

MEDIMENTO XI

El Poder de las Palabras

El feto demora apenas unas semanas en quedar por completo conformado, tanto en sus partes externas como en sus órganos y constitución interna. A partir de entonces sólo le quedará crecer dentro del útero de la madre, flotando en el líquido amniótico hasta poder ver la luz luego de nueve meses y comenzar su vida independiente.

Cada una de las células del futuro bebé posee códigos de información que determinan ya desde entonces cuáles serán sus características hasta el último de los detalles. Pero esto no solo es así respecto de sus atribuciones físicas, como color de cabello, ojos, piel, estatura, etc., sino también en relación a todas las diferentes funciones que irán desarrollándose a medida que el niño crece. Así es como quedará registrada en dichos códigos, una época en que comenzará a gatear (no imprescindible), otra en que se lanzará a caminar; habrá determinada una etapa en que el niño intentará tocar todo (del tacto), y así sucesivamente irán apareciendo otras tantas más y colaborando en la completa evolución y desarrollo del niño como individuo.

En determinado momento el niño empezará a desarrollar el habla por medio del lanzamiento de palabras sueltas y en general mal pronunciadas, producto de la imitación que hará de sus mayores, y que él mismo comenzará a conectar a imágenes visuales.

Todos poseemos en nuestro cerebro, entre otras, una pequeña zona de ubicación específica, denominada "*centro del habla*", la cual, si por cualquier motivo se encontrase dañada, nos restaría capacidad al hablar y expresarnos, pudiendo incluso llegar a dejarnos mudos según fuese la gravedad de la lesión. Dicho centro se encuentra relacionado a las funciones auditivas (es por ello que el niño que nace completamente sordo también será mudo debido a que no puede escuchar voces y sonidos que le permitan desarrollar el habla). Hoy día, el sordomudo de nacimiento, a través de los años, logra hablar aunque con ciertas limitaciones, merced a técnicas especiales de aprendizaje que le permiten al individuo utilizar en gran parte sus capacidades vocales no perdidas. El "*centro del habla*" también está relacionado con la zona de la garganta que posee funciones fonéticas y centralizada en las cuerdas vocales, como así también, con las funciones motoras de la lengua, el paladar, los maxilares, la musculatura facial requerida para el habla, y la interacción entre todas ellas. Ello representa una sofisticada maquinaria cuyo motor comienza a funcionar merced a la conexión de nuestro cerebro con otra que reviste aún hoy, el mayor de los misterios de la conformación humana: *la mente*, el mecanismo abstracto más poderoso que posee el hombre, a pesar de las limitaciones que debe enfrentar en sus posibilidades de uso.

Si mencionamos la palabra: "*caballo*", de inmediato se nos representará en nuestra mente la imagen del animal. Es posible también, que si hemos vivido en el pasado alguna experiencia afectiva, traumática o de algún significado especial para nosotros en relación con los equinos, aparezcan los recuerdos en nuestra mente, merced a lo que llamamos "*centro de la memoria*", y estos provoquen en nosotros nuevamente, el mismo estado de ánimo experimentado en aquel momento. Todo, debido al solo hecho de haber escuchado o pronunciado el vocablo. Si lo mismo ocurriera respecto de la palabra: "*madre*", evocaríamos con nuestra mente y sin ni siquiera intentarlo,

escenas y recuerdos de significación, los que, del mismo modo que en el caso anterior, continuarían conectados a los estados anímicos que una vez los acompañaron. Es también probable que al escuchar la mención de la palabra: "*serpiente*", reproduzcamos de inmediato un antiguo temor a aquel reptil o lo que éste representa, debiendo experimentar las mismas sensaciones vividas en algún momento de nuestro pasado. Todo ello estará relacionado y dependerá en forma personal, de cada individuo. Es decir, usted lector, podrá decir: "*ninguno de aquellos tres vocablos producen nada en mí*"; y esto será totalmente válido para usted, pues estará relacionado a su propia historia. En su caso, habrá otros tantos vocablos y expresiones que sí traerán imágenes, recuerdos y estados de ánimo a su mente. Podemos apreciar entonces, que por algún mecanismo cuyo aprendizaje y comprensión nos está vedado, colocando un vacío científico a la hora de avanzar en el conocimiento de nuestra propia existencia, **las palabras**, las que nosotros mismos pronunciamos, **poseen poder**. Éste es un poder inmenso, no otorgado por nosotros sino por la **Mente Cósmica** en su contacto y comunicación con la nuestra. Pero de todo el amplio espectro de misterio que rodea el tema, existe una parte a cuyo conocimiento tendremos acceso prestando atención a su explicación:

Sabemos ya que nuestras sensaciones y sentimientos, sean buenos o malos, nos traigan sufrimiento o placer, no se generan en las situaciones surgidas en la realidad exterior, sino que son el resultado de los pensamientos que nuestra mente produce a raíz de la vivencia o conocimiento de tales situaciones.

Es decir, que si un ser amado fallece, la tristeza y angustia que sentimos no se debe a su muerte, sino a los pensamientos sobre su falta (no lo volveremos a ver), el recuerdo de momentos vividos; que nuestra mente nos evocará debido al hecho acontecido. Hemos adquirido finalmente la casa de nuestros sueños. La inmensa felicidad que sentimos no se debe al hecho concreto de ser dueños de aquella casa. Nuestra mente, sin que nosotros podamos percibirlo, deambulará trayéndonos imágenes y pensamientos relacionados a nuestro nuevo "*status*", el inmenso disfrute del nuevo hogar con familiares y amigos. Son todos aquellos pensamientos sobre un prominente futuro de felicidad debido a la adquisición, los que provocarán el gran cambio en nuestro ánimo.

El hecho de que finalmente salimos de nuestra tristeza en el caso de la muerte del ser querido, como también desaparece nuestra felicidad luego de un tiempo de habitar la nueva casa, viene a testimoniar una vez más, que no son esos hechos externos los que producen nuestro cambio de ánimo sino nuestros pensamientos respecto de ellos al momento de producirse.

Otra prueba de lo dicho la constituye un ejemplo que ofrezco en el prólogo del libro: "***El Paraíso Escondido detrás de Nuestras Desgracias***". Allí digo: "*Dos hermanos pierden a su padre en un trágico accidente. El hijo que lo amaba lo llorará mientras que el que lo odiaba festejará su muerte*".

Si el acontecimiento exterior que ha tomado lugar en nuestra realidad fuese el causante de nuestro estado anímico, ambos hijos sentirían lo mismo. Lo que aquí ocurre es, que la diferente relación llevada por cada uno de los hijos con el padre produce en ellos pensamientos por completo opuestos, que son los que llevarán a uno de los hijos a sentir *tristeza* y al otro, *felicidad*.

De todo lo hasta aquí expuesto podemos apreciar que si el niño, desde que empieza a realizar asociaciones con su escaso y limitado lenguaje, que le permiten romper en un llanto de angustia al escuchar las palabras: "*viene el hombre de la bolsa*", sin que haya

nadie presente con él más que sus seres queridos, *el poder de las palabras* resulta un hecho irrefutable. Entonces podremos deducir que si logramos controlar nuestra mente de manera tal que podamos inducirnos a nosotros mismos a pensar lo que deseamos y no lo que ésta nos traiga, podremos provocarnos el estado anímico que queramos. Y aquí es cuando *las palabras* adquieren verdadera relevancia, puesto que ellas serán la herramienta y el vehículo más eficaz con el que contamos para crear las imágenes y pensamientos que deseamos.

Émile Coué, psicólogo y farmacólogo francés, introdujo un método conocido como el de la de curación y automejoría que se basa en los principios de la autohipnosis y la autosugestión conscientes. Repitiendo palabras uno puede condicionar su mente. Luego, cuando la mente se encuentra ya condicionada, será capaz de producir un comando autogenerado cuando la situación lo requiera. Su conocida frase que dio vuelta al mundo y cuyo texto es el siguiente: "Día tras día, en todos los aspectos, me va mejor y mejor", se basa en su sencillo pero original método de repetición de la fórmula.

Este método iniciado por Coué hace casi cien años y expandido hasta hoy por el mundo entero, resulta de un efecto sorprendente para resolver estados de angustia, depresión, ansiedad y similares "*dolores del alma*".

Yo, personalmente, lo he utilizado hace treinta años, luego de realizar algunos pequeños cambios en él, obteniendo resultados que hasta el día de hoy no dejan de sorprenderme:

Se debe crear un texto simple, corto y lo más representativo posible de la situación que se desea revertir (estado anímico). No debe aparecer en el texto la palabra: "no" y ninguna otra palabra negativa. Se debe utilizar una conjugación de verbos de la que se pueda claramente advertir que la situación deseada ya existe y su progreso va en aumento (por ejemplo: "me siento bien y cada vez mejor"). Nunca utilizar verbos en conjugación futura que expresen sólo un intento por lograr el objetivo (por ejemplo: "mañana me sentiré mejor"). Una vez obtenida la frase o el texto completo de creación propia y de acuerdo a las propias necesidades, deberá memorizarse y repetir para sus adentros, en voz baja o en voz alta, textualmente, sin cambiar nada de su contenido. Puede asimismo, efectuarse una grabación en forma repetida de dicho texto, grabado con la propia voz. El texto completo deberá ser escuchado (grabación) o repetido tantas veces como lo desee, en especial en los momentos en que aparece el estado anímico no deseado.

Si se ha confeccionado adecuadamente el contenido del texto, ajustándolo a los parámetros representativos de las necesidades de quien lo utilizará, con la propia voz del sujeto interesado y poniendo éste, toda la atención y concentración en el texto cada vez que lo escucha o repite, obtendrá sin duda alguna, un efecto inmediato. El alivio que asome al padecer, en un principio puede ceder rápidamente, volviendo a aparecer el tormento anímico. Será importante no desesperar. Reiniciando y repitiendo una y otra vez (en cada oportunidad que el malestar anímico aparezca) el contenido del texto, poniendo especial énfasis en la concentración de sus dichos, nos irá mostrando el distanciamiento cada vez más pronunciado entre los accesos de padecimiento anímico hasta su completa y total desaparición.

El poder de nuestras palabras es capaz de vencer cualquier estado anímico indeseable. Solo depende de cada uno de nosotros el tomar en nuestras manos la herramienta que poseemos y decidir ir al ataque sin que pueda asomar un atisbo de duda de que triunfaremos.

Rudy Spillman

<http://libroabiertorudyspillman.blogspot.com>

SE DEJA EXPRESA CONSTANCIA QUE LOS CONSEJOS SUMINISTRADOS EN ESTE ARTÍCULO ESTÁN DESTINADOS AL PÚBLICO EN GENERAL Y DE NINGUNA MANERA EN FORMA INDIVIDUAL. CADA LECTOR ES ÚNICO Y ABSOLUTO RESPONSABLE DE SU DECISIÓN DE SEGUIR LOS MISMOS LUEGO DE VERIFICAR SU PROPIA SITUACIÓN Y ESTADO DE SALUD Y LA PREVIA CONSULTA CON EL PROFESIONAL FACULTATIVO.

El presente artículo contiene exclusivamente material informativo no debiendo ser interpretado como reemplazante de asesoramiento profesional alguno. Su contenido no presupone recomendación de tratamiento médico o alternativo de ninguna especie.

<http://libroabiertorudyspillman.blogspot.com>

**Todos los libros, cuentos y trabajos
del autor poseen DESCARGA GRATUITA en:
www.lulu.com.es**

**Todos los derechos reservados.
Standard Copyright License© 2008**