



Instituto de Investigaciones en Ciencias del Comportamiento “IICC”

Documento de trabajo Noviembre/2012

EL PODER DE LA MENTE

PARA CAMBIAR LA REALIDAD

Por: Msc. Claudia Nacif Muckled*

Universidad Católica Boliviana “San Pablo”

*claunacif@ucb.edu.bo

La Paz – Bolivia

2012

EL PODER DE LA MENTE PARA CAMBIAR LA REALIDAD Y TRASCENDER EN LA VIDA

Por: Msc. Claudia Nacif Muckled

Instituto de Investigaciones en Ciencias
del Comportamiento de la Universidad
Católica Boliviana “San Pablo”

RESUMEN

El artículo que se presenta corresponde a un ensayo reflexivo y propositivo sobre el libro en materia de física cuántica ¿Y tú que sabes? escrito por los autores Arnats, Chasse y Vicent.

El pensamiento positivo atrae acciones positivas en el largo plazo, debemos focalizarnos mentalmente en que tenemos toda la libertad de cambiar la concepción antigua de concebir la realidad como el hecho de que todo ya está definido. La mente es la espiritualidad del cerebro y su poder es extraordinario, si cambiamos de mentalidad nos convertimos en los científicos de nuestras vidas, solamente necesitamos comprobar que podemos cambiar de actitud si cambiamos nuestra manera de pensar y de concebir la vida.

Nuestro yo interno se refleja por las actitudes que tomamos y tenemos la capacidad de atraer todo lo bueno del entorno si nuestra mente está focalizada en pensamientos positivos. Tenemos la

libertad, un don que nos ha regalado Dios, para abrir nuestras posibilidades y elegir nuestra alternativa de vida, precisamente es la física cuántica un fenómeno intangible que permite que nuestra libertad se entrelace con la naturaleza humana.

Está en nuestras manos el decidir continuar actuando con la resignación de que la vida “es así” y no podemos modificarla, manteniéndonos por inercia luchando cada día mecánicamente en una “carrera de ratas” (como el padre pobre) ó podemos aprovechar la libertad para alcanzar la tranquilidad financiera (del padre rico). Tenemos que escoger la mejor posibilidad que nos brinde un sentido positivo a nuestra vida y “trascender - dejando huella” en cada paso que damos en el sendero de nuestro camino.

Palabras Claves: Poder de la mente, pensamiento positivo, creer en uno mismo, aceptar la realidad, trascender, dejar huella, innovación, emprendedurismo, padre rico, padre pobre.

ABSTRACT

The article presented corresponds to a purposeful and reflective essay about the book in the field of quantum physics, How do you know? written by the authors Arnats, Chasse and Vicent.

Positive thinking attracts positive actions in the long term, we must mentally focus that we have all freedom to change the ancient conception of conceiving reality as the fact that everything is already defined. The mind is the spirituality of the brain, and its power is extraordinary, if we change of mentality develop in scientists of our lives, you just need to check that we can change attitudes if we change our way of thinking and designing life.

Our internal is reflected by the attitudes, we take and we have the ability to attract all the good of the environment if our mind is focused on positive thoughts. We have the freedom, a gift that has given us by God, to open our possibilities and choose our life alternative, precisely is quantum physics an intangible phenomenon that allows our freedom twist with human nature.

It is in our hands to decide, to continue, to act with the resignation of life "is so" and we cannot change it, keeping us inertia fighting each day mechanically in a "rat race" (as the poor father) or we can take advantage of the freedom to achieve financial peace (of rich father). We must choose the best chance that will give us a positive sense to our lives and "transcend - making their mark" in every step we take in the path of our path.

Key Words: Mind power, positive thinking, believe in yourself, accept the reality, transcend, innovation, entrepreneurship, rich dad, poor father.

1. INTRODUCCIÓN

¿Quiénes somos?, ¿De dónde venimos?, ¿Cómo vemos el mundo?, ¿Qué es la realidad?; son algunos de los cuestionamientos que se plantean en el libro "¿Y Tú Que Sabes?" escrito por los autores Arnats, Chasse y Vicente.

Las respuestas aparentemente parecen no ser tan fáciles de encontrar, sobre todo si nuestra concepción de la realidad se basa en los principios de la antigüedad donde la hipótesis básica de la vida era que el mundo está condicionando nuestra existencia y, por ende, todo ya viene predeterminado desde el principio de los días.

El pensamiento positivo juega un rol preponderante en el largo plazo, así como los sentimientos de angustia, dolor, ira, insatisfacción y victimización influyen también en nuestras acciones futuras porque se traducen en pensamientos que impactan, obviamente, de manera negativa en nuestra concepción de la vida; lo más preocupante es que determinan nuestra actitud de conformismo e inercia con esa realidad que nos ha tocado vivir.

A partir de esta introducción se profundiza en este ensayo el sentido que cada uno de

nosotros puede darle a su vida, podemos mantenernos en la pasividad y resignación de que todo ya está predeterminado ó podemos transformarla concentrando nuestros pensamientos de la mente en aspectos positivos y tomar la decisión de asumir el rol de “trascender” en este mundo y que nuestro paso por este sendero de la vida marque una huella; esta marca debe ser el producto visible de nuestras acciones reflejadas de manera consistente a través de nuestra concepción de la “realidad”.

En este sentido lo que asumimos como “real” es la concepción positiva de la elección que hacemos entre las distintas posibilidades existentes, como plantea el estudio de la física cuántica - que es la física de las posibilidades - se abren las posibilidades de quién ó qué elige esas posibilidades y la única respuesta real es la respuesta de nuestra consciencia, porque es el fundamento de todo ser. La mecánica cuántica permite asumir el fenómeno intangible de la libertad que juntamente con la vida son los dones que nos ha regalado Dios, como el único Creador de la naturaleza humana.

La estructura de este documento comprende en primer lugar la importancia del pensamiento positivo y los deseos de superación personal, posteriormente se aborda la concepción de Dios, a continuación y de manera enfática se desarrollan los elementos que permiten al ser humano “trascender” abordando temas como la relevancia del rol de las instituciones de formación cambiando la lógica de la educación tradicional – escolarizada – por la educación que proporcione las herramientas técnicas para la innovación y el emprendedurismo, como elementos centrales para abordar los problemas socio-económicos que tiene Bolivia, presentando algunos indicadores que me inquietan como un breve diagnóstico social.

Para luego entrar en la temática de lo que concebimos como “real” haciendo un análisis reflexivo del libro titulado “Padre Rico, Padre Pobre”, en el que encuentro importantes analogías que explican la aceptación por inercia de una realidad conceptualizada por los autores como “la carrera de ratas” frente a las posibilidades de cambio, asumiendo un nuevo papel desafiante con ideas innovadoras, rompiendo paradigmas tradicionales y reemplazándolos por la afirmación que el ser humano es el “arquitecto de su propio destino” y depende

exclusivamente de uno para quedarse en la mediocridad o dar un salto hacia la libertad financiera. Finalmente se presenta un resume de las principales conclusiones que se desprenden de este documento reflexivo.

2. NUDO Ó CUERPO

La realidad que percibimos no es otra cosa que el fruto de nuestro pasado y de aquellas experiencias que han influido en nuestra vida, lamentablemente son vivencias negativas que nos han marcado como con un tatuaje que no podemos borrar y que se mantienen como señal de que estamos destinados a vivir en el fracaso.

Todo radica en el proceso de asimilación e interpretación de la información que procesamos todos los días que se traducirán en el enfoque que le damos a nuestra vida, ese enfoque debe recoger las enseñanzas de las experiencias negativas como un proceso de auto-aprendizaje para no cometer los mismos errores y debe recoger, sobre todo, las satisfacciones de las vivencias positivas.

En otras palabra, el reto está en que debemos mentalizarnos positivamente, en palabras de los autores, mantener

“pensamientos positivos”; si nosotros nos focalizamos en una aspiración o meta personal y la mantenemos constantemente en nuestra mente, que es la espiritualidad del cerebro, entonces ese pensamiento positivo se transmitirá a cada molécula, y a cada partícula de nuestro cuerpo y se extenderá por todas las ramificaciones internas de nuestro organismo, de manera que se translucirá en nuestro entorno externo.

Las personas tenemos la capacidad de influir en nuestro futuro, todo dependerá de la alternativa que escojamos entre todas las posibilidades que tenemos y obre esto trata precisamente física cuántica, que es el “la física que estudia posibilidades”.

Podemos inferir claramente que si la elección de las posibilidades depende de nosotros, somos nosotros los que construiremos nuestro futuro. Es tan vital la decisión que tomemos sobre las múltiples posibilidades existentes porque de ella dependerá de que nuestros actos tengan sentido, al tener sentido, tendrán una razón de ser que nos motivara en el diario vivir.

¿Qué es lo que nos puede motivar verdaderamente?. Estoy absolutamente convencida que hemos venido a este mundo porque tenemos una misión que cumplir y lo importante es que en el

medio en que nos encontramos podamos “trascender”. Este concepto será la base y punto de partida reflexivo de este documento.

Los autores reflexionan y comparten su interpretación acerca de Dios, coinciden en que no existe la suficiente consciencia para entender verdaderamente lo que significa esa palabra; sin embargo, refuerzan la existencia de algo supremo que creó el universo a los organismos y a todo lo que nos rodea. Señalan que el mayor problema de las religiones es hacer creer que Dios es un ser absolutamente separado de nosotros, a quien debemos adorar y esperar de Él una recompensa al finalizar nuestra vida.

Manifiestan que lo más cercano que la ciencia ha hecho para tratar de explicar la interpretación de Dios es la analogía con la física cuántica. “Dios debe ser más grande que la más grande de las debilidades humanas y por ende de la grandeza de la capacidad humana, Dios debe trascender incluso lo más extraordinario de nosotros para imitar la naturaleza en su esplendor absoluto”.

En lo personal manifiesto mi convicción que Dios lo es “todo”, no podemos entender absolutamente nada de lo maravilloso que es nuestro mundo si pondríamos en duda el único principio

que acepto como real: Dios es amor y es nuestro creador, creador de cada organismo vivo de este planeta y creador de todas las maravillas naturales que permiten que nuestro planeta sea nuestro hogar. No se trata de cuestionamientos e interpretaciones, es simplemente cuestión de Fe, solamente nuestra Fe en Dios nos puede explicar la existencia de este mundo. La Fe es la creencia, sin cuestionamientos, de que existe un Ser supremo y bondadosa que nos ha entregado incondicionalmente todo su amor, al regalarnos el don de la “vida” y el don de la “libertad”, libertad para elegir entre muchas posibilidades el sendero que nos va conducir para cumplir nuestro rol en este mundo, depende exclusivamente de nosotros que aceptemos el regalo de la vida y el regalo de la libertad de elegir para que nuestro paso por este mundo sea trascendente.

Considero que trascender significa “dejar huella”, implica tomar consciencia de que nuestras acciones tienen efecto sobre nuestro entorno y sobre nosotros mismos. Trascender es contribuir, desde el rol que hemos escogido tomar, al bienestar de la sociedad- manifiesto claramente que no es el rol que nos ha tocado desempeñar, coincido con los autores que más bien es el rol que hemos elegido entre las diferentes posibilidades

que teníamos – nuevamente llegamos al concepto de física cuántica.

La contribución nuestra es “trascender” para ello debemos creer en lo que hacemos y estar seguros que con nuestras acciones aportamos a nuestro país. Me refiero de manera muy concreta a generar “ideas innovadoras” desde los diferentes campos de nuestro conocimiento, ideas que se traduzcan en proyectos ganadores.

Para tener un proyecto ganador, se requiere del concurso de cinco variables: una idea buena, un buen gestor, un equipo sólido de capital humano capacitado, recursos económicos que financien la implementación de la idea y sistemas rigurosos de control y seguimiento para la ejecución del proyecto. Si existe ausencia de cualquiera de estas cinco variables el proyecto innovador se derrumba y la idea buena no pasa de ser un buen deseo.

Para “trascender” se requiere de un cambio de mentalidad, voy a referirme a un cambio de concepción en el rol que juegan las instituciones educativas como centros principales de formación, se requiere apartarse del concepto tradicional de la educación donde la enseñanza es altamente escolarizada, quiere decir - intensivamente presencial

- y pasar a un nivel de formación con menor grado de escolaridad, donde el educando y el educador están altamente correlacionados e interconectados a través de mecanismos y herramientas que facilitan la formación virtual y semi-presencial.

Cuando el educando tiene la capacidad de elegir entre diferentes alternativas y cuenta con los instrumentos necesarios que le proporciona la educación virtual para “hacer volar su imaginación” para “sonar en su ambición” y para “creer que todo es posible”; entonces el pensamiento positivo invade su consciencia y puede generar ideas nuevas y emprendedoras; pueda ser el “arquitecto de su propio destino”.

A continuación detallaré algunos indicadores de mi país – Bolivia- que, por decir lo menos, nos deberían conducir a reflexionar profundamente en replantear la misión de la educación desprendiéndonos de la clásica escuela escolarizada, donde nos limitamos a compartir fundamentos teóricos en las diferentes disciplinas, tomando como estado del arte modelos y metodologías importadas que no permiten en lo más mínimo satisfacer nuestras necesidades ni se aplican a nuestra realidad como un país que tiene indicadores de desarrollo económico y social, verdaderamente alarmantes:

- El 60% de la población en Bolivia vive en la pobreza. Estamos hablando de más de seis millones de habitantes de un total cercano a los diez millones.
- El 70% de estos seis millones de habitantes viven extrema pobreza.
- Tres de cada cuatro niños no terminan la escuela.
- Tres de cada cinco familias no tienen vivienda. Existe un déficit de vivienda extremadamente alto.
- 90% de la población total no tiene acceso a internet.
- Bolivia ocupa el puesto número 114 en innovación y emprendedurismo a nivel mundial.
- Bolivia ocupa el puesto número 1 en emprendimientos “por necesidad”.
- El emprendimiento por necesidad es encarado en más del 70% por mujeres y solo el 30% por varones.
- Las mujeres son mas emprendedoras por necesidad porque deben buscar medios de subsistencia para sus hijos, se trata de cubrir sus necesidades más básicas.
- El emprendimiento por necesidad es absolutamente

precario, sin tener ningún conocimiento básico de lo que significa la innovación y el emprendimiento propiamente.

- No existe en el emprendimiento por necesidad ninguna iniciativa empresarial, no se tiene conocimientos de administración, mercadeo ni gestión y tampoco existen perspectivas de crecimiento, desarrollo y expansión de sus precarios emprendimientos.
- El emprendedor por necesidad es un comerciante del sector informal de nuestra economía, que desarrolla su emprendimiento dentro de un entorno estrictamente familiar.

Con estos indicadores pretendo reforzar el concepto que las instituciones de educación deben cambiar su rol de enseñanza y focalizarse en formar técnicamente a los educandos en temáticas de emprendedurismo e innovación; en lugar de reproducir modelos escolarizados importados que están totalmente ajenos a nuestra realidad. Los educadores deben proporcionar las herramientas necesarias, compartiendo y transmitiendo conocimientos y - sobre todo - experiencias prácticas para los futuros emprendedores.

Si cambiamos en Bolivia la mentalidad en la formación de profesionales, modificaremos los conceptos y prototipos concebidos tradicionalmente y daremos la oportunidad de que la mente de las personas se abra a nuevos paradigmas y escenarios factibles de hacerse realidad; estaríamos sustituyendo el concepto de la simple reproducción de conocimientos que limita los escenarios para la imaginación y para la reflexión; por una apertura de mentalidad innovadora, creativa y emprendedora, que mas allá de permitir introducirnos en el concepto de iniciativa empresarial estaría reforzando la autoestima, la confianza y el deseo de superación personal brindando una oportunidad visible de “trascender y dejar huella” en el camino que hemos escogido entre las distintas posibilidades que no proporciona la física cuántica; pero asumiendo un rol trascendental agradecidos por los dones de “vida” y “libertad” que nos ha regalado Dios.

El cambio de mentalidad implica cambio en los pensamientos de nuestra mente, implica concentrarnos en pensamientos positivos que se antepongan a los pensamientos negativos que tenemos en demasía, implica asumir que lo “real” es el verdadero rol que se desprende de nuestra consciencia y que hemos

escogido asumir en este mundo para trascender.

Reflexionando sobre los conceptos que se desarrollan en el libro en cuanto a que las personas aceptamos como “real” algo que conocemos y que está en nuestra mente como un prototipo indiscutible de ser modificado, o en otras palabras, está ahí , dentro nuestro, porque “es así”. Nosotros seríamos el reflejo exterior de lo que llevamos dentro, si en nuestro interior creemos que lo real “es así”, entonces lo aceptamos y lo adoptamos como una verdad absoluta.

Los autores del libro defienden la posición que de toda la información que recibimos, lo que vemos, asimilamos, tocamos, sentimos y oímos solo se queda en la consciencia lo que realmente nos interesa, eliminando el resto de la información.

“El cerebro procesa 400.000 mil millones de bits por segundo, pero solo somos conscientes de 2 mil bits de información, la consciencia es entonces lo que nos interesa del entorno, del cuerpo y de la mente”. Por tanto, aceptamos exclusivamente lo que vemos de la mecánica cuántica, dado que el cerebro graba lo que tiene capacidad de ver y retiene solo lo que vemos; las

personas retenemos solo lo que conocemos”.

Cuando vemos algo una y otra y otra vez, que antes no conocíamos, recién adquirimos la capacidad de retener en nuestro cerebro y asumir lo que vemos como una realidad y si además transmites esa realidad logras credibilidad en tu entorno porque “así es”. El cerebro no puede distinguir lo que pasa adentro de lo que pasa afuera, no existe un “ahí afuera” independiente de lo que ocurre “aquí adentro”, no existe una “realidad exterior” desconectada de la “realidad interior”.

Entonces surge la pregunta: Que es la realidad? ...”*El sendero de la vida depende de que los efectos de la física cuántica no se desaparezcan, tú puedes recordar momentos de la vida pasada y lo tomas como realidades verdaderas o puedes con un sueño estar prediciendo tu futuro ó lo que vivirás en el futuro*”.

Para explicar la realidad necesitamos de una nueva ciencia que se llama física cuántica que está sujeta a una serie de hipótesis discutibles: pensamientos, sentimientos, intuiciones acerca de “que realmente está ocurriendo”.

Voy a rescatar este concepto de “realidad” desarrollando un análisis comparativo con el contenido del libro “Padre Rico, Padre Pobre” escrito por

Robert Kiyosaki y Sharon Lechter precisamente porque se profundiza en el tema de que damos por hecho que la educación clásica es un “prototipo indiscutible de ser modificado” que se transmite de generación en generación impulsando desde la propia familia el paradigma de que es real porque “es así”.

Aceptamos como una verdad absoluta el circulo vicioso siguiente: los padres se esfuerzan por brindar la mejor educación a sus hijos, en los mejores colegios y en las universidades más reconocidas, para que tengan un diploma profesional que les permita encontrar un buen trabajo, mientras mejor alumno sea, serán mayores las posibilidades de encontrar un mejor trabajo y mayores ingresos, con un buen trabajo decidirás formar un hogar, tener hijos, contraer una hipoteca para comprar una vivienda y probablemente también un automóvil y aportar al sistema de pensiones para contar en tu vejez con una buena jubilación, esta es la mirada de la vida desde el punto de vista del “padre pobre” donde los autores Kiyosaki y Letcher explican que esta visión de la vida nos mantiene en una “carrera de ratas”; en otras palabras, lo real es que se debe estudiar para conseguir un buen empleo, ser un trabajador dependiente para vivir

razonablemente bien en la vejez con los aportes de su jubilación.

Lo que acabo de describir es una validación de que recreamos la misma realidad porque no dejamos de hacer el mismo trabajo una y otra vez y nos resulta increíble ó impensable que existan miles de opciones y posibilidades porque NO estamos conscientes de ellas. Vivimos tan condicionados con la vida diaria que estamos seguros que esa es nuestra única realidad y que no tenemos control ni poder de cambiarla. “Lo que pasa dentro nuestro crea lo que pasa afuera”.

Mientras que el “padre rico” tiene un concepto muy distinto de la vida, el actor más importante del universo es el ser humano “innovador y creativo”, en este caso esta escogiendo la alternativa de vida donde lo esencial no es entrar a la mejor universidad y obtener las mejores calificaciones para conseguir un buen trabajo, sino que debe ser una persona inteligente financieramente hablando para salir de la “carrera de ratas”; debe buscar alternativas con “innovaciones financieras” para acumular inversiones (activos) y que los rendimientos - llamados también rentabilidades o retornos - que generan estos activos le permitan al actor financiar sus obligaciones y alcance su libertad financiera cuando el retorno de

sus inversiones le permitan contar con un flujo de liquidez mensual que cubra todos sus gastos, mientras el activo de sus inversiones está intacto ó más bien se sigue capitalizando, incrementándose.

El “padre rico” deja un mensaje implícito de que el ser humano debe “trascender proyectando sus propias ideas innovadoras”, recomienda que uno debe ser su propio jefe, ser independiente laboralmente y solamente se lo puede lograr si estamos mentalmente convencidos que podemos hacerlo, si estamos conscientes en nuestra mente y en nuestro interior que tenemos el deseo de lograr la libertad financiera emprendiendo “ideas innovadoras”: generando nuevos proyectos, emprendiendo nuevas iniciativas y activando nuevos negocios. El ingreso que se genere a través de cualquiera de estos tres mecanismos será de propiedad de uno mismo, “es trabajar para ti mismo” y no como aconseja el padre pobre “trabajar para que otros se beneficien” - propietarios de la empresa o accionistas de ella - mientras el trabajador dependiente continua metido en la “carrera de ratas”.

Nuevamente podemos concluir que las personas afectan el mundo con la realidad que ven. Tu realidad es la que eliges después de estar en varios lugares y haber escogido entre muchas

posibilidades. Exclusivamente es el pensamiento quien puede cambiar la realidad. Como se describe en el libro...*”si piensas que puedes caminar sobre el agua una y otra vez, ocurrirá... esto es pensamiento positivo”*, una idea maravillosa que representa una pequeña mancha de energía positiva cubriendo todo una masa de pensamiento negativo. Los autores manifiestan esta idea con el ejemplo de varias fotografías sobre la molécula del agua: en estado natural, bendecida, purificada y destilada, cada una de estas imágenes es distinta; y las llaman “EL CHI DE AMOR”. Entonces se nos reflexiona sobre el siguiente cuestionamiento: *“Si el pensamiento puede hacer eso con el agua, imagina lo que el pensamiento puede hacer con nosotros?”*.

Pensar positivo es simplemente disfrazar el pensamiento negativo que tenemos. Si pensamos en cosas concretas nos quedamos estancados, si la realidad es concreta, obviamente somos insignificantes y no podemos cambiarla y continuamos girando en el círculo vicioso de la “carrera de ratas” y la posibilidad de “trascender” en la vida es cada vez más distante.

Pero si la realidad es nuestra posibilidad, la posibilidad de la consciencia misma, entonces surge la pregunta de ¿cómo podemos

cambiarla?. En el pensamiento antiguo uno no puede cambiar nada y debe aceptar lo que es, no tenemos ningún papel en la realidad determinística; sin embargo, en el pensamiento actual de la física cuántica lo destacable es que podemos elegir nuestra experiencia que nos da nuestra consciencia y por tanto, literalmente, creamos nuestra propia realidad. La física cuántica nos está diciendo, reiteradamente, exactamente eso.

La realidad se resume en experiencia, en diferentes mundos en el que vivimos: está el mundo macroscópico que vemos, el mundo de nuestras células, está el de nuestros átomos, el de nuestros núcleos y cada uno de ellos es totalmente diferente pero al mismo tiempo son absolutamente complementarios; entonces nosotros somos células, átomos y también somos la fisiología macroscópica.

Esta experiencia de nuestra realidad se profundiza cuando creamos en nuestra mente, día a día, una serie de pensamientos y comienzan a presentarse situaciones que aparentemente nacen de la nada y son inexplicables; lo que está sucediendo es que estas situaciones son el resultado o el proceso de nuestra propia creación y cuando más replicamos este ejercicio, más se construye una red neuronal en nuestro

cerebro que nos da el poder y el incentivo para hacerlo nuevamente al día siguiente.

El cerebro no reconoce entre lo que ve en su medio ambiente y lo que recuerda, porque las mismas redes neuronales están disparando. El cerebro está compuesto de neuronas que tienen ramas diminutas que se extienden y se conectan con otras neuronas para formar la red neuronal, cada lugar donde se conectan se incuba dentro de un pensamiento o un recuerdo.

El cerebro construye todos sus conceptos por la “ley de la memoria asociativa”, por ejemplo los pensamientos, las ideas y los sentimientos están todos conectados y contruidos con la red neuronal y tienen una posible relación el uno con el otro. Como se ejemplifica en el libro las personas conectamos nuestros sentimientos y percepciones en torno a la experiencia que tuvimos en el pasado. Podemos asociar el amor con sentimientos de dolor, rabia, desilusión, pena e incluso la ira, si hemos vivido una mala experiencia de amor en el pasado. Todos los adultos que tuvieron malos recuerdos en la niñez están operando como si hoy fuera ayer porque construimos el mundo y nuestra realidad por la información que tenemos y procesamos, y toda esta información

esta matizada por las experiencias que hemos tenido.

La conexión de neuronas tienen efecto en el largo plazo; si por ejemplo estamos todos los días y pasamos el tiempo enfadados, apenados, decepcionados entonces estamos dando razones para la victimización de nuestra vida; esto se da porque estamos conectando las redes neuronales negativas diariamente y por ende se establece una relación a largo plazo. Las emociones están hechas para reforzar químicamente algo en la memoria a largo plazo, es decir, *“toda emoción es sustancia química impresa de manera holográfica”*.

Hay un espacio en el cerebro que es el hipotálamo y reúne ciertas sustancias químicas y combina ciertas emociones que experimentamos. Hay sustancias químicas para el enojo, la ira y para la victimización; hay sustancias químicas para cada estado emocional que experimentamos.

Nosotros somos emociones y las emociones somos nosotros, no podemos separar estos conceptos, las emociones no son malas, son la vida que añaden a la riqueza de nuestra experiencia, el problema es cuando no podemos controlar nuestras emociones y se convierten en una adicción. Las

emociones se plasman en los pensamientos y así conocemos las adicciones, las personas adictas por ejemplo a la cocaína, nicotina ó heroína, tienen el común denominador de bloquear la capacidad de sus nuevas células; cuando dejan la adicción las células pueden volver a crecer.

Retomando la idea de que los pensamientos tienen su efecto en el largo plazo, en el libro se hace referencia al gran misterio de la dirección del tiempo, las leyes fundamentales de la física señalan que es el tiempo el que nos da la relación entre pasado y futuro, es un enigma de las leyes de física que cuestiona el por qué podemos recordar el pasado y no sucede lo mismo con el futuro. El actuar ahora afectará el futuro, es decir, nuestras acciones tienen consecuencias en el futuro, tenemos un diferente acceso epistémico ó interpretación tanto del pasado como del futuro.

“Solemos creer que la materia es sólida y el universo es vacío, pero no es cierto, todo es completamente insustancial y la materia no es sólida. Lo más sólido que se puede decir de la materia es que se reduce a “pensamientos” es como un bit concentrado de información”.

Todos los objetos que están a nuestro alrededor son nada más que posibles movimientos del estado consciente, uno elige el momento para materializar la experiencia. El codescubridor de la física cuántica, Heisenberg, señala que la física cuántica es:

“la ciencia que dice que los átomos no son cosas, son tendencias, en lugar de pensar en cosas tienes que pensar en posibilidades, todas son posibilidades de la consciencia”.... “La física cuántica calcula únicamente las posibilidades y si aceptamos esto surge la pregunta: quién o qué eliges, entre esas posibilidades? .Entonces la consciencia debe ser involucrada y no se puede ignorar al observador. Lo que no sabemos quién o qué es el observador en realidad. Nos metimos en todas partes del cerebro y del cuerpo pero: no hay nadie ahí llamado un observador”.

En mi opinión, el observador somos nosotros mismos: nuestro propósito es desarrollar los dones que Dios nos ha regalado con la intencionalidad de aprender cómo ser creadores eficaces y como infiltrar el espacio que nos rodea

con ideas y pensamientos. En otras palabras, estamos aquí para hacer algo con esta vida... estamos aquí... para trascender.

Las personas deberíamos aprender cuan increíble son nuestras mentes y que el cerebro es capaz de millones de cosas, debemos aprender que somos capaces con nuestros pensamientos de cambiar nuestra realidad y hacernos algo mejor de lo que somos y que podemos trascender... ir más lejos de lo que pensábamos llegar y llevarnos a un nivel más alto de nuestra existencia... ir a un nivel más profundo del que todos tenemos acceso reconociendo que la mente es la espiritualidad del cerebro.

Debemos formular lo que queremos y estar tan concentrados en esa formulación que nos focalice el pensamiento, tomando consciencia que en cuanto nos involucremos tanto con ese pensamiento, experimentaremos una única imagen real, según los autores *“eso es física cuántica en acción, eso es manifestar la realidad, eso es ser el observador en pleno efecto”*.

El universo nos ofrece la capacidad de ver, en el universo hay enseñanzas si queremos verdaderamente reaccionar sobre ellas e incurrir más allá del pensamiento rígido. Los científicos demuestran que los pensamientos

terminan en el cuerpo, el pensamiento crea la realidad de uno, crea lo que hará. Por ejemplo, si una persona aún teniendo sobre peso se ve a sí misma maravillosa, entonces estará maravillosa para todos.

El problema de nuestro medio es que estamos hipnotizados por el entorno a través de los medios de comunicación, televisión y a través de las mismas personas que crean ideales que todos intentan cumplir y que no pueden hacerse realidad en el aspecto físico ni en el de valor, porque son meras ilusiones, y al final casi todos nos rendimos y vivimos la vida en la mediocridad y probablemente el deseo de trascender quizá nunca llegue a salir a la superficie.

Pero si el deseo sale a la superficie se inicia el proceso de desmoronar los conceptos antiguos de la forma de ver la vida en el mundo; por ello son pocos los que emprenden el viaje porque es muy inquietante e implica romper los esquemas en que se ha basado la propia vida y debemos liberarnos de ellos. Existe mucha diferencia entre la realidad que conocíamos antes y la realidad de que ya somos dueños de nuestro ser.

Cuando la mayoría de las personas llega a una crisis existencial, vuelve a los

pensamientos de antes, viven una vida más o menos razonable y mueren en una especie de paz y tranquilidad, pero desde el punto de vista espiritual no han avanzado nada.

“En la cuestión del cerebro estamos en un terreno totalmente nuevo y por eso estamos creando nuevas conexiones, en un concepto nuevo que nos cambia de adentro hacia afuera. Si cambias tú mente tomarás otras decisiones, si tomas otras decisiones te cambiará la vida: ¿por qué no puedo cambiar, a qué soy adicto, qué persona lugar ó cosa perderé por no experimentar una abstinencia química?. De ahí deriva el drama humano”.

3. CONCLUSION

En este documento se extraen las mejores prácticas y experiencia testimoniales de los autores del libro “¿Y tú que sabes?” además de presentar un enfoque reflexivo y propositivo, coincidente en gran medida con los autores. Revalidando el concepto de pensar en positivo, debemos focalizar nuestra mente con afirmaciones positivas:

“Soy mucho más de lo que creo que soy, puedo ser incluso mucho más que eso, puedo influir en mi entorno, en las personas, puedo influir en el espacio mismo, puedo influir en el futuro; por tanto, soy responsable por todas esas cosas y no estoy sólo”.

El pensamiento positivo atrae acciones positivas en el largo plazo, debemos focalizarnos mentalmente en que tenemos toda la libertad de cambiar la concepción antigua de concebir la realidad como el hecho de que todo ya está definido.

La mente es la espiritualidad del cerebro y su poder es extraordinario, si cambiamos de mentalidad nos convertimos en los científicos de nuestras vidas, solamente necesitamos comprobar que podemos cambiar de actitud si cambiamos nuestra manera de pensar y de concebir la vida.

Nuestro yo interno se refleja por las actitudes que tomamos y tenemos la capacidad de atraer todo lo bueno del entorno si nuestra mente está focalizada en pensamientos positivos.

Tenemos la libertad, un don que nos ha regalado Dios, para abrir nuestras posibilidades y elegir nuestra alternativa de vida, precisamente es la física

cuántica un fenómeno intangible que permite que nuestra libertad se entrelace con la naturaleza humana.

Está en nuestras manos el decidir continuar actuando con la resignación de que la vida “es así” y no podemos modificarla, manteniéndonos por inercia luchando cada día mecánicamente en una “carrera de ratas” (como el padre pobre) ó podemos aprovechar la libertad para alcanzar la tranquilidad financiera (del padre rico). Tenemos que escoger la mejor posibilidad que nos brinde un sentido positivo a nuestra vida y “trascender - dejando huella” en cada paso que damos en el sendero de nuestro camino.

La vida es el mayor regalo que Dios no ha dado y es el resultado más contundente del significado de la palabra amor. Nuestra misión en este mundo es agradecer este don que Dios no ha entregado “trascendiendo” con nuestro ejemplo de vida en el entorno familiar, en el entorno laboral y en el entorno de toda nuestra sociedad.

La preponderancia del impacto de las instituciones de formación es esencial para asumir un rol trascendental y que nos haga verdadero sentido. Debemos propiciar reemplazar la lógica de la educación tradicional – escolarizada – por una educación que nos permita la

oportunidad de asumir nuestra libertad y absorber conocimientos técnicos sobre temas de innovación y emprendedurismo, proporcionando instrumentos y metodologías de enseñanza acordes y aplicables a nuestra realidad para mitigar los problemas socio-económicos que tiene Bolivia.

Finalmente, la vida, desde otro punto de vista no es más que una página en un libro enorme en el que siempre seremos quienes somos pero siempre con la necesidad inherente de una búsqueda ambiciosa, búsqueda que nos debe conducir a marcar una profunda huella para “trascender”.

Las preguntas que entonces debemos responder son dos:

- *¿Podemos cambiar? - La respuesta es SI - y es un SI contundente.*
- *¿Hasta que profundidad del hoyo queremos ir? – La respuesta depende de tí..... cuán profunda será la huella que quieras marcar por tu paso en esta vida.*