premise om door de wereld te bewegen, zodat het ons weten (intuïtie) wordt terwijl we communiceren.”*

**Wat betekent dit voor de PDS? Dit betekent dat:**

**De PDS die groeien in de vrijheid om zichzelf verbaal te uiten, erkennen de waarde van het opnieuw creëren van hun kaart (perceptie) die, voor zover symbolisch mogelijk, het huidige moment nauwkeurig in kaart brengt.**

We zijn een 'symbolische klasse van leven'. We doen dat met onze mentale films en woorden die als "symbolen" fungeren vanuit onze ervaring van onze wereld via onze vijf zintuigen. Maar dit zijn slechts symbolen over onze wereld. Ze zijn niet de wereld. We komen in de problemen wanneer we de twee verwarren en onze 'symbolen' bestempelen als 'echt'. We creëren ook problemen voor onszelf als we denken dat ze een volledig nauwkeurige kaart van onze wereld zijn. Wanneer we bewust of onbewust opereren vanuit de 'frames of mind' die we in de kindertijd hebben geleerd, werken we zeker niet vanuit een kaart die zelfs maar in de buurt komt van het nauwkeurig in kaart brengen van de volwassen wereld waarin we nu leven. Dit is de oorzaak van de meeste problemen, zo niet allemaal. Het is zeer zeker de hoofdoorzaak van veel PDS die in hun volwassen wereld opereren vanuit hun blokkeerstrategie in plaats van hun volwassen vloeïendheidsstrategie. Onbewust leven de PDS in hun verleden, dat is meestal hun jeugd.

*Het is begrijpelijk dat sommige PDS dergelijke beweringen behoorlijk irritant vinden en velen verwerpen een dergelijke diagnose als niet geloofwaardig. Daarom, om mijn punt te begrijpen, herinner je de laatste keer dat je blokkeerde. Hoe voelde het? Voelde je je krachtig of machteloos? Hoe oud voelde je je toen je in die blokkade zat? Je huidige leeftijd of jonger, misschien zelfs veel jonger?*

**Degenen die hun denken veranderen door te erkennen dat hun kaart niet het territorium is, zullen het probleem van oorzaak-gevolg in hun leven wegnemen.**

Wat betekent dit? Het betekent dat het individu die dit begrijpt en accepteert dat zijn interne kaart/perceptie niet het territorium (de externe wereld) is en niet kan zijn, de dwaasheid stopt om te geloven dat andere mensen zijn geest beheersen zonder zijn toestemming. *Niemand kan je iets laten geloven of voelen wat jij niet gelooft of voelt.* Die 'andere' persoon van wie je bang bent dat hij je zal beoordelen als je blokkeert, heeft absoluut geen macht over jou zonder je toestemming.

In een recente correspondentie met Christine op de PDS E-lijst, verklaarde Christine:

*"Hoewel de 'kaart niet het territorium' is in semantische zin, ben ik geneigd te denken dat de kaart inderdaad ook het territorium beïnvloedt, zeker als het territorium ons hersen proces is. Verschillende gedachten zullen patronen creëren die uiteindelijk de chemie van de hersenen beïnvloeden en dus het territorium beïnvloeden. Het is een beetje zoals hoe de waarnemer het object zal beïnvloeden volgens de kwantumtheorie ...*

*"In zekere zin heeft het geen zin om te stotteren, ongeacht de situatie, tenzij stotteren het enige is wat we kunnen doen - en dat is het natuurlijk niet. Ook is de situatie nooit precies twee keer hetzelfde, maar toch stotteren we als er een gelijkenis is. Gelijkenis is hier het meest illusoire element (veel meer dan de oorspronkelijke kaart van het territorium), dus het is in veel opzichten de creatie van gelijkenis die we moeten veranderen. Gelijkenis is een kaart over een kaart en daarover zouden we per definitie de meeste macht moeten hebben om te veranderen."*

In een deel van mijn reactie op haar inzichtelijke post vertelde ik:

Het punt van Korzybski was dat de kaart en het territorium twee verschillende entiteiten zijn en niet hetzelfde kunnen zijn.

En ja, de een beïnvloedt de ander. We hebben echter veel controle over hoe de een de ander beïnvloedt.

De subtitel van Korzybski's boek *Science and Sanity* is "*An Introduction to Non-Aristotelian Systems and General Semantics*". Korzybski wilde de Oorzaak-Gevolg-ideologie onschadelijk maken die zo veel voorkomt in westerse culturen. Aristotelisch denken is 'oorzaak-gevolg'-denken. Niet-aristotelisch denken is het leven met het besef dat een groot deel van onze perceptuele kaarten door 'keuze' is en niet 'veroorzaakt' door het territorium of de wereld.

Kinderen denken in oorzaak-gevolg: 'Vader en moeder zijn gescheiden. Ik heb het veroorzaakt, want er is iets mis met mij.' Naarmate we volwassen worden, nemen we verantwoordelijkheid voor ons eigen denken en begrijpen we de denkfout van oorzaak-gevolg-denken.

We komen in de problemen wanneer we geloven dat alleen omdat er iets is gebeurd in ons gebied, we op een bepaalde manier moeten "reageren".

In de wereld van de geestelijke gezondheid is er een Diagnostisch Boek genaamd *de DSM IV: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. Dit boek verschaft alle huidige diagnoses voor psychische stoornissen. Wanneer een persoon wordt gediagnosticeerd als lijdend aan een sociale angststoornis (wat volgens mij een groot deel van de blokkering is) en die persoon zich vervolgens "identificeert" met die diagnose, dan is dat het oorzaak effect. "Ik heb een sociale angststoornis. Ik ben ziek." Die persoon heeft de diagnose van een 'proces' gesteld en heeft zich er vervolgens mee geïdentificeerd, en zo 'wordt' de persoon de stoornis. Het is dat soort kinderlijk denken dat Korzybski probeerde te stoppen. Hij noemde zo'n identificatie 'ongezond'.

Een ander voorbeeld zou zijn: "Ik ben opgegroeid in een disfunctioneel gezin en daarom ben ik disfunctioneel." Nog een: "Ik heb het humeur van mijn vader."

Zulk denken is oorzaak-gevolg-denken. Het nominaliseert uiteindelijk (of maakt een proces echt door het te labelen) gedragingen en identificeert zich ermee. Dit heeft de neiging om de persoon in het gedrag op te sluiten.

Alle gedragingen zijn het resultaat van de mentale verwerking van onze geest door middel van onze films en ons taalgebruik. Het is allemaal een proces. Het is niet in beton gegoten. Het kan worden gewijzigd. Omdat je als kind hebt leren blokkeren, betekent niet dat je de rest van je leven moet blokkeren.

Bedenk eens hoeveel 'niet blokkeren' je kijkt op de wereld waarin je leeft zou beïnvloeden. Korzybski zou zeggen dat de wereld of het gebied jouw blokkering niet veroorzaakt; je triggert je blokkering met onbewust leren. Het is niet bewust. Het kan een hele opgave zijn om te leren hoe je het niet moet doen, maar je kunt het wel. Jij bent de baas over je denken. Niemand anders bestuurt je bus. Je bestuurt je eigen bus.

**Ze erkennen dat de woorden en afbeeldingen in hun hoofd niet 'echt' zijn in de zin dat ze absoluut of onveranderlijk zijn. Ze zijn veranderlijk.**

Het zijn slechts 'symbolen' van de buitenwereld. We hebben instrumenten die de zenuwcellen en de neuro-transmitters detecteren waarmee de ene zenuwcel kan communiceren met een andere zenuwcel. Kan neurowetenschap echter de hersenen binnengaan en een beeld, een geluid, een gevoel of een woord vinden/meten? Nee, het zijn 'abstracties' van de geest. Onze conceptuele staten worden gegenereerd op het moment van denken en dan verdwijnen ze totdat we de gedachte opnieuw denken. *Omdat de afbeeldingen en woordbetekenissen in ons hoofd niet 'echt' zijn in de zin dat ze concreet zijn, hebben ze alleen de realiteit die we ze geven.* In het besef dat de "kaart" niet het "territorium" is, zal de PDS weten dat die angstaanjagende mentale films hen niet kunnen schaden zonder hun toestemming.

### **Wanneer blokkeren en wanneer niet blokkeren**

Dit maakt duidelijk wat er gebeurt wanneer het brein weet dat het niet moet blokkeren en wanneer het brein blokkeert. Want wanneer de PDS zich in een context bevindt die niet bedreigend is om zich verbaal te uiten, zijn de mentale films en de taalstructuren er niet omdat ze de neurale netwerken die de films en de taalstructuren creëren niet hebben geactiveerd. Nu zijn de neurale netwerken er wel, maar worden niet geactiveerd, dus de films en de taal van het stotteren zijn niet aanwezig - de PDS spreekt nu vloeiend zonder dat die oude films uit het verleden zoveel angst en bezorgdheid creëren die blokkering veroorzaken.

Aan de andere kant, wanneer de PDS zich in een context bevindt die het uiten van zichzelf bedreigt zodat het neurale netwerk van het blokkeren wordt geactiveerd zijn er de films en de taalstructuren die dienen om de blokkering op zijn plaats te houden. In de meeste gevallen waarin dit gebeurt, stopt de PDS mentaal een vindingrijke volwassene te zijn en associëren ze zich met jeugdherinneringen die teweeg worden gebracht vanuit de mentale films en de taalstructuur van toen ze een kind waren. Onbewust wordt de PDS een kind met de mentale kaarten van een kind. Die oude beelden om voor de gek gehouden te worden door leeftijdsgenoten; die oude beelden van blokkeren voor de klas; die oude beelden van het horen van vader die zegt: "spuug het eruit kind, spuug het uit", worden plotseling echt en de persoon "blokkeert" zijn 'persoonlijk delen', want het is te bedreigend om zichzelf te uiten.

Het is werkelijk waar: "De kaart 'is niet het territorium'".

[www.masteringstuttering.com](http://www.masteringstuttering.com)

*Categories: The dilemma solved*

*Vertaald door Inge van der Reijden*