

Sirio

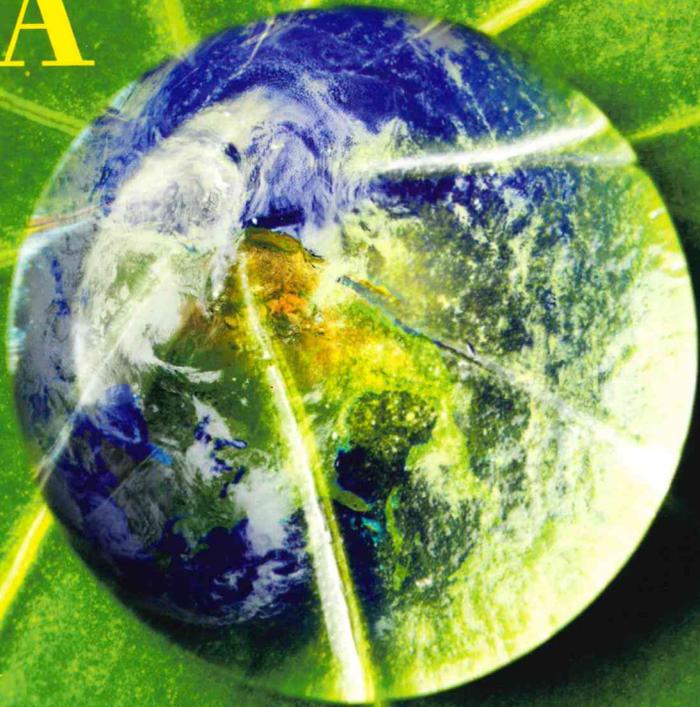
GIUGNO 2014 - PERIODICO MENSILE - N. 374 - EURO 2,50

**Mondiali
di Calcio**

LE STELLE DI
BRASILE 2014

PIOGGIA DIVINA

*l'enfasi dei pianeti
e i segni d'Acqua*



AUGURI GEMELLI

LA MEDITAZIONE
TRASCENDENTALE
SECONDO
DAVID LYNCH

MENTALISMO

**Le tecniche per imparare
a leggere la mente**

SSN 1124-7290



LA SCUOLA DI ASTROLOGIA DI CARLA PRETTO **GLI ASPETTI TRA LUNA E GIOVE**

MENTALISMO

IMPARIAMO A LEGGERE LA MENTE

Come decifrare la psiche umana avvalendosi di tecniche di comunicazione e persuasione che danno l'impressione che chi le utilizza possieda doti soprannaturali. Le potenzialità e le lacune del nostro intelletto che permettono di divertire, comprendere e manipolare.

di Anna Maria Morsucci



Poteri soprannaturali o illusione?

È quello che spesso capita di domandarsi quando una persona che non ci conosce indovina qualcosa che stavamo pensando o ha informazioni molto riservate su di noi e sul nostro passato. Possiede doti di soprannaturali o è soltanto qualcuno molto bravo a cogliere i nostri segnali? Se pochi sono quelli che possiedono il dono della veggenza, molti invece possono diventare mentalisti, ovvero persone che usano strategie che danno l'illusione di poter leggere la mente. I mentalisti sembrano esercitare telepatia, chiaroveggenza, divinazione, precognizione, psicocinesi, medianità, controllo mentale, ipnosi e memoria prodigiosa. E per fare tutto questo hanno sviluppato grandi abilità intuitive, conoscono molto bene la psiche umana, padroneggiano le tecniche di comunicazione e sanno sfruttare le potenzialità e le lacune della mente.

CHE COSA È

Pur essendo difficile da spiegare in maniera completa ed esaustiva, possiamo definire il mentalismo una forma d'arte che mette insieme tre conoscenze fondamentali: illusionismo, psicologia e comunicazione. Le tecniche illusionistiche servono a volte per rafforzare l'effetto, ma poi sono necessarie conoscenze psicologiche e di comunicazione per far in modo che l'effetto si trasformi in un'esperienza unica e irripetibile per chi si trova a sperimentarlo. Se ben padroneggiate, queste tecniche possono portare a credere che il mentalista possieda doti soprannaturali. Ma mentalismo non significa soltanto intrattenere le persone sorprendendole con capacità straordinarie: se utilizzate in modo etico e appropriato, le tecniche del mentalismo permettono di cogliere aspetti della vita delle altre persone che normalmente ci sfuggono.

LA STORIA

Il mentalismo affonda le sue radici in due mondi molto differenti: da una parte in quelli che vengono definiti fenomeni paranormali dall'altra nella prestigiazione e nelle tecniche di comunicazione. Tra i personaggi noti in tutto il mondo perché dotati di poteri paranormali Gustavo Rol, il più importante sensitivo del 20esimo secolo, e Uri Geller divenuto famoso per la sua abilità di piegare il metallo. All'estremo opposto troviamo il mago Silvan e David Copperfield che dichiarano apertamente di usare tecniche di illusionismo. A metà tra

oloro che affermano di possedere poteri paranormali e chi dice apertamente di non averle si collocano al pari di personaggi che affermano di poter ottenere questi effetti attraverso tecniche psicologiche come la Programmazione Neuro Linguistica (PNL). Ideata negli anni Settanta da Richard Bandler e John Grinde, la PNL studia il rapporto tra linguaggio, fisiologia e pensiero. Si è diffusa so-

prattutto grazie alla formazione manageriale e per lo sviluppo di tecniche di vendita. La capacità di inviare messaggi subliminali per suggerire la risposta desiderata, i segnali oculari d'accesso per "leggere" il pensiero sono "trucchi" che la PNL condivide con il mentalismo così come la manipolazione delle volontà e la capacità di saper interpretare il linguaggio del corpo.

IL SUCCESSO IN TV

L'attuale diffusione del mentalismo ha preso avvio grazie a due serie televisive statunitensi che hanno riscosso grande successo, "Lie to Me" e "The Mentalist". Nella prima il professor Cal Lightman (interpretato da Tim Roth) attraverso il linguaggio non verbale e la lettura delle espressioni del viso riesce a capire se la persona che ha di fronte sta mentendo oppure no. Nella seconda Patrick Jane (interpretato da Simon Baker) utilizza un mix di tecniche psicologiche, osservazione, ipnosi e illusionismo per coadiuvare le indagini della Polizia e arrivare all'assassino della sua famiglia.

Oggi uno dei mentalisti più famosi al mondo è Derren Brown, conosciuto per le sue apparizioni in special televisivi, produzioni teatrali e serie televisive inglesi come "Trick of the Mind". Anche se le sue performance di lettura della mente possono sembrare il risultato di poteri paranormali, Brown afferma di non avere tali abilità e spesso denuncia coloro che dicono di possederle. Nel suo libro "I trucchi della mente" rivela i segreti che stanno dietro la sua abilità, analizza le tecniche predittive e insegna a memorizzare sequenze di numeri, calibrare il linguaggio e capire quando una persona sta mentendo.

Possiamo definire il mentalismo una forma d'arte che mette insieme tre conoscenze fondamentali: illusionismo, psicologia e comunicazione



LA MENTE... MENTE

Siamo sicuri di percepire la realtà in modo oggettivo e di ricordare gli eventi e le situazioni che ci accadono senza distorsioni? La nostra mente seleziona le informazioni che ritiene importanti eliminando tutte le altre e certi aspetti non è proprio in grado di coglierli. Basti pensare alle molte volte che abbiamo sentito la ricostruzione di avvenimenti da persone differenti: ognuno ha dato la propria visione dei fatti enfatizzando alcuni aspetti e non vedendo nemmeno altri. A tal proposito i ricercatori Christopher Chambris e Daniel Simons hanno pubblicato uno studio che è diventato famosissimo nel quale hanno dimostrato come la mente seleziona certe informazioni che ritiene importanti eliminando tutte le altre. I due ricercatori hanno fatto vedere a un gruppo di studenti un filmato in cui due squadre formate da quattro persone si passavano un pallone da basket. Una squadra era vestita di nero e l'altra di bianco. Gli studenti dovevano contare quanti passaggi realizzavano i giocatori della seconda squadra; malgrado le loro risposte alla domanda fossero abbastanza precise, la maggior parte di loro non si era accorta che a metà filmato entrava un attore travestito da gorilla. Qualcosa di simile capita quando andiamo in macchina, mentre guidiamo tagliamo fuori dalla percezione tantissimi dettagli sull'ambiente che ci circonda. Ci sono poi anche delle percezioni della realtà che vengono colte in modo alterato dal nostro cervello creando

Intervista

Max Vellucci svela i trucchi del mentalista

HA PARTECIPATO A DIVERSE TRASMISSIONI TELEVISIVE E ATTUALMENTE STA GIRANDO L'ITALIA CON CONFERENZE E SPETTACOLI DI MENTALISMO

Max Vellucci è un "mind performer", ovvero un intrattenitore della mente. Esperto di comunicazione, formazione e mentalismo, si interessa da molti anni dei processi illusori della mente umana. Ha studiato psicologia, illusionismo, ipnosi ed è diventato quello che nei paesi anglosassoni viene definito uno "psychic entertainer". Ha iniziato una decina di anni fa ispirandosi a Derren Brown e attualmente sta girando l'Italia con conferenze e spettacoli nei quali usa un mix di tecniche teatrali e di manipolazione dell'attenzione e della percezione. Come mentalista ha partecipato a programmi televisivi tra cui "Porta a Porta" (Rai Uno), "Cominciamo Bene", "Geo & Geo" (Rai Tre). Recentemente ha anche realizzato un videocorso (edito da Mylife) in cui insegna a diventare mentalisti.

elle illusioni ottiche come per esempio a forma di alcuni oggetti o i colori. Questi vengono interpretati dal nostro cervello sulla base del contesto in cui vediamo. Insomma, la visione "oggettiva" non esiste. Provate a chiudere gli occhi e a descrivere mentalmente l'ambiente che avete intorno, quindi ripetete e annotate i particolari che erano sfuggiti alla vostra attenzione. A volte sfuggono cose molto evidenti. Ripetete l'esperimento osservando nuovamente l'ambiente e vedete quanti più dettagli riuscirete a cogliere. Questo esercizio, se ripetuto costantemente, può aiutare a migliorare la capacità di osservazione. Passiamo ora ai suoni. Chiudete gli occhi e concentratevi sui rumori che vi circondano. Man mano che vi esercitate vi accorgete di percepire dettagli ed elementi che prima avevano parte del rumore di fondo.

LE TECNICHE PSICOLOGICHE

Il mentalista sfrutta la conoscenza dei processi mentali spesso molto prevedibili e manipolabili per creare illusioni. Provate a pensare a un colore, il primo che vi viene in mente. Con grande probabilità sarà rosso o blu. Ora immaginate un numero a due cifre, da 0 a 50; deve essere dispari e avere le due cifre differenti. Avete pensato al 37? In questo non c'è nessuna magia. Sebbene abbiate avuto la percezione di scegliere tra 50 possibili numeri, dopo la limitazione (un numero dispari a due cifre e con numeri diversi) le possibili scelte si sono ridotte a 18. Per un processo logico di selezione, la maggior parte delle persone sceglierà un numero la cui prima cifra è il 3 e una buona percentuale vorrà il 7 come seconda cifra. Ovvio che conoscere queste tecniche non fun-

ziona sempre ma la probabilità di riuscita aumenta facendo pressione psicologica nel chiedere la risposta all'interlocutore. Meno tempo di pensare gli diamo più grande è la possibilità che ricada in risposte standard.

LA COMUNICAZIONE E IL SESTO SENSO

Con le parole possiamo emozionare, suggestionare, cambiare le cognizioni delle nostre esperienze. Un esempio eclatante è l'effetto placebo che avviene per i farmaci. Una tecnica molto usata dal mentalista è il "linguaggio abilmente vado e ambiguo". Si tratta di fare delle affermazioni che possono avere diversi significati possibili e la cui interpretazione può essere modificata in base alle nostre esigenze facendo in modo che la persona creda di scegliere quanto il mentalista aveva pre-

L'oroscopo di Max

Max Vellucci è nato a Roma il 29 marzo 1974 alle ore 5:20. Ariete, Ascendente Pesci, Mercurio e Giove nel segno, Venere in Aquario, tutti in 12esima casa. Le forti valenze pescine fanno pensare che, al di là delle tecniche, Max abbia un'ottima capacità intuitiva e medianica. Il Sole in prima casa opposto a Plutone rafforzano il magnetismo e la capacità di stare sulla scena. La Luna in Gemelli congiunta a Marte in terza casa rafforzano le doti di comunicazione e di persuasione.

Chi è un mentalista?

È un professionista che conosce molto bene la psiche umana, le sue capacità nascoste e riesce a manipolarle. Se in passato poteva essere assimilato a chi diceva di possedere poteri paranormali oggi è invece un professionista che dichiara di usare una serie di tecniche psicologiche e comunicative, anche se continua a mantenere intorno a sé un'aura di mistero sulle reali tecniche utilizzate.

Che cosa insegni nei tuoi seminari e corsi?

Svelo i segreti della percezione e della suggestione mentale, i principi delle illusioni percettive e della comunicazione persuasiva per aiutare a capire meglio come percepiamo e ricordiamo la realtà che ci circonda. I partecipanti hanno anche la possibilità di sperimentare le tecniche attraverso esperienze dirette che divertono e stupiscono allo stesso tempo.

A che serve suggestionare la mente umana?

Le tecniche usate possono essere utili a tutti. Il mentalista può far credere di conoscere informazioni segrete e può condizionare e il comportamento di una persona. I principi usati possono servire anche nella vita perché aiutano a sviluppare le capacità di gestire le situazioni e di comunicare con gli altri in modo efficace e persuasivo. Aiutano anche ad affinare l'attenzione sui particolari permettendo di cogliere dalle sfumature molte informazioni sulla persona decisamente superiori di quante normalmente riusciamo a vedere.

Sirio è una rivista di Astrologia e affronta temi legati al paranormale. Credi che alcune persone abbiano queste capacità?

Mi piacerebbe tanto crederlo. Al momento non ne ho conosciuta nessuna. Il mio approccio a questi fenomeni è "scientifico". Credo che a grandi affermazioni debbano necessariamente corrispondere prove altrettanto grandi. Grazie ai miei studi e al mio lavoro so benissimo come si può suggestionare la mente umana e sono quindi più portato a pensare alle tecniche psicologiche, suggestive e comunicative che si possono utilizzare in questi ambiti piuttosto che a credere che si tratti di un fenomeno paranormale. Malgrado questo mi incuriosisce conoscere il mio tema di nascita.



visto. Oltre alla capacità comunicativa sono fondamentali anche spiccate doti di percezione e sensibilità: il mentalista deve possedere quello che potremmo definire "sesto steso", ovvero essere in grado di cogliere anche i minimi segnali nell'altra persona, che sia un movimento del viso, il battito delle ciglia o i lievissimi movimenti del suo corpo. Derren Brown per esempio racconta che riuscì a indovinare quale fosse l'affermazione falsa tra venti che una ragazza aveva pronunciato perché solo una volta aveva tenuto fissi gli occhi.

LE DOTI DI MEMORIA

Tra le capacità che deve avere c'è anche quella mnemonica. In questo caso gli vengono in aiuto una serie di tecniche come questa. Fatevi dire 20 parole una diversa dall'altra e provate a memorizzarle. Non sarà facile. Provate a ripetere l'esperimento associando a ogni parola un'immagine e creando una specie di film che leghi tutte le immagini. Sarà molto più facile ricordarle tutte. Questa è solo una delle tante tecniche di memoria che il mentalista utilizza. Per esempio, una che può essere utile anche a chi non fa il mentalista ma ha problemi nel ricordare i nomi delle persone, è associare a ogni persona che vi si presenta un'immagine esagerata e bizzarra legata al nome. Se una persona si chiama Angelo, per esempio, immaginatelo con grandi ali, se si chiama Giovanna immaginatela come se fosse il pianeta Giove. Più le immagini saranno fantasiose più sarà facile ricordare il loro nome.

Siamo tutti mentalisti

Un buon modo per capire le persone e quindi indovinare delle cose su di loro è realizzare quello che viene chiamato "esame sistemico". Prendete carta e penna e annotate tutte le cose che riuscite a osservare su una persona: il suo aspetto fisico, i suoi movimenti, la postura, come parla e quali sono le sue espressioni più comuni. Annotate poi come si veste, i colori che usa e lo stile. Guardate ogni dettaglio, anche quello che vi sembra insignificante.

LE "CAPACITÀ PREDITTIVE"

Come fa a descrivere perfettamente la personalità di chi gli è di fronte? Come riesce ad avere informazioni molto personali? Il mentalista valuterà abbigliamento, inflessione della voce, movimenti del viso e del corpo, vocabolario, corporatura. Tutto sarà utile per inquadrare la persona che ha di fronte. Nel fare affermazioni partirà dal generico e procederà verso lo specifico studiando le reazioni dell'interlocutore (impercettibili movimenti del corpo o della testa, battito di ciglia). Basterà chiedere ed ascoltare le risposte per focalizzare l'attenzione su un argomento specifico. In realtà il mentalista non sta dicendo nulla di divinatorio. Si limita a fare affermazioni generiche che la persona rielabora e attribuisce a se stessa. Il gioco funziona ancora meglio se solletica la vanità della persona perché la incentiva a forzare il proprio pensiero per adeguarsi alla lettura. Ad esempio potremmo leggere e voler credere a chi ci dice "che sappiamo essere sensibili senza diventare vulnerabili, siamo capaci di grande determinazione e risolutezza. Avremo fortuna solo se saprete usare le vostre qualità".

Si tratta di affermazioni vaghe, contraddittorie, che descrivono tendenze opposte e che ognuno può adeguare a sé. Mentre il mentalista fa queste generiche osservazioni guarda con grande attenzione le espressioni e la postura della persona che spesso senza volerlo dà evidenti segnali sulla correttezza o meno di quello che gli viene detto.

Queste tecniche sono talmente potenti che spesso possono essere usate da chiunque anche in maniera inconscia.

Il tipo di oggetti che indossa: anelli, orologi, collane. Notate se ha tatuaggi o segni particolari. Quando avete annotato tutte le informazioni possibili provate a interpretarle per vedere se le vostre intuizioni corrispondono alla realtà. Qual è il suo lavoro? Quanti anni ha? Che tipo di personalità può avere? Una volta fatto chiedete un feedback alla persona. Sarete sorpresi di vedere quanto siete andati vicini al vero.