

Guillermina Izquierdo Reinoso
UD12179HLI19431

SEMINAR ADMINISTRATIVE DEVELOPMENT I – ESSAY:
WHAT THE BLEEP DO ΞΣ (Κ) POW!?! /

Student's Profile
My Life in Santiago, Republic Dominican

ATLANTIC INTERNATIONAL UNIVERSITY
HONOLULU, HAWAII
Summer 2010

ENSAYO SOBRE EL LIBRO. ¿Y, tú qué sabes?

Introducción

Introducir este ensayo, especialmente sobre este libro, me ha costado poner a prueba lo que mi cerebro pudo captar durante el recorrido visual en cada una de las 278 páginas que lo componen, haciendo que mi mente hiciera conciencia de la realidad creada por mi misma frente a la toma de decisión de hacer este doctorado, con el fin de lograr mi gran sueño de ser una excelente escritora e investigadora lingüista a la altura de los más renombrados de estos tiempos; y para lograrlo debo llevar al tope mis conocimientos.

Este mi gran sueño es el que me impulsa a romper el paradigma del miedo, del ¿!yo podré!? y decir sí, yo puedo, impulsando mis emociones y ponerle todo el empeño posible para cumplir con las asignaciones de la universidad; ya que este libro mi cerebro lo cataloga como inmenso, profundo, muy científico, pero a la vez me dice que es fácil de asimilar. Pero de asimilarlo a comentarlo y tratar de ponerlo en práctica hay un gran trecho, a pesar de que gira sobre lo cotidiano de la vida.

Cada uno de sus capítulos nos lleva de emoción en emoción, deseando devorarlos en segundos. Lo primero que hace es provocarnos un accidente cerebral con tan sólo mirar su portada, resaltada con la estructura de su llamativo título: “¿!Y tú QU(Σ) S@BES!?” con tantos caracteres, y su enunciado: “**Descubriendo las infinitas posibilidades para modificar nuestra realidad cotidiana**”, en medio de intensos colores e imágenes fuera de serie; y aún más, su peculiar organización.

Luego nos cautiva y nos adhiere a sus páginas la presentación de tres enigmas representadas en varias cuadrículas; iniciando por una, simbolizando la medida de lo que sabemos que sabemos sobre la vida; luego presenta una centena de cuadrículas que nos señalan la magnitud de lo que sabemos que no sabemos; y por ultimo nos hace arribar a un sin número de cuadrículas diciéndonos que es más lo que no sabemos que no sabemos; es decir, que mientras más descubrimos y aprendemos de la vida, más nos

damos cuenta que sabemos menos, que aún hay mucho más por aprender; como diría el filósofo griego, Aristóteles: “Solo sé que no sé nada”.

Ya que su propósito principal es explicar la realidad de la vida a través de creencias místicas y razonamientos científicos, especialmente de la física cuántica, de la bioquímica, la psiquiatría y la psicología, a través de un despliegue de postulados científicos de diferentes autores, tanto contemporáneos como antiguos, con la finalidad de impulsar al lector a experimentar un cambio en su vida, a sabiendas que no es el único ser vivo sobre la tierra, sino que está conectado a un sin número de otros seres vivientes, dependiente de ellos, por lo que debe contribuir a la construcción de un mundo feliz. Un mundo de paz.

En su primer capítulo: “Las grandes preguntas”, sus autores: William Arntz, Beysy Chasse (la que más cautivó mi atención con sus exponencias) y Mark Vicente (2006) me incitan a un gran reto, que tal vez en ningún otro momento se me hubiese ocurrido, a pesar de que interrogantes como: ¿Quién soy? ¿De dónde vengo? ¿Hacia dónde voy? ¿Por qué...? ¿Cómo...? ¿Cuándo...? ¿Puedo...? ¿Debo...? ¿Quién es Dios?, entre otras tantas más, siempre han caminado conmigo, desde que tuve conocimiento de la realidad de mi entorno, pero nunca nadie me había llevado a reflexionar sobre cuál sería mi gran pregunta, la que posiblemente le pudiera dar otro giro a mi vida.

Al hacerme este reto inmediatamente mi cerebro reaccionó buscando con emoción cuál sería, por el momento, mi gran pregunta. Rápidamente surgieron una retreta de interrogaciones, tales como: ¿Cuál sería mi gran pregunta? ¿Tendrá mi gran pregunta alguna respuesta? ¿Sería mi gran pregunta tan concreta, subjetiva o muy superficial? ¿Sería sobre algo material, intelectual o espiritual?

Al llegar a la última página me di cuenta que debía de convertirme en una auténtica y gran observadora si quería alcanzar mi gran sueño, poniéndole atención a mis interrogantes, por tontas que sean, buscando la manera de obtener las respuestas, para así poder cambiar algunos paradigmas sobre mi realidad interna que necesitan ser cambiados y tener una percepción más real sobre la vida.

Los grandes enunciados científicos que hoy conocemos todos salieron de grandes interrogantes, sean éstas sobre simplezas cotidianas, tonterías como solemos llamarles,

o grandes pensamientos filosóficos e ideas surgidas de cerebros grandiosos. Alguien que se atrevió a reflexionar sobre el pasado, alcanzando la percepción de los hechos. Los observó detenidamente afectando de esta manera la realidad de la vida, definiéndola e implantando nuevas reglas. Muchas de ellas han contribuido al bien no sólo de los humanos, sino de todo lo que tiene vida sobre el planeta y el universo mismo.

Análisis

Este libro gira alrededor de 25 grandes contenidos, todos cargados de emoción. Una gran parte de ellos hacen señalamientos muy profundos a manera de información sobre la ciencia; otros son reflectores de nosotros los humanos; nos dicen cómo percibimos o no las cosas, lo que hacemos y cómo nuestras actitudes inciden en nuestra experiencia y realidad. A la vez nos presenta algunas recetas de cómo cambiar nuestro mundo tanto interno como externo.

Pero los contenidos que más centraron mi atención y creo que han marcado mi vida para siempre son: Observador, Cambio de Paradigma, Conciencia, ¿Yo creo mi realidad?, Cerebros 101, Las Emociones, Las Adicciones (interesante capítulo), Deseo→Elección→Intención→Cambio, El interludio de Betsy (¡guao, qué interesante!), y Paradigmas: el otro lado.

Aunque esto no significa que acepto al pie de la letra todo lo señalado en cada contenido, porque yo sé pensar por mí misma. Y, a mí más de medio siglo de existencia tengo mis propias percepciones de la vida, sobre: de quien soy, quién dirige mi vida y hacia dónde voy, sobre las que no tengo la intención de cambiarlas, por el momento, hasta tanto encuentre nuevos conocimientos que me demuestren el porqué debo hacerlo. Aunque debo confesar que todos necesitamos darle un nuevo sentido a nuestro actual yo, actualizarlo y ponerlo en tono a estos tiempos modernos. Dejar de ser menos egocéntricos y pensar en los demás. Estar abierto al cambio, siempre y cuando sea en beneficio propio y de los demás.

¿Por qué estos contenidos mencionados son los que más cautivaron mi atención y detención? Por la sencilla razón de que:

1. Es verdad que estamos atrapados bajo paradigmas de un sistema de creencias inconscientes de nuestra cultura, que nos dice que es lo real, incluyendo la ciencia; por las que vivimos, respiramos, pensamos e interactuamos según sus preceptos.

Muchas son dictadas por la religión, las que nos tienen atrapados y atrapadas en una tela de araña bajo un viejo modelo que no ha podido ser suficiente para liberar nuestras vidas del sufrimiento, la pobreza, las injusticias y las tantas guerras (pág. 25). Por lo que se hace urgente un cambio radical desde adentro hacia fuera, dentro de nuestro interior para que sea extensivo a nuestra sociedad. Es tiempo de crear conciencia que la felicidad no está en la obtención de bienes, poder, autoridad y estatus social, porque al final de todo sigue quedando el mismo vacío interno, aquel que provocó la lucha de la búsqueda de todo eso tratando de que éste desaparezca.

2. Si todos pudiéramos convertirnos en observadores de todo lo que sucede en nuestro interior a nivel del estilo científico, que sí se puede porque no hay límites para hacerlo. *“El observador es cada uno de los seres humanos, independientemente del sexo, de la raza, de la posición social o del credo”* (pág. 65) según Mark; y como todos tenemos las herramientas naturales necesarias para intentarlo y cambiar nuestra realidad subatómica; entonces tendríamos de esta manera un mundo más justo y equitativo.

A todo esto añade Betsy, cerrando este capítulo: *“Convertirme en una mejor observadora de lo que sucede en “mi interior” y usarlo para cambiar mi percepción del “exterior” ha abierto las posibilidades en mi vida”* (pág. 72).

Y en vano no fueron las palabras de Jesucristo, cuando dijo: *“¿Por qué miras la paja que está en el ojo de tu hermano, y no echas de ver la viga que está en tu propio ojo? ¿O cómo puedes decir a tu hermano: Hermano, déjame sacar la paja que está en tu ojo, no mirando tú la viga que está en el ojo tuyo? Hipócrita, saca primero la viga de tu propio ojo, y entonces verás bien para sacar la paja que está en el ojo de tu hermano”*, Lucas 6:41-42.

¿Cómo voy yo a cambiar al mundo si no hago cambios en mi interior primero? Si no tengo conciencia de quién soy, ni conozco el camino por donde voy, ¿cómo podré

reconocer a mi prójimo y respetar sus senderos? Como me veo por dentro, así miro y trato a todo lo que me rodea.

3. Es de suma importancia tener un concepto claro de lo qué es la conciencia, aunque hay científicos que han tratado de obviarla, porque es algo no medible y difícil de probar.

Nos señalan los escritores de este extraordinario libro que *“La conciencia va con nosotros todo el tiempo. Cada experiencia sensorial, pensamiento, acción e interacción se despliega en el campo de la conciencia”* (pág. 77).

Según Betsy, mientras más vamos tomando conciencia de nosotros mismos y de nuestra conexión con todo, nos podemos dar cuenta que somos conciencia o una expresión de ella. Agrega, *“que se tiene la sensación de estar conectada con algo, que es mayor que una misma, o que la propia personalidad”* (pág. 80). Esto la ha inspirado a indagar y ver qué puede manifestar de todo eso.

El mundo en su totalidad está pidiendo a gritos que todos los seres humanos hagamos conciencia de nuestra realidad, especialmente todos aquellos lugares donde hay vida. Seres diferentes a los humanos, desde el más diminuto unicelular hasta el más de los gigantes monstruos, o el más simple de los vegetales; todos están sufriendo el maltrato propiciado por los humanos, provocados por nuestra manera egoísta de vivir.

Todos ven cómo rápidamente la natura está siendo destruida por manos inconscientes. *“Hacer conciencia no es un componente fundamental, sino que es el componente fundamental; todas las cosas parten de la fuente subterránea de la conciencia”*, según tradiciones espirituales (pág. 82).

4. ¿Es verdad que yo creo mi realidad? En cierto modo, no en todos los sentidos, aunque estoy de acuerdo con los escritores cuando dicen *“que cada día uno mismo crea su vida”* (pág. 108). Esto, diría yo, después de que somos personas conscientes del mundo que nos rodea y que tenemos la madurez suficiente para hacer las elecciones de lo que queremos hacer; porque mientras se vive en la infancia y

entrada la adolescencia, aún desde la concepción en el vientre de una mujer, la realidad es creada por las personas responsables de ese ser.

El infante no eligió la familia, el hogar, la nación, ni la sociedad que quería para nacer. No pidió que lo trajeran al mundo; ni siquiera aún tuvo la oportunidad de elegir su propio nombre, ni los padres que hubiese querido; entonces, su realidad no la creó él o ella, sino otros.

Es verdad que yo soy la que elijo si levantarme o no cuando suena el despertador; la ropa que me voy a poner; desayunarme o no; el cómo tratar a las personas con las que me voy topando durante todo el trajín del día. Pero esa realidad no deja, en muchas ocasiones, de estar condicionada por los paradigmas impuestos por la sociedad. No tengo la libertad de hacerlo todo como a mí me parezca.

Por ejemplo, debo usar la ropa que la sociedad me dice que debo ponerme para asistir a mi lugar de trabajo, por dos razones: primero, porque es la que está a la moda; y segundo, porque es la adecuada para ese lugar; y aún más, apropiada a mi función y estatus social. Por otro lado, es verdad que puedo elegir con quien casarme, tener hijos o no, ir a la universidad, qué estudiar, etcétera; pero todo está condicionado por los despreciados paradigmas dictados por la cultura.

La religión dice que hay que casarse con alguien de su misma fe; la situación económica nos impide hacer una carrera universitaria según nuestro sueño, o simplemente no nos permite elegir la universidad que creamos más conveniente.

Por todas estas situaciones de la vida muchas personas rechazan la idea de que ellos mismos crean su realidad cuando le sucede algo en su vida que absoluta y positivamente jamás crearían, como lo señala la página 109, en su último párrafo. Aunque con esto no estoy tratando de justificar a todos los que se han declarado como víctimas, quizás incluyéndome yo, porque tal vez lo sea inconscientemente.

No voy de acuerdo con aquellas personas que siempre están culpando a sus circunstancias por lo que son. Creo en los cambios. Creo que hay realidades en mi vida de las que soy la única responsable, porque las seleccioné consciente o inconscientemente, sean estas positivas o negativas; y que estas realidades puedo

cambiarlas por otras a la hora que lo desee, que sirvan para el bien común de todas las cosas que me rodean y aún de aquellas que están lejanas, apuntando hacia la felicidad.

Aun creo que puedo cambiar aquellas realidades que otros en el pasado crearon en mí y que arrastro desde mi niñez. Sé que todo esto es bueno, y que debo cada día al levantarme, antes de mirarme en el espejo, vincularme al ritual de mi red neuronal, diciéndome, como lo señala el libro (pág. 116) *“voy a crear un día fabuloso, que sume algo a mi red neuronal, que sume algo a la experiencia de mi vida, y lo creara”*; crear mi gran día.

Trato de no formar parte de los que piensan que hay que levantarse con el pié derecho para tener un buen día. Con sólo al abrir los ojos dar gracias por la vida, por un nuevo amanecer; por cada rayo de sol que entra por mi ventana; por cada una de las personas que me rodean sean estas incómodas no, es suficiente para iniciar la creación de mi día próspero y feliz, dejando a un lado las quejas, las excusas y la pereza. Diciendo como dijo el salmista: *“Este es el día que hizo Jehová; nos gozaremos y alegraremos en él,* Salmo 118:24.

Cada despertar es un día nuevo para disfrutarlo en su plenitud. Este es uno de mis primeros ejercicios cotidianos al inicial un nuevo amanecer, por lo que en cada día descubro algo distinto, una emoción nueva por la cual vivir, aún dentro de las dificultades difíciles que encuentre a mi paso. Por eso dije al principio que me identificaba mucho con los señalamientos que hace Betsy en el libro. Sus experiencias nos inspiran.

5. El capítulo sobre “Cerebro 101” fue el que más llamó mi atención, ya que los escritores hacen detalles de lo grandioso y especial que es este órgano, hasta ahora no contaba con mucha información. No es producto de algo al azar, es creación perfecta de otro cerebro superior a él, con mucha más capacidad.

“Es un órgano muy vivo, plástico y flexible, capaz de aprender, comprender y renovar dinámicamente sobre la base de nuestras exigencias” (pág. 144) ¡Guao, qué definición tan atinada!

No hace mucho tiempo que el cerebro era comparado con un simple tablero telefónico, pero hoy sabemos que es mucho más complejo, imposible de encontrar algo sobre la tierra para compararlo. Dicen, además estos escritores, que se trata de la estructura más compleja del planeta y del universo conocido. Es el que dirige y regula todas las actividades de nuestro cuerpo, desde todos los sistemas físico-biológicos, hasta el aprendizaje, la memoria y las emociones.

Es capaz de realizar millones de cosas diferentes a la vez. Está formado por cien mil millones de diminutas células nerviosas a las que le han puesto por nombre “neuronas”, cada una tiene miles de diferentes lugares, capaz de conectarse con otras neuronas, formando redes neuronales las que representan nuestros pensamientos, habilidades, recuerdos, las informaciones, etcétera (pág. 145).

Fue creado para transportar un espíritu encarnado en su camino hacia la iluminación, por lo que su creador lo equipó con neuroplasticidad, con sumo cuidado a fin de que pudiera cumplir a cabalidad con su principal función. Jesús dijo: “*Y conoceréis la verdad, y la verdad os hará libre*” (Juan 8:32). Y esta es una de las funciones de este órgano, llevarnos a conocer la verdad, para que ésta nos dé la libertad.

Desde nuestra formación uterina estamos preparados para crecer en creatividad e inteligencia a lo largo de nuestra vida, pero para alcanzarlo debemos rendirnos ante las capacidades innatas de nuestro cerebro. Sólo esto se logra cuando conectamos nuestro espíritu con el Espíritu creador superior e intercambiamos experiencias espirituales con él, a través de la fuente del pensamiento y la fe. Una fe totalmente personal, no condicionada por ningún dogma. Para así darle uso a nuestro libre albedrío, con el que fuimos creados. El libre albedrío que reside permanentemente en nuestra corteza frontal, como dice la Dra. Candace Pert (pág. 154), y así poder ser entrenados para realizar elecciones más inteligentes y estar conscientes de las elecciones que hacemos, no sólo a favor nuestro, sino a favor del mundo que nos rodea.

Pert descubrió en el cerebro unos receptores llamados opiáceos encargados de mediar las emociones, haciendo evidente que en todo lo que sentimos, cada emoción produce químicos que son los responsables de cada sentimiento, los que nos conectan directamente con todo lo que percibimos y experimentamos, desde placer, dolor, actitudes y recuerdos (pág. 162). Por lo que debemos aprender a usar cada emoción

recibida para crear sobre ellas otras nuevas, a fin de tener otros patrones diferentes de respuestas al estímulo, y no las mismas experiencias continuas que estancan nuestras vidas y no nos permiten experimentar una vida diferente. Crear nuestro lindo día.

Construir nuevas emociones nos ayudan a sobrevivir el día a día iluminándolo con la buena suerte; llevándonos más allá de la mera supervivencia, dándole mayor sentido a nuestra existencia. Una vida sana, próspera y feliz, no en lo material sino en lo espiritual; es lo que nos llevamos hacia la eternidad; es lo que realmente nos hace inmortal. Un alma y un espíritu desarrollado a la máxima capacidad, es lo que nos hace eternos.

Conclusión

En síntesis, muchos de los conceptos debatidos en este libro son temas que han estado sobre el tapete de la mesa de análisis y discusiones durante millones de años por personas muy brillantes, con pocos logros en relación a que los seres humanos siguen siendo los mismos en todo lugar; con la misma mentalidad y actitud; y las mismas ambiciones y la lucha a muerte por el poder.

Las culturas siguen estancadas con las mismas emociones, haciendo las mismas elecciones; girando en la misma rueda de círculos viciosos. Y todo esto es porque la gran mayoría de los grandes pensadores han luchado más por dar solución a los problemas exteriores. En muy pocas ocasiones han sugerido soluciones para los problemas que aquejan el interior del ser humano; por lo que seguimos sumergidos en los mismos paradigmas; en el mismo nivel de comprensión de nuestra realidad, lo que limita nuestras opciones.

Lo que la ciencia definía durante varios años atrás como realidad, hoy sabemos que era sólo una aproximación, porque no es la ciencia la única herramienta que tenemos para enfocar la vida. A pesar de los agigantados pasos de crecimiento de ésta, en estos últimos tiempos, seguimos en un mundo dividido; aunque según William, Betsy y Mark no falta mucho para que este mundo pintado de muchos colores, dividido políticamente, sea un país global, un país de paz, con la aparición de la comprensión fundamental de la

unidad en la base de la diversidad de la vida. Enfatizando, además, que lo lograremos en esta generación. ¡Espero que así sea!

Señalan, a la vez, que podemos lograrlo si empezamos a convertir el conocimiento en sabiduría, experimentando el gran viaje hacia el desarrollo del espíritu, de forma personal e individual (pág. 232). Ya que contamos con un cerebro sorprendente, la estructura más completa de todo lo que conocemos como universo; que puede renovar sus propias conexiones, y lo hace continuamente, para maximizar todo lo que deseamos experimentar, durante todo el tiempo de nuestra existencia terrenal. “*Siempre hemos tenido las herramientas de transformación, al alcance de nuestras manos; lo único que tenemos que hacer es pulsar el botón de avanzar*” (pág. 236).

Sabemos que hay muchos que se sienten cómodos con su realidad de vida; y no desean cambiar. Quizás dirían, si leyeran este libro, ¿Para qué mortificarme y fatigarme con hacerme tantas preguntas? ¿Para qué, si después de todo, todo sigue igual? ¿No envió Dios a su hijo Jesucristo para que todos cambiaran, y el mundo sigue igual? Las injusticias aumentan; la pobreza nos arroja cada vez más con su gran manto; las guerras se intensifican cada día más; y la lucha por el poder nos devora. ¡Esto no lo arregla nadie!

A pesar de esta gran verdad, pienso como Betsy, que hay que experimentar. Alguien tiene que empezar a provocar estos cambios internos, para luego hacerlos de alguna manera extensivos en nuestra sociedad. Ya es tiempo que a la corta fila que ya ha sido iniciada, por estos escritores y otros más, y los que hasta este momento han conquistado, interesados y comprometidos para que esta transformación global se dé, sean adheridos otros tantos más.

Al último me agrego hoy yo. “Grano a grano se llena la gallina el buche”. “En la unión está la fuerza”. Con nuestra actitud podemos convencer a los demás. Analizando nuestros viejos paradigmas, buscando los que no nos dejan avanzar; cambiarlos por conocimientos dinámicos que sirvan para alcanzar la verdadera paz.

El leer este libro ha despertado en mi el deseo y la necesidad de convertirme en una observadora científica de todos los elementos que forman mi ser, en primer lugar, y

luego explorar los de afuera; con la finalidad de romper con los viejos paradigmas religiosos, sexista, raciales, los mitos, prejuicios y estereotipos, que no me han permitido crear mi mundo de dicha y paz. Por eso no me arrepiento el haber elegido el hacer este doctorado, en tan prestigiosa universidad.

¡Estoy segura que lo voy a lograr!

Gracias por impulsarme hacia el conocimiento.