

In occasione della Pubblicazione del libro del dr. Paret “L’energia segreta della Mente” vi inviamo alcune considerazioni ed un semplice esercizio tratto da quest’opera che vi aiuterà nella calma interiore.

Parleremo ora del potere di particolari suoni e di come possono trasformare il vostro essere.



### ***Utilizzo dei suoni nell'ipnosi e nel linguaggio***

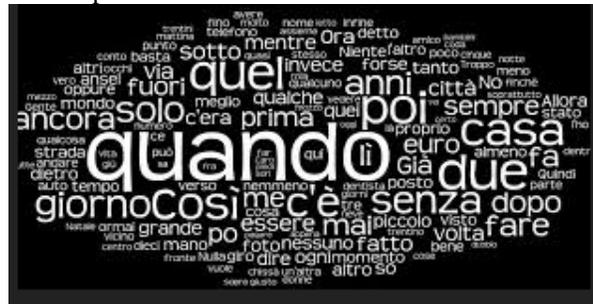
Nelle tecniche ipnotiche, si può legare un particolare stato mentale ad un particolare suono.

In altre parole il suono diventa simbolo per il particolare stato mentale. I suoni possono anche essere la chiave per creare reazioni postipnotiche.

In altre parole, sentendo un particolare suono la persona sarà portata a reagire in una particolare maniera.

In PNL, uno degli ancoraggi più forti è quello uditivo.

Del resto le parole sono già **ancore potenti che inducono il cambiamento.** Pensiamo al linguaggio ...



### **Un semplice esercizio**

Quando vivete uno stato emozionale, ripetete più volte una parola che vi sembra rappresentativa dello stato. Vedrete che se lo ripeterete più volte la semplice ripetizione potrà aiutarvi a recuperare lo stato. La parola sarà stata “caricata”. La pubblicità utilizza processi simili per legare un marchio ad una emozione.

Vi sono però anche marchi che non significano niente, come è possibile che abbiano effetto?

La risposta a questa domanda può anche darvi idee per crearci ancore uditive vostre che non hanno relazione con niente.



Infatti, conoscendo le teorie alla base del linguaggio potete anche ancorarvi ad un suono puro che toccherà strati ancora più profondi della mente. Ecco come:

Per informazioni: <http://www.neurolinguistic.com/blog/contattaci/>

## ***Come nasce il linguaggio?***

Vi sono varie teorie scientifiche sull'origine del linguaggio che comunque partono sempre dai suoni e si basano anche sull'osservazione di come i bambini creano nuove parole o definizioni.



Conoscerle può far capire come creare ancora potenti. Ne citiamo alcune (sono più di dieci in tutto) che possono avere delle implicazioni pratiche, i nomi (Ma MA, Ta Ta ecc.) sono quelli utilizzati dagli scienziati per definirle..

**1. La teoria Ma Ma.** Il linguaggio incomincia con le sillabe più semplici connesse ad oggetti significanti. Ad esempio MaMa PaPa. A questo punto questo significa che possiamo creare un'ancora anche con una parola inventata che ci viene spontanea nella mente durante uno specifico stato emozionale. Diverrà la nostra "parola magica"

**2. La teoria Ta Ta.** Il linguaggio si lega ai movimenti umani. Il linguaggio è il riflesso ed il simbolo di azioni e gesti specifici. Questo è particolarmente vero e valido per rendere potente e penetrante il codice base del suono . Anche alcuni mantra collegati al respiro dove si ripete una parola ad ogni respirazione si appoggiano su questi concetti.

**3. La teoria onomatopeica (bow wow).** La teoria onomatopeica lega le parole ai loro suoni. La somiglianza di suono è un'altra forza che si può utilizzare.

Col crescere e l'evolversi della persona, le parole di base sono connesse in insiemi sempre più evoluti. Tale connessione porta alla nascita di elementi di connessione, ai tempi verbali ed ai cosiddetti "presupposti di realtà", ovvero termini che evocano e costruiscono un contesto specifico solo sulla base del linguaggio invece che su degli elementi esterni. Anche se esistono dei linguaggi non basati sui suoni (ad esempio il linguaggio dei gesti oppure il linguaggio scritto) è certo che ove si evolvono, seguono regole simili a quelle del linguaggio parlato basato sui suoni.



## ***Il potere PURO del Suono***

Ma oltre quanto detto, è anche possibile recuperare il potere PURO del suono ed utilizzarlo per il cambiamento interiore?

Gli indiani utilizzano ad esempio il mantra AUM cui attribuiscono grande potere. Vi è una ragione dietro a questo suono?

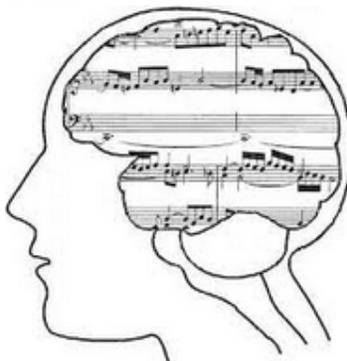
### ***Il Potere dei suoni - stimolare la calma interiore***

Possiamo usare il suono per integrarci. Inconsciamente lo facciamo quando ci mettiamo ad ascoltare una musica.

La sapienza non consiste solo nell'innalzarsi, come molti pensano. La vera sapienza deriva dall'integrazione della totalità di noi stessi.

Per gli antichi un simbolo del tutto era il circolo. È un tutto che ammalia, come mostrano Ulisse e il canto delle Sirene, le quali, secondo gli acusmatici, utilizzano nel canto l'armonia della totalità, o, come sostiene Platone, cantano secondo l'armonia delle sfere. Ma che tipo di conoscenza gli antichi ci tramandano così in maniera velata?

Traduciamo questi concetti in un'applicazione pratica. Sappiamo come ogni nota musicale stimola fisiologicamente in maniera differente la mente.



Quando creiamo un suono che è somma di tutte le armonie, possiamo quindi suscitare una «stimolazione globale». Notiamo che ciò succede quando sentiamo suoni composti, come il rumore del mare, dove il mormorio dell'onda è un composto della somma dei rumori di tanti piccoli elementi (sassi, ghiaia) trasportati contemporaneamente.



Tramite la percezione di certi suoni composti la mente si rilassa, si abbandona e accede a stati differenti, meno «impiegnati» nel ragionamento. Molte tradizioni si fondano su concetti simili.

# M

Ad esempio il *mantra* indiano OM comprende la consonante nasale M. Il suono M è un suono composto, contenente al suo interno tutte le vibrazioni. Se lo fate vibrare vi potete inoltre agevolmente rendere conto di quante vibrazioni crei nel corpo.

# N

Analogamente i Greci chiamavano ON (“cio che è” in greco) il cielo superiore.  
La N è un’altra lettera che stimola la mente.

• **Esercizio:** il suono globale

Con un metronomo in azione pronunciate il suono OM (oppure ON pensando contemporaneamente all’idea di vastità) lentamente (non cercate però di coordinarlo razionalmente con il metronomo, seguite il vostro ritmo). Noterete che proprio quando pronunciate la consonante «M» o «N» vi è anche una sensazione (lieve all’inizio) di un «rallentamento temporale». Questo succede infatti perché il vostro cervello viene stimolato fisiologicamente in maniera globale, essendo tali suoni una somma di armoniche differenti. Alla fine dell’esercizio proverete un senso di calma. Potrete pronunciare questi *mantra* OM oppure On anche in altre occasioni e col tempo potenzierete questo senso di calma interiore.

All’interno dei nostri corsi insegniamo il potere della ancore e dei suoni e come utilizzarle al meglio...