

## Percezione della realtà

L'uomo è un sistema chiuso, limitato e soggettivo. Non può capire tutto ma deve farsi un'idea e per farsela deve usare le informazioni in base alla propria esperienza e conoscenza. Non è un caso che si trovi spesso a sbagliare. Quante volte abbiamo visto delle persone farsi un'idea di qualche altra persona che non coincideva con la realtà! Oppure, quante volte abbiamo capito male una situazione o un'azione fatta da qualcuno? Non a caso diciamo che "si arriva a conclusioni affrettate".

Il pregiudizio, infatti, non è altro che un'idea creata con poche informazioni ma presa per vera e conclusa senza voler sentire o vedere più altro. Poi, ad alterare le nostre percezioni ci vuole davvero poco, basta essere stanchi, stressati o essere controllati da emozioni forti. Ad esempio, quando uno si arrabbia, non è oggettivo e si dice che "non ragiona".

Quindi sbagliare è umano ma ci sono tre strade che possiamo prendere (sono generalizzate):

- 1) Credere alle nostre percezioni e non voler sentire niente da nessuno;
- 2) credere solo alle percezioni di tutti gli altri;
- 3) tenerci pronti a cambiare senza fidarci ciecamente né delle nostre percezioni, né di quelle degli altri, ma cercando di ottenere più informazioni possibile.

Inutile dire quanto sia da evitare la prima perché ci impedisce di cambiare e migliorare. E' caratterizzata da *un forte orgoglio e presunzione*. Finirà con l'interpretare tutto isolandosi dalla realtà per fidarsi solo di una propria immagine virtuale e distorta della realtà.

La seconda è l'eccesso opposto. Si pensa che tutti gli altri sanno meglio di noi e *noi non valiamo nulla* quindi diamo ascolto a tutti e diamo sempre ragione. Con questa mentalità si cambia subito idea ogni volta che uno ci dice una cosa diversa ed è molto frustrante. Questa però non è umiltà ma è considerare tutti gli altri come delle "divinità" da ascoltare ciecamente.

La terza strada, invece, è una via di mezzo ed è *quella che ci porterà più lontano*. Diffidando dalle percezioni umane, ma rimanendo aperti a capire sempre meglio ci porta a crescere. Ascolteremo quindi le correzioni che ci fanno gli altri, ma cercando di avere più informazioni da più fonti e persone prima di accettare o rifiutare. Chi percorre questa strada acquista una grande forza di volontà che però non ostacola il cambiamento (quindi non sviluppa la testardaggine).

Spesso nel Cristianesimo si sente parlare di inviti a "non indurire il proprio cuore", ma a volte questa non diventa altro che una frase polverosa e priva di significato. Se teniamo conto che il cuore era considerato dagli ebrei la sede dei pensieri, allora capiamo che "non indurire il tuo cuore" è un invito a "non fossilizzare la tua mente fidandoti ciecamente delle tue percezioni". In pratica è un invito a non prendere in modo particolare la prima strada che ho spiegato prima, quella basata sull'orgoglio e la presunzione.

Il motivo per questo invito della Bibbia è semplice: Come fa una persona a crescere senza voler cambiare? Non può perché la crescita implica un *cambiamento*. E' impossibile.

E' come immaginarsi che un bambino, con la crescita rimanga identico sia nel corpo che nella mente. Non è per niente cresciuto. Allora come si fa a cambiare? Per cambiare serve l'*umiltà*.

E cos'è l'*umiltà*? A molti vengono subito immagini di debolezza e sottomissione ai propri simili, oppure di persone che per non mostrare mai di essere capaci in qualcosa negano i loro talenti (magari quando ricevono un complimento) dicendo: "no, ma io non so fare nulla". E' questa l'*umiltà*? No.