



www.cienciayconciencia.com

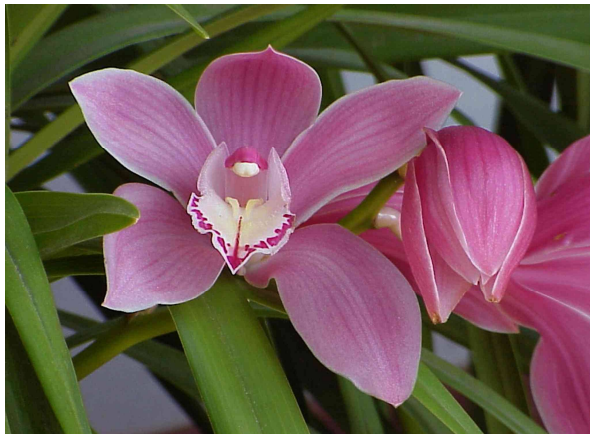
* EL PODER DEL PENSAMIENTO-CREENCIA *

NUESTRA VIDA ES IGUAL A NUESTRO SISTEMA DE CREENCIAS

Estimado lector:

Así, que si el proceso por el que pasamos cada vez que utilizamos el pensamiento viene a ser, como cuando vamos de viaje en un tren de alta velocidad, en un asiento de ventanilla y mirando al exterior, donde muchas son las imágenes que pasan rápidamente, pero sólo unas pocas, captan nuestra atención. Son esos pensamientos que captan nuestra atención y que nos mueven una emoción, los que siguen el patrón reversible, formado por el trío pensamiento-emoción-respiración.

De hecho, el mejor ejemplo para definir este tipo de pensamientos, lo tenemos en unos experimentos del *Dr. Cleve Backster*, científico americano que se



inició como experto en el polígrafo (*detector de mentiras*), para la CIA. Fue en 1966, cuando se le ocurrió comprobar, *¿qué pasaría si tomara su polígrafo y lo conectara a la hoja de una planta?* Así que sin pensarlo dos veces, lo hizo y se sorprendió muchísimo, porque en lugar encontrar ondas muy suaves y fijas que él creyó que obtendría de la planta, lo que descubrió fue una onda en movimiento,

dinámica y activa, muy similar, a la que encontraríamos, al aplicarlo sobre un ser humano.

Bien, después pensó *"La planta está actuando de una manera tan parecida al ser humano, que entonces, ¿qué pasaría si pongo a la planta bajo estrés, de una manera similar, a como lo hacemos con las personas, cuando las sometemos al detector de mentiras?"*. Probó a mojarle una hoja en su café, pero nada. Entonces se le ocurrió la idea de tomar una cerilla, encenderla, acercarla a una de las hojas y quemarla. Y sin ni siquiera realizar esta acción, observó con gran sorpresa, como la planta ya estaba teniendo una reacción enorme. Y de hecho, esta no cesó, hasta que después quemar la hoja, volvió a sacar las cerillas de la habitación. Así la planta volvió a la calma, solamente cuando la amenaza desapareció y las cerillas estuvieron de nuevo, fuera de la habitación.

Tras un par de pruebas más, volvió a visualizar la llama de fuego quemando la hoja, aunque ya no pensaba realizarlo, pero pese a que lo intentó en repetidas ocasiones, ya no hubo reacción alguna. Daba la impresión comentaba el *Dr.*

Backster, "como si la planta pudiese diferenciar, entre una intención real y una fingida".

Estos precisamente, los que mueven emociones, los que tienen implícita una intención, son los que conocemos como creencias, que son esos pensamientos, que sentimos como algo totalmente real. Por ello ya se ha comprobado que *"Creer es Crear"*. Realmente creamos nuestra realidad a través de nuestro sistema consciente o inconsciente de creencias.

¿Qué opina la ciencia sobre el poder de los pensamientos? ¿Se ha realizado algún trabajo?

Corría el año 1972, cuando se llevó a cabo un experimento, en veinticuatro ciudades de Estados Unidos, todas ellas con poblaciones de más de diez mil habitantes. Se entrenó a un número determinado de personas, a aprender a mantener un sentimiento de paz y armonía, de una forma específica y se les distribuyó estratégicamente, por estas veinticuatro ciudades. Este ejercicio fue muy bien documentado en alguno de los estudios de *"Transcendental Meditation Studies"*, conocido como el *"Estudio científico 515 – La meditación y sus efectos – David W.Orme-Johnson"*.

Lo que sucedió es, que durante el periodo que estas personas, todas al mismo tiempo, permanecían experimentando esos sentimientos de paz y armonía, en la comunidad alrededor de ellos, y más allá de los propios edificios donde se estaba realizando el estudio, estas ciudades experimentaron reducciones estadísticamente medibles, en crímenes y accidentes de tráfico. Mientras estas personas estaban viviendo estos sentimientos, se redujeron los índices apreciablemente. De tal forma que cuando cesaron el ejercicio, todas estas tendencias de reducción se invirtieron. Este ejercicio se repitió una y otra vez con idénticos resultados.



Este experimento estuvo tan minuciosamente realizado y fue tan preciso, que los estadísticos que participaron en él, fueron capaces de determinar la cantidad mínima de personas, necesarias para activar este tipo de efecto. Gracias a ellos, en la actualidad sabemos la fórmula para descubrir ese mínimo número de personas necesarias, para activarlo. Según el estudio el número mínimo es la raíz cuadrada del 1% de una población estimada. Es decir que para una población aproximada de 1.000.000 de habitantes, ese número mínimo es de 100 personas y para activarlo a

nivel mundial, después de aplicar la fórmula, el resultado es de apenas unas 8.000 personas.

Así, lo que dice la ciencia a raíz de este estudio es que:

“Tan sólo con que 8.000 personas permaneciesen meditando, al unísono, sobre pensamientos y sentimientos de luz, paz, armonía y amor, dirigidos a nuestro planeta, elevarían la vibración de toda la comunidad y mejoraría la calidad de las relaciones, en este Mundo”.

Que la vida te regale la mejor de sus sonrisas, siempre. Feliz día.

Todo esto y mucho más en... .. www.cienciayconsciencia.com

Juan de Dios
