

Joaquim Valls, reeducador del inconsciente



Tengo 53 años. Nací y vivo en Barcelona. Soy grafólogo y doctor en Reeducación del Inconsciente. Estoy casado con Carme y tenemos una hija, Marta (14). ¿Política? Demócrata y sólo me fío de algunas personas. Dios está dentro de nosotros. ¡Tú puedes ser quien decidas ser!

“Si reeducas tu letra, reeducas tu inconsciente!”



DAVID AIROB

Mire mi firma: ¿qué ve? Pones nombre sobre apellido: antepones lo personal a lo oficial.

¿Qué más?

Veo que trazas una rúbrica bajo la firma hacia atrás, de derecha a izquierda: ¡suprímela!

A mí me gusta.

Te ancla al pasado, hay lastre, freno, miedo.

Y si deo de trazarla, ¿qué gano?

Avanzarás mejor, serás más libre, más feliz.

¿Por arte de magia?

Tu letra refleja tu inconsciente. Y si reeducas tu letra..., reeducas tu inconsciente! Y el inconsciente rige el 90% de lo que haces.

¿Yo soy mi firma?

Tu firma y tu letra delatan complejos, inseguridades, miedos, creencias limitadoras. Escribir a mano implica a los ganglios basales, ¡que son la sede cerebral del inconsciente!, con el hemisferio derecho y el cerebelo.

¿Qué le pasa a quien traza dos rayitas verticales sobre la rúbrica?

Que busca aparentar más de lo que es.

¿Y si envuelve el nombre en volutas?

Por complejos, te acorazas, te aíslas.

¿Y si usa iniciales o tacha el nombre?

Que la timidez, los complejos y los miedos le atenazan. ¡No es buena vida!

¿Cómo debo firmar para vivir mejor?

Escribe con todas sus letras tu nombre y tu apellido, en línea recta, o un poquito ascendente. Ganarás seguridad, equilibrio.

¿Por qué un poquito ascendente?

Te inyectas optimismo. Descendente, te entristece. Demasiado ascendente, te sobreexcita. Igual sucede con el punto de la i: hazlo sobre la letra, pero un poquito a la derecha.

Acónsajeme sobre alguna otra letra.

La letra t: que el trazo horizontal cruce el vertical en su justa mitad, con idénticas longitudes. Así igualas tus *quiero* (vertical) a tus *puedo* (horizontal).

¿Como un signo de suma?

Sí, y me refiero siempre a letras minúsculas. Para fijar este buen hábito, repítelo.

¿Cada cuánto?

Un mes por cada letra. Y al quinto mes –a la quinta letra–, ¡la escritura completa florece!

¿Y eso por qué?

Porque el hemisferio derecho ¡es holístico! Y luego seguimos hasta el noveno mes.

¿Haciendo qué?

Cada noche, antes de dormirte, en el duermevela, escucha unas frases grabadas en tu

Maravillosa mente

Valls es sabio: no cree, comprueba. Escrutó qué tenían en común las personas felices y aisló siete rasgos: buen autoconcepto, optimismo, extraversión, empatía, autodominio, proactividad y perseverancia. Y descubrió que podía fortalecerlos, reeducando el inconsciente, mediante instrucciones nocturnas al cerebro y grafotransformación. Su tesis doctoral certifica (Quimvalls.com) que su método funciona, y ya diseña con la doctora Carmen Torrejón aplicarlo a una dieta “antirrecaídas”. Su libro *Maravillosa mente* (Oblisco) detalla su método reeducador del inconsciente (con la colaboración de Manu Ramírez): ¡rediseña tu caligrafía y tu vida mejorará! No te lo creas: pruébalo.

móvil. Mejor si te las graba tu madre. Fue ella la que labró tus patrones inconscientes con su voz. ¡Que su voz los reeduce!

¿Y qué deben decir esas frases?

“Consígues lo que te propones”, “Tienes aplomo”, “Tienes un cuerpo muy valioso”, “Te valoras al cien por cien”, “Tienes una mente muy valiosa”... O grábatelas tú en primera persona. Y escúchalas cinco veces.

¿Y qué más?

Al despertarte, escribe cada frase cinco veces, ¡fijándote en hacer bien la letra que toque! La conciencia baja la guardia, y el mensaje cala en el inconsciente.

¿Tan maleable es el cerebro?

Sí, y puedes comprobarlo: un día que estés triste, fuérrate a sonreír *como si* estuvieras contento. Y al rato... ¡estarás más contento! El *como si*... ¡es poderosísimo!

En tal caso, nada se me resistirá...

Así es. Haz un pequeño cambio, ¡muy pequeño!, y observa las consecuencias: te estimularán. ¿Sabías que para fijar un hábito basta con repetirlo durante 21 días?

No.

El cerebro es como la nieve: si transitas 21 días por un mismo lugar, queda marcado un camino. Yo me he creado los míos: subir a casa por la escalera, levantarme un cuarto de hora antes, desayunar pan con aceite y jamón... Ah, y con mi esposa hemos establecido un ritual matutino, cada mañana.

¿Cuál?

Nos abrazamos fuerte. Y todo va mejor. ¡Hábitos para la felicidad! El cuerpo memoriza.

¿Puede aplicarse eso a la enseñanza?

Sí: escribe a mano todo aquello que quieras aprender, y lo memorizarás mejor. Y la repetición es la clave de la excelencia. “La excelencia es un hábito”, dijo ya Aristóteles...

¿Qué puedo conseguir con su técnica?

Ser más libre, autónomo, feliz. Y, por tanto, atractivo. Yo soy calvo, bajito, 53 años... ¡y me siento bien conmigo mismo! Puedes abandonar cualquier hábito perjudicial. En una dieta, por ejemplo, y adelgazar: primero serás delgado en tu mente, y el cuerpo la seguirá. Cambias por dentro ¡y todo cambiará afuera! “Gobierna tu mente o ella te gobernará”, ya sentenció Horacio.

Pero la realidad que nos rodea, el entorno, es el que es, ¿no?

La realidad acaba siendo la proyección de la personalidad de cada uno, como ilustra cierto cuento sobre la lámpara maravillosa...

¿A ver? Cuente...

Un pescador libera al genio de la lámpara, que le concede tres deseos. El pescador se frota las manos, ávido, piensa... y expone su primer deseo: “Hazme sabio para formular te luego los dos mejores deseos”. “¡Concedido!”, sentencia el genio. ¿Qué otros dos deseos crees que pidió luego el pescador?

No sé.

“Gracias, pero no tengo ya más deseos”.

VÍCTOR-M. AMELA



Cenas Tandem

Organiza: ASSOCIACIÓ EL TRAMPOLI
Creamos oportunidades para las personas con discapacidad psíquica

Ven a cenar en familia con **Rosa Novell Clausells**, actriz y directora escénica galardonada con el Premi Nacional d'Interpretació, o el Premi Margarida Xirgu entre otros, y que recibió la Creu de Sant Jordi en 2007 como reconocimiento a su trayectoria. Debate tras la cena.

Jueves 17 de octubre de 2013 a las 20:30h

Hotel Husa Tres Torres
Calatrava, 32
08017 Barcelona

Plazas limitadas: menú/aportación 50€
Inscripción (antes del día 15/10/2013):
cenastandemeltrampoli@gmail.com

BODEGAS
MAS ANGLADA
Hotel Husa Tres Torres

LA VANGUARDIA