



BAÑO ACÚSTICO

La voz de la madre es el principal estímulo que nos empuja a vivir en nuestra etapa intrauterina, o sea, dentro del vientre de nuestra madre. Es su voz quien nos une a la vida, cada tono, cada cambio de ritmo, cada sonido va cargado de emoción, expresión vital, información como alimento vital.

Se ha comprobado científicamente que la madre usa un espectro acústico único para cada hijo, o sea, si tiene 3 hijos tendrá un ritmo, una melodía y una armonía diferente para cada uno, algo que los define individualmente en su evolución dentro del vientre materno. Esas diferencias acústicas se mantienen después del nacimiento, la madre mantiene esas diferencias en su voz, de forma que, al mantener la acústica privada con que nos tocaba en su vientre, cada vez que nos habla toca nuestro interior, moviendo estímulos íntimamente relacionados con nuestra emoción y vitalidad.

Si las vivencias en su vientre han sido dolorosas, si hemos sufrido en nuestra etapa intrauterina, haremos un rechazo a la voz de la madre, pero como fue la voz que escuchamos en nuestro interior en esa etapa y la relacionamos con él, nuestra reacción real será un rechazo a nuestro interior, a nosotros mismos.

Hay un ejercicio con el que podemos ir desbloqueando esa escucha interior, volver a abrir las vías acústicas con las que aprendimos a crecer en el vientre materno y encontrar la relación con las emociones y pasiones vitales más originales, sede de la vitalidad más profunda.

Para el ejercicio es necesario disponer de una bañera, un equipo de música y un termómetro para medir la temperatura del agua.

1. Es necesario que el agua tenga una temperatura de 37 Cº, semejante a la del líquido amniótico. Hagamos el ejercicio de meter la cabeza debajo del agua dejando la nariz y parte de los pómulos fuera para poder respirar, tal y como vemos en la foto. Pongamos atención en escuchar los sonidos que nos rodean y que se transmiten por los materiales de la construcción y el agua, esa vibración que llega al agua va a ser transmitida a nuestro cuerpo, recibida y transmitida por nuestros líquidos y nuestros huesos. Podemos comprobar que si nos tapamos los oídos seguimos escuchando, incluso algunos sonidos mejor que con nuestra escucha aérea habitual; esta escucha es semejante a la que disfrutábamos en nuestra etapa intrauterina. En una primera fase os recomiendo que dirijamos la escucha a los sonidos ambientales, del edificio o del entorno.
2. En una segunda fase, pondremos los altavoces de un equipo de música en contacto con las paredes del cuarto de baño, lejos de la bañera por peligro a que entre en contacto con el agua. Siempre usaremos música instrumental, violines, cellos, oboes, flauta, piano, etc. Es ideal la música de Mozart, barroca, renacentista.

Con estos ejercicios conseguimos que la atención de nuestro cerebro se enfoque hacia la escucha a través de nuestro interior, esta acústica arrastrará emociones antiguas, somatizaciones olvidadas, que desde la sombra de nuestro interior nos bloquean en la vida diaria actual, incluso causándonos enfermedades.

En una última fase será utilizar la voz de nuestra madre y es posible obtener una grabación de ella. Es ideal si esa grabación es la de la madre hablando o leyendo en persona a su hijo, hablando de un episodio importante de la vida de él o leyendo un libro que haya marcado una etapa de su vida. Este trabajo será dirigido por el terapeuta.

En esta tercera etapa, la voz materna será tratada acústicamente para obtener el mayor efecto psicoacústico, en base a audiometrías tonales, armónicas, aéreas y óseas