

PRÉCISION SUR LA SIGNIFICATION DU TERME MÉTA

Selon un post de Bob Bodenhamer (8 août 2012)

Traduit par Richard Parent

il s'agit de précisions de Bob Bodenhamer en réponse à un courriel d'un membre de son forum de discussions. Cela nous aidera à mieux comprendre ce que veut dire le terme Méta employé en PNL/NS. RP

«Vous nous avez donné un bon exemple de la façon dont nous, homo sapiens, pouvons « sortir » (step outside) d'une pensée et/ou d'une série de pensées que nous n'aimons pas pour nous « placer » en état «d'observation.» Dès que vous accédez à la position «d'observateur», je prends pour acquis que vous avez accès à des ressources personnelles, *i.e.* à l'analyse critique, en **utilisant** la pensée rationnelle, etc. qui vous permettront de **reprogrammer** vos vieilles croyances inutiles en les remplaçant par des croyances qui vous seront bien plus favorables, à moins que vous ayez simplement «supprimé» vos vieilles croyances.

Et pour ceux d'entre vous qui lisent le matériel discuté sur le site web ou mon livre¹, lorsque vous lisez que quelqu'un « se place en méta position » (going meta), cela signifie la même chose que « sortir » (stepping outside) d'une pensée pour en accéder une autre. Le mot grec **Meta** signifie « **au dessus** » ou au-delà. J'en ai déjà parlé sur le forum auparavant.

Amis lecteurs, vous rappelez-vous ce qu'Einstein a dit ? « On ne peut résoudre un problème en restant au même niveau que celui auquel il fut créé. » Il voulait dire exactement la même chose que Ruth (Mead) lorsqu'elle quitta sa « mentalité par défaut de bégaiement » pour se placer en état « d'observation. » Elle était alors en position méta ou par-dessus ou au-delà de cette « mentalité par défaut de bégaiement » pour pouvoir se placer en état « d'observation. » Ce que fit Ruth c'est ce « que » vous faites lorsque vous réfléchissez « autrement/selon une toute autre perspective » (out of the box).

Linguistiquement parlant, lorsque vous passez d'une première pensée à une seconde au sujet de la première, alors la seconde pensée se trouve « à l'extérieur » et « au-dessus » de la première pensée ; et puisque cette seconde pensée est « au-dessus » de la première, elle **contrôle** cette dernière. Tout comme l'adjectif d'un mot modifie (change) la signification de ce mot puisqu'il est **au sujet** de ce mot, il en est de même avec la couche mentale d'une seconde pensée-ressource (Observation) car elle modifie et change la signification de la première pensée de « mentalité par défaut de bégaiement. »

En espérant que cela nous aide à mieux saisir les subtilités de cette discipline.
Traduction de Richard Parent, août 2012.

¹Le site de Bob est à l'adresse suivante : <http://health.groups.yahoo.com/group/neurosemanticsofstuttering>. Son livre est disponible sur Amazon : <http://www.amazon.com/Have-Voice-How-Stop-Stuttering/dp/1845907272>.