

Autor: catholic.net

La Neurolingüística está de moda

Energía, Rosetas o centros de poder, proyección mental, vibración, aura, etc...



En algunos lugares la programación neurolingüística está de moda. Es presentada como un medio para reformular el propio modo de ver las cosas. Para abrir los ojos, el corazón, la mente, a nuevas perspectivas. Para afrontar la vida más allá de los límites de tensiones y prejuicios que se han incrustado con mayor o menor profundidad a lo largo de los años.

Daremos a conocer algunos aspectos importantes para después presentar la manera Católica de ver y vivir la propia realidad.

1. ¿Qué es propiamente la PNL?

La Programación Neurolingüística –pese a que su nombre supone algo complicado- es simplemente un sistema que analiza la forma en que el ser humano procesa la información que recibe y la experiencia adquirida para comunicarse mejor y alcanzar más fácilmente –y con éxito- las metas propuestas.

Esta técnica psicológica enseña a elaborar la información, reprogramando –a través de ejercicios- el lenguaje utilizado por el cerebro, codificando y decodificando esta información y experiencia.

2. Sus orígenes y teorías

Se remontan a 1972. Sus autores fueron el informático Richard Bandler y el psicólogo y lingüista John Grinder. Consideran que toda comunicación eficaz posee unas constantes, que definidas de forma sistemática, puede permitir ser aprendidas por quienes no las poseen.

Estos autores parten de dos conceptos , el primero es el término neuro que se refiere a nuestras percepciones sensoriales que determinan nuestro estado interior, tanto desde el punto de vista neurológico como en el subjetivo - el estado emocional del sujeto -. El segundo es el lingüístico se refiere a los medios de comunicación humana. Es la comunicación verbal y no verbal, que observamos en el comportamiento externo, que expresamos al comunicarnos. Y finalmente la palabra programación que quiere definir nuestra capacidad para producir y aplicar programas de comportamiento. Se refiere a nuestra organización mental - cómo

están organizadas nuestras categorías mentales, que con las cuales quieren interpretar el mundo que nos rodea.

Para esta teoría una percepción sensorial determina un estado interior que a su vez produce un comportamiento, que será percibido como un conjunto de informaciones sensoriales generadoras de un estado interior, y posteriormente de un comportamiento de respuesta por parte del sujeto.

Para la PNL el comportamiento exterior, estado interior, y organización interior están estrechamente vinculados entre sí. Por ello no se puede actuar sobre uno de ellos sin afectar a los otros dos. Estos tres elementos están determinados por las creencias y valores que el sujeto aplica según las circunstancias.

La PNL se basa en lo que llama sistemas de representación sensorial que son el sistema visual, el auditivo y el kinestésico - información que recibe nuestro cerebro de los movimientos del cuerpo - . Lo que diferenciará a cada sujeto es que unos usarán de forma predominante la visión para recoger información de su entorno, en detrimento de los otros dos canales,- auditivo y kinestésico - mientras que otros sujetos usarán de forma predominante el canal kinestésico a costa de los otros dos.

Algunos de los temas tratados en los cursos:

a) Eres energía

aprenderás a usar los rayos, la vida orgánica, a vivir en el presente, reconocer como piensa la mente y como actúa el espíritu, el karma y como remediarlo.

b) Auto-Curación Y Centros De energía

reconocer qué es una enfermedad, y a canalizar, armonizar, filtrar o quitar excesos de energía con los centros de poder, logrando así la curación de las personas que te rodean y de ti mismo.

c) Funcionamiento De La Mente

desarrollar los procesos de pensamiento para aprovechar un mayor porcentaje de nuestro cerebro.

d) Puertas Dimensionales

identificar cuantas dimensiones manejamos realmente, el sagrado cubo y su funcionamiento, y por ultimo, aprender a elevar nuestra energía a planos muy elevados de forma conciente y a nuestra voluntad.

Existe un vocabulario específico: Energía, Rosetas o centros de poder, proyección mental, vibración, aura, etc...

3. Lo que debe considerar un católico frente a este tipo técnicas psicológicas

- a) El concepto de persona humana
- b) La mente no es material, es espiritual y sin embargo puede ser estudiada, observada y conocida.
- c) Lo que se conoce de la mente: intelecto, la voluntad, la libertad, los sentimientos y las emociones
- d) Qué existe la posibilidad de la Formación de hábitos y virtudes
- e) Y que la cuestión de “programar” la vida es tarea propiamente de un buen aprendizaje y la enseñanza de que no se logra con un curso, es tarea de todos los días.
- f) Y lo más importante que este ser humano es muy amado por Dios y ha sido redimido por lo tanto tiene muchas más razones para vivir su vida de forma más positiva.

Manera como un católico procesa la información que recibe y la experiencia adquirida para comunicarse mejor y alcanzar más fácilmente –y con éxito- las metas propuestas.

Los ingredientes para esta “reprogramación” pueden ser mucho. Vamos a considerar ahora algunos de ellos.

1. El primero consiste en volver a apreciar la belleza, la alegría, la sorpresa de vivir.
2. El segundo ingrediente es sentir cuánto puedo controlar mis manos, mis pies, mis pensamientos.
3. El tercer ingrediente radica en el imprevisible juego de relaciones humanas

El primero consiste en volver a apreciar la belleza, la alegría, la sorpresa de vivir. Simplemente. Tú y yo existimos, estamos en el mundo. Algunos quizá se sienten oprimidos por su pasado. Otros no ven nada claro en el horizonte del futuro. Otros

sienten que el presente es una cadena tan fuerte que impide cualquier reacción, cualquier paso hacia una mejora.

En esas y en otras situaciones, basta con que abramos los ojos y repitamos, con sencillez, como un niño: hoy existo, participo en la vida, gozo del pensamiento, estoy abierto al amor (a dar, a recibir). Hoy, en el planeta tierra, convivo con jilgueros y con abejas, con lobos y con corderos, con el vecino de arriba (siempre con su música a todo volumen), y con ese familiar al que tanto debo y que, sin embargo, tal vez me resulta un poco antipático.

El segundo ingrediente es sentir cuánto puedo controlar mis manos, mis pies, mis pensamientos. En realidad, algunos no llegan a tener el control que quisieran de su cuerpo. Una enfermedad les ha limitado en la vista o en los pulmones, o les ha dejado una cojera entre simpática y confusa. Otros tienen serios problemas psicológicos, obsesiones y fijaciones que vuelven una y otra vez (un odio, una pulsión sexual, una amargura profunda, una depresión).

Algunos problemas deberán ser tratados por un experto (un médico, un psicólogo). Más allá de esos casos, todos tenemos pequeñas limitaciones, pero esas limitaciones no nos privan del tesoro de la libertad, de esa capacidad de dar un sentido, un rumbo, a la propia vida.

Desde las coordenadas que me aprisionan, mil vectores se abren ante mí. Puedo asumir un riesgo u optar por la fuga. Puedo pedir perdón o darlo a quien me lo pide. Puedo poner más esfuerzo en el trabajo o dedicarme a un crucigrama mientras no me ven los otros. Puedo amar al hijo o encerrarme otra vez en el cuarto para ver una película en la televisión.

No hace falta ir con un “reprogramador” para abrir los ojos ante tantos horizontes. Lo que sí hace falta es expandir el corazón para darme cuenta de tantos seres que me rodean y esperan un gesto de afecto y de cariño; de tantas plantas que pueden recibir agua de mis manos; de tantos gorriones que buscan ese pedazo de pan que puedo ofrecerles en mi ventana; de tantos enfermos a los que nadie visita y que rejuvenecen de alegría cuando alguien se sienta a su lado simplemente para escucharles un rato una tarde de domingo.

El tercer ingrediente radica en el imprevisible juego de relaciones humanas. Cada día, miles de existencias cambian radicalmente porque han empezado a amar, porque se han sentido amadas. Hoy es una chica deprimida que siente que su padre la ama mucho más de lo que ella se imaginaba. Mañana es un esposo que escucha de su esposa la noticia de un nuevo embarazo, la aventura de la llegada de ese nuevo hijo. Otro día será un obrero enfermo acostumbrado a odiar a sus capataces que se siente sorprendido al recibir la visita de aquel a quien odiaba, que siente que su jefe también tiene un corazón humano y ganas de hablar un rato juntos, como amigos.

Recibir y dar amor. Puedo mirar otra vez mi existencia y verla como un punto, una

posibilidad, de enriquecer a otros, de embellecer la vida de un anciano abandonado, de un niño huérfano, de un político que ha perdido su fama y que espera a alguno que no le señale con un dedo acusatorio. Salir a amar es algo infinitamente grande, es lo que más puede realizar a cualquier ser humano, por gris, oculta y triste que haya podido ser, hasta el día de hoy, su existencia.

El cuarto ingrediente va mucho más a fondo. Se trata de buscar respuesta a un enigma que ha rodeado a los hombres durante siglos: somos hijos de Dios o somos productos casuales de un proceso evolutivo. Necesito descubrir mi lugar en el universo, las fuerzas que han permitido mi existencia, el sentido profundo de mi energía interna.

Resolver este interrogante exige tomar en serio el problema de la vida. Analizar si no hay un Dios que mire al mundo, o abrir los ojos del alma para descubrir que soy parte de un magnífico proyecto de amor, de bien, de esperanza, y una parte muy querida, muy amada: que soy hijo de un Padre bueno.

Al buscar la respuesta, tal vez sea el momento para volver a tomar un Evangelio y descubrir, desde la voz de Cristo, que el Padre nos ama, que la muerte no es la última palabra, que poseer un mundo de riquezas no puede impedir la caducidad de lo terreno, ni opacar el brillo de la sonrisa de un niño que nos da las gracias por dedicarle un momento de descanso.

Muchos buscarán un nuevo horizonte, energías y paz en técnicas como las de la programación neurolingüística. Sin dinero, sin tanto tiempo, podrían descubrir ese tesoro interior, esa frescura del niño que todos escondemos, esa paz que nos da el escuchar la voz de Jesús que dice, simplemente: "Venir a mí todos los que estáis cansados y agobiados... Aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón... No te condeno: tus pecados están perdonados, vete en paz... Yo estaré con vosotros (contigo) hasta el fin del mundo...".