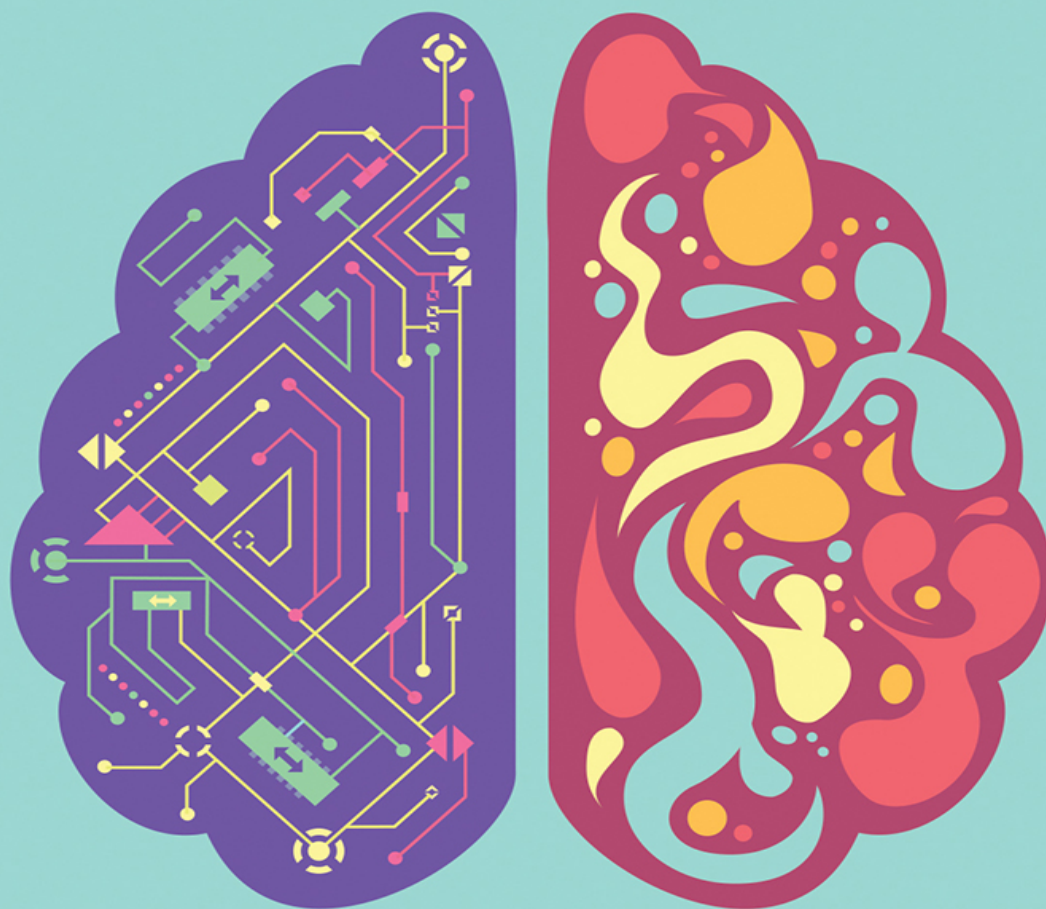


DESARROLLA EL PODER MENTAL

Claves para potenciar la mente, abrir
las puertas de la consciencia y
superar sus límites programados



Robert Wall Newhouse

Colección
Nueva Era

DESARROLLA EL PODER MENTAL

*CLAVES PARA POTENCIAR LA MENTE, ABRIR
LAS PUERTAS DE LA CONSCIENCIA Y
SUPERAR LOS LÍMITES PROGRAMADOS*

ROBERT WALL NEWHOUSE

 **Plutón**
Ediciones

© Plutón Ediciones X, s. l., 2022

Diseño de cubierta y maquetación: Saul Rojas

Edita: Plutón Ediciones X, s. l.,

E-mail: contacto@plutonediciones.com

<http://www.plutonediciones.com>

Impreso en España / Printed in Spain

Queda rigurosamente prohibida, sin la autorización escrita de los titulares del «Copyright», bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción parcial o total de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamo públicos.

I.S.B.N: 978-84-19087-65-2

*Somos lo que pensamos,
y creamos lo que creemos.
Para mi pensante
hermano Héctor.*

PRÓLOGO:
MENTE Y CEREBRO,
EL CONTEXTO Y LO NATURAL

*El cerebro es racional,
pero la mente está
loca.*

El primer poder de la mente, maravilloso y potente, increíble y siempre presente, pero que normalmente nos pasa desapercibido, es el acto de pensar, y tras este acto milagroso, viene el de aprender, algo que hacemos desde el primer momento dentro del útero de nuestra madre, hasta el día en que dejamos el cuerpo físico y nuestra consciencia se va a recorrer las estrellas, otros mundos, otras realidades, en el inabarcable multiverso de la existencia.

Pienso, luego existo, o existo desde siempre, luego pienso.

Pensamos, creemos, aprendemos, desaprendemos, desechamos, cambiamos, afinamos, especulamos, creamos realidades a cada momento y compartimos realidades contextuales, sociales y culturales a cada instante, sin detenernos.

Aunque no lo parezca, somos únicos y especiales y cada cabeza es un universo, y también somos tan distintos unos de otros como comunes, porque tenemos un cerebro y una mente independientes, pero a la vez compartimos sentires y pensamientos con toda la especie humana.

Nuestra mente individual es poderosa y obra maravillas durante nuestra vida, pero a la vez estamos conectados con todos y cada uno de los seres humanos que habitan el planeta, incluso más allá de las redes sociales y de la tecnología, como decía Jung, por el inconsciente colectivo.

Mentalmente somos todos y somos uno, una paradoja que nos lleva a meditar sobre el sentido de la vida y de la existencia a través del pensamiento, e incluso del sentimiento y de las emociones, mientras que nuestro cerebro, ese gran desconocido, se dedica a realizar miles de funciones dentro de nuestro organismo de las que no sabemos nada y que, si las conocemos, nos pasan desapercibidas y están muy lejos de nuestra voluntad consciente.

Todos y cada uno de nosotros somos lúcidos y conscientes, pero

habitualmente tampoco nos damos cuenta de ello.

Nuestros ojos ven en un radio superior a los 180 grados, en una proyección y absorción de luz de la semiesfera del glóbulo ocular, adquiriendo cientos de datos en un microsegundo, y, sin embargo, nos centramos en tres o cuatro datos, limitamos la percepción, economizamos el pensamiento y archivamos todo lo demás sin darnos cuenta, tanto como material para los sueños como por si acaso lo fuéramos a necesitar algún día.

Recabamos millones de datos visuales cada día, pero nuestra memoria solo recoge y selecciona algunos.

Lo mismo pasa con el resto de nuestros sentidos: el cerebro acumula información de la vista, el oído, el olfato, el equilibrio y el tacto, mientras que la mente solo se queda con unas cuantas experiencias, tanto si son útiles y trascendentes como si son inútiles e intrascendentes.

El cerebro actúa como un disco duro capaz de acumular, por lo menos, cien millones de datos, mientras que la mente, como dispositivo perceptor, únicamente se queda con unos cuantos.

Nuestros sentidos no son tan limitados como creemos, la que economiza y limita es la mente, unos dicen que por la educación y la programación que se nos da desde la infancia, y otros aseguran que es por salud mental, ya que procesar más de ciento cincuenta datos nos cuesta demasiado, y si los procesamos corremos el riesgo de bloquear al cerebro, de sufrir un apagón, de volvernos locos, o de ser savants (sapientes), esas personas de memoria prodigiosa que perciben de golpe toda la información que les rodea y son capaces de repetirla como si de una fotografía se tratara, con todos y cada uno de sus detalles.

Nuestro cerebro es la máquina orgánica más compleja que conocemos, tan compleja como la galaxia que habitamos, y, sin embargo, nuestra mente, que bebe directamente de la fuente de datos y conocimientos del cerebro, parece dormida, tonta, insulsa, manipulable, limitada, sometida, obediente, repetitiva, desordenada, temerosa, creyente y perezosa, incapaz de procesar la información que tiene al alcance de la mano y de desarrollarse más allá de su contexto inmediato.

A pesar de esto, y a su manera, limitada y engañada, la mente es curiosamente poderosa, porque es capaz, entre otras cosas, de crear todo un universo a partir de una mentira, de compartirla y de darle forma, de

racionalizarla y dotarla de cuerpo, leyes, normas y hábitos, como si fuera verdadera aunque solo sea una construcción social y sistémica, una realidad inventada y cosificada, sólida y palpable, a pesar de que haya nacido de una especulación, una invención interesada, un mito o una leyenda que nunca existió.

La mente verbaliza y denomina cosas y hechos que jamás tuvieron lugar ni fundamento, y al hacerlo les da categoría de ser aunque no estén, o de estar a pesar de no ser.

Le ponemos nombre a los días y damos por hecho que hoy es lunes, cuando la verdad es que los días, el ciclo de luz y nocturnidad, son muy anteriores al ser humano y nunca tuvieron nombre.

El cerebro sería la verdad y sabría perfectamente que darle nombre a los días es un acto arbitrario, mientras que la mente sería la realidad creada donde hay calendario y los días tienen nombre y significado.

Realidades hay muchas y cada quien se inventa mentalmente la suya, e incluso la comparte con otras personas, mientras que verdad solo hay una.

La mente da lugar, además, al consciente y al subconsciente, o como diría Freud, al Yo y al Súper Yo, como si la mente consciente fuera un iceberg donde el consciente es la punta que se ve, y el subconsciente la masa enorme que no se ve, pero que está ahí, actuando y produciendo sobre el consciente, que a la vez es inconsciente de lo que se fragua en el subconsciente, y para desentrañarlo, si es que lo logra, necesita de meditaciones, retiros espirituales, hipnosis o un terapeuta; mientras que el cerebro, a menos que esté dañado física o neurológicamente, no entra en el juego, hace su trabajo y punto.

La mente habla y dice, porque nuestro cuerpo tiene un aparato fonador y un gen que lo posibilita, y al hablar y al decir influye en sí misma y en los demás, tanto si sus palabras o escritos son negativos o positivos, y con sus palabras puede herir o sanar, ofender o alegrar, construir o destruir la realidad que le rodea.

La mente escucha, y se deja influir por lo que oye. Incluso el cuerpo, que también juega un papel de acción en todo esto, absorbe o rechaza lo que ha escuchado, porque más allá de nuestra mente consciente, el cuerpo siente, está animado, tiene alma, y por tanto responde emocional y orgánicamente a lo que la mente ha oído.

Para Descartes, hay una unión entre el cuerpo y el alma que se centra en

la glándula pineal, lo que explica la emocionalidad anímica del ser humano, así como la respuesta independiente del “autómata” (nuestro cuerpo) al recibir información externa a través del oído, así como de otras zona sensibles de nuestro cuerpo que encienden señales de alarma si se siente atacado, o produce endorfinas de placer si se siente halagado o protegido.

La programación neurolingüística busca la forma de influir sobre los demás, y es muy utilizada en la publicidad y en los medios de comunicación, en el mercadeo y por los vendedores, ya sea de humo o de bienes reales, porque si bien no funciona al 100 por 100, sí lo hace en un nada despreciable 33%, mucho más que el 5% de error-acierto de la estadística en una venta regular insistente que no programa la mente del consumidor con fórmulas magistrales de neurolingüística, ni apela a sus sentimientos.

Sí, estamos programados para ser buenos, obedecer, trabajar, creer, aceptar y comprar, o consumir, desde hace milenios, pero ahora, con la tecnología actual, lo estamos más que nunca, y el cerebro reniega, se queja y se rebela, pero la mente no, porque está programada para ello.

Y no solo son las élites o los gobiernos quienes programan y se aprovechan de dicha programación, porque cualquier ser o persona que tenga cerebro, lucidez o poca programación educativa y sociocultural, puede hacerlo a través de la coacción moral, emocional o sentimental, como lo hace un limosnero, un niño de pecho, un perro vagabundo, un cura o un mercachifle de mercadillo.

Es del todo falso que el pensar o el saber duelan, pero esto se dice y se repite, incluso en la Biblia, para que usted no piense, no sea que le vaya a doler descubrir que casi todo en este mundo es mentira, ficción hecha realidad, engaño y manipulación.

Hay quien goza de su conocimiento y quien sufre y llora revolcándose en su ignorancia, de la misma manera que hay sabios amargados e ignorantes felices y contentos.

Tampoco se puede dejar el pasado atrás ni perdonar las malas jugadas que nos han hecho las personas o la vida, porque todas nuestras experiencias siempre están presentes a menos que se sufra del síndrome de Alzheimer, y porque hasta nuestra forma de medir o de considerar el fenómeno del tiempo también es falaz y arbitraria.

Es cierto que pensar en positivo mejora las cosas, y que hacerlo en

negativo las empeora, pero eso no impide que muchas personas malas y sin escrúpulos vivan en la abundancia y duerman como bebés aunque hayan matado y robado ese mismo día, de la misma manera que no impide que personas buenas y santas, positivas y proactivas, padezcan de insomnio o vivan en la miseria. No siempre atraes lo que proyectas, pero obviamente es mejor y más saludable hacerlo en positivo.

El cerebro es orgánico y natural, por lo que responde a su biología y actúa en base a una serie de procesos desde el nacimiento hasta la muerte, por lo que la muerte cerebral indica el fallecimiento real e irrevocable de una persona; mientras que la mente es contextual y se nutre de lo que le enseñan y de lo que sucede a su alrededor, economiza, elige, crea, especula, interpreta, inventa y acumula conocimiento al tiempo que guarda en el cerebro al menos el 98% de la información que recoge a lo largo de su vida.

Se debe tener en cuenta que a miles de millones de seres humanos no les pasará nada importante a lo largo de su vida, con lo que hasta el 1% o el 2% de consciencia no les sirve para nada, y por eso mismo requieren de rituales, creencias, tradiciones, dioses, supersticiones, novelas, películas, internet, redes sociales, prensa, gobierno, policía, ejército, médicos, maestros, héroes, noticias, guerras lejanas, enfermedades extrañas y cualquier otra cosa que los entretenga para que no se den cuenta de su vacío existencial, y mucho menos de que sobre sus hombros hay un cerebro maravilloso que funciona más allá de nuestro conocimiento, así como una mente mágica y milagrosa que puede crear realidades, trascendencia y plenitud, más allá de programaciones interesadas y externas.

El autor Robert Wall Newhouse nos dice que “en el mundo natural, donde opera el cerebro y hasta el ‘autómata’ que es nuestro cuerpo, hay de todo para todos, mientras que en los planos sociocultural y socioeconómico, que es donde opera nuestra mente, los recursos sobran, aunque, paradójicamente, son limitados para la inmensa mayoría de la población, porque todos tenemos cerebro y cuerpo, pero muy pocos usan la mente.”

La mente es poderosa, sin duda alguna, y a lo largo de este libro de Robert Wall Newhouse, los lectores podrán encontrar las claves que pueden potenciarla y abrir las puertas de la consciencia o conocimiento, superando los límites programados de la consciencia, o discernimiento entre lo positivo y lo negativo para lograr una vida mejor, y hasta una verdadera

vida.

DR. JAVIER TAPIA

INTRODUCCIÓN:

CONTROL MENTAL, INTERNO Y EXTERNO

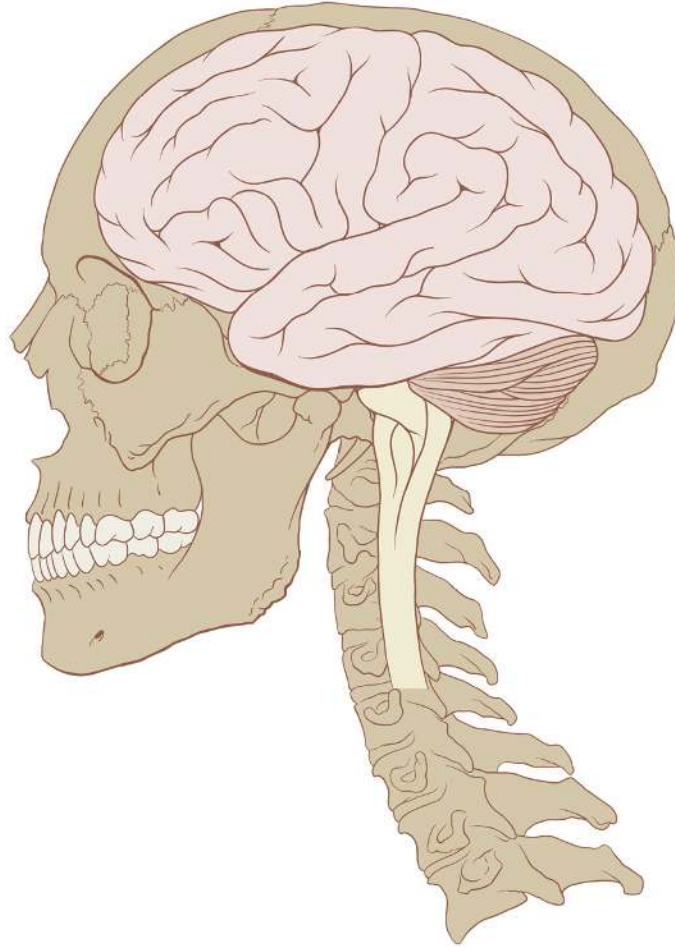
*Logramos tener el control
de un vehículo,
pero ni siquiera intentamos
tener el control de la mente.*

Antes que nada, quiero agradecer a Plutón Ediciones la oportunidad de volver al mundo de los libros, y sobre todo con un tema que me apasiona: la mente, y el uso que hacemos de ella, o que ella hace de nosotros en la vida cotidiana.

En primer lugar debo señalar que la mente humana es mucho más emocional que racional. Sí, los seres humanos somos más emocionales que racionales, por lo que es más fácil que nos controlen a través del pensamiento y, por lo tanto, de nuestra propia mente, a que nosotros controlemos lo que sucede en ella.

A la mente se le puede engañar fácilmente con cualquier truco de magia o con cualquier estrategia de marketing, y hasta parece que a veces a la mente no solo le gusta, sino que le encanta ser engañada. Como diría Harry Lorayne, un ilusionista norteamericano del siglo XX, “sin la ayuda del público, que siempre quiere ser sorprendido, yo no sería nada.”

Nos dejamos engañar incluso cuando dudamos y queremos poner a prueba al mago diciéndole que hace trampa, que todo en él son trucos, y según nosotros intentamos descubrirlo, destaparle y señalar flagrantemente sus argucias, cuando en realidad lo que queremos es que haga magia de verdad, algo del todo imposible, pero nuestra alma infantil así lo desea.



El cerebro funciona aunque la mente no lo haga

Descubre a tu niño interior, te dicen, cuando al niño interior siempre lo llevamos puesto, nunca maduramos, siempre somos ilusos y pueriles, siempre somos ingenuos a la espera de un milagro, de un hecho increíble o de cualquier cosa que se salga de lo normal, porque ese niño interior, tan cacareado como algo positivo, ha sido nutrido con todas la patrañas habidas y por haber que lo programan dentro de su entorno, siempre iluso, siempre creyente, y, por lo tanto, del todo manipulable aunque se dé perfectamente que delante de él haya un engaño.

Esperamos a las rebajas para que el milagro del ahorro y la posesión ventajosa se haga realidad, cuando lo que estamos haciendo es consumir sin control algo pasado de moda, tarado, no vendido o falsamente rebajado, y que, además, no nos sirve de nada, porque no es más que una simple ilusión, un engaño, un caramelo egoíco, un juego entre estafador y estafado que jugamos alegremente a pesar de ser nosotros los estafados.

No somos tan tontos, porque sabemos perfectamente que es un engaño, que nadie regala nada y que lo que le interesa al comercio es deshacerse de sus excedentes y de paso ganar algo de dinero, pero aun así caemos año tras año en el mismo cuento, en la misma estafa; y no solo caemos, sino que la deseamos y la buscamos, la esperamos con desespero, y luego nos lanzamos al abismo como esos roedores del ártico que se suicidan cada temporada.

“Si el Ayuntamiento ofreciera patadas gratis, la gente se arremolinaría para exigir su patada”, diría el sabio Henry David Thoreau.

Damos limosna a personas que ganan más dinero que nosotros al día, porque están sucias, padecen alguna deformidad o supuestamente no tienen recursos ni casa, y estas persona se ríen de sus beneficiarios y hasta los desprecian, pero no dejan de apelar a sus sentimientos de culpabilidad, a la lástima, a su falsa empatía o a su complejo de superioridad, donde el que paga manda y el que tiene más es superior al resto. Psicología fácil que funciona a la perfección.

He trabajado lo suficiente en el sector social con gente al margen de la sociedad, desde niños de correccional hasta adultos reos y presos, y desde enfermos mentales hasta enfermos de sida, como para saber dos cosas: que las monjas y las trabajadoras sociales pueden ser más crueles que un verdugo o que un dictador, y que la gente enferma o marginal odia y desprecia profundamente al resto, y, en ambos casos, tienen motivos para hacerlo.

-Las monjas y las trabajadoras sociales intentan mantener un control mental interno que las proteja de los abusos, lloros y chantajes emocionales de las personas que viven marginalmente.

-Las personas que viven marginalmente intentan, y a veces logran, ejercer un control mental externo sobre el resto de la sociedad, monjas y trabajadoras sociales incluidas.

Si controlo mis emociones, se dicen, puedo controlar mis pensamientos y no dejarme seducir, engañar o estafar por nada ni por nadie.

Sin tanto dramatismo, algo similar sucede en otros planos de la vida diaria, como en el ramo de la educación y la docencia, donde también he tenido una larga experiencia. Los profesores que no controlan sus

emociones, y aún menos sus pensamientos, son presa fácil del alumnado, que además de coaccionarlos y manipularlos, los hacen sufrir y deprimirse, además de no aprender absolutamente nada durante el semestre; mientras que los profesores que controlan sus emociones y sus pensamientos suelen ser odiados o temidos por el alumnado, que no puede manipularlos de ninguna manera, y al final del curso han aprendido algo de esa materia sin que el profesor sufra en absoluto.

El cerebro sigue funcionando perfectamente mientras la mente divaga en un mundo de convenciones, mentiras, ilusiones y realidades creadas que casi nunca tienen algo en común con la verdad.

LA MIRADA DEL CACHORRO

Manipular a las personas que nos rodean a través de la lástima es algo natural en los cachorros de nuestra especie y en los cachorros de muchas otras, ya que de ello depende que sean alimentados y protegidos.

Los padres y las madres suelen responder a este chantaje positivamente, pues también es algo natural proteger la supervivencia de la especie.

El problema viene cuando el cachorro aprende que de esa manera puede obtener más de lo que necesita, y sus progenitores ceden al chantaje: ante un mohín, un llanto o unos ojos de plato le dan al cachorro más de lo necesario para su saludable subsistencia.

Y el problema se agrava cuando los progenitores, sin chantaje emocional de por medio, atiborran al cachorro de todo y más, convirtiéndolo en un ser despreciable, débil, enfermizo, caprichoso y/o conflictivo. Por supuesto, lo mismo sucede con las mascotas.

El amor, el afecto y el cariño nada tienen que ver con una relación donde no se controlan las emociones ni los pensamientos, y no es que no lo sepamos, sino que el descontrol es mucho más laxo, y a menudo placentero, que el control.

“No intentes controlarlo todo”, te dicen en las redes, sin tomar en cuenta que quizá estés conduciendo un automóvil y la falta de control ha de llevarte, sin duda alguna, a un terrible accidente.

Obviamente, no se puede controlar ni la rotación del mundo ni la marcha del Universo, pero sí puedes adquirir consciencia de ti mismo y de tu