

Les métaphores permettent de comprendre.

« L'essence d'une métaphore est qu'elle permet de comprendre quelque chose (et d'en faire l'expérience) en termes de quelque chose d'autre. » ¹

Les métaphores sont dotées d'indicateurs permettant de les repérer.

Ces indicateurs pourrions désigner : .

- À travers quel sens (visuel, auditif, kinesthésique, gustatif, olfactif) a été faite l'expérience dont parle la personne (les prédicats en PNL)
- L'organisation hiérarchique des valeurs
- L'orientation spatiale et temporelle.
- Les limites et libertés qu'elle observe dans le monde.
- Le type de relation qu'elle établit avec le monde.
- Les paradigmes qui dirigent son modèles du monde.
- La présence de l'utilisation de la faculté analogique pour concevoir les abstractions.

Ce qui laisse évidemment des signes métaphoriques dans le langage par des réalisations linguistiques repérables.

Dés qu'une expérience ne peut être faite directement par nos cinq sens, notre cerveau utilise ses facultés d'analogie, pour en concevoir une représentation, et illustrer les propriétés de l'abstraction.

- Les propriétés du domaine physique qui est à la source de l'analogie éclaire sur le sens profond de l'abstraction.
- Pour définir avec précision ses abstractions la personne utilise des parties de domaine physique pour leurs propriétés respectives différentes.

Une personne pratiquant l'analyse de la forme de ces productions linguistiques, peut comprendre le sens et les implications des abstractions.

En développement personnel, la quasi-totalité des termes utilisés sont des concepts abstraits.

En développement personnel, l'observation et la compréhension de la forme des métaphores utilisées permettent (à soi-même ou) à un groupe de paires de fournir un **feed-back** à propos de ces abstractions, **dénué de jugements** de valeur, ou de critiques sur le contenu.

Car elles décrivent soit des schématisations mentales (images-schémas et concept émergents) (« Voici comment tu construis ta pensée ») soit des représentations mentales (métaphores conceptuelles) (« Voici les règles que tu utilise pour vivre dans le monde »).

«Se comprendre soi-même c'est pour grande part, rechercher les métaphores personnelles appropriées qui donnent sens à notre vie, ce qui suppose une négociation et une re négociation incessante, avec nous même, de la signification de nos expériences. »
« Comprendre la pensée de quelqu'un, c'est revenir à la représentation sensorielle qui lui a permis de conceptualiser sa pensée. »

1 Les métaphores dans la vie quotidienne. Page 245