Tres Amigos

Joe Dispenza, Bruce Lipton, Gregg Braden

**Panel - Preguntas y Respuestas**

**Conferencia de la Luz del Verano en Arkansas**

Moderador: Primera pregunta, por favor.

P: Soy Frank, de Dallas. Pregunta para el Dr. Joe. En su último libro y también hoy, usted dijo que la mente es el cerebro en acción. La ciencia de la mente parece tener correlación, evidencia, -dije evidencia-, anécdotas, de que una persona que está en coma puede ser sanada por terapeutas usando tratamientos de la ciencia de la mente. Eso sugeriría que la mente vendría primero, antes que el cerebro. ¿Cuál es su opinión sobre eso?

Joe: Si miramos las definiciones, la definición científica de la neurociencia respecto a la mente es que la mente es el cerebro en acción, que la mente es el cerebro trabajando. Tienes cien mil millones de neuronas que pueden dispararse en distintas secuencias, distintos patrones y distintas combinaciones, y esas secuencias, patrones y combinaciones generan diferentes niveles de la mente.

Ahora bien, en ciertos textos tradicionales, sean budistas o de la ciencia de la mente, ellos explican la mente y yo utilizo la palabra consciencia para explicar "mente" en ese sentido. Ahora bien, la consciencia es esa esencia inmaterial, esa energía que está animando al cerebro. Entonces, cuando la consciencia se mueve a través del cerebro, produce mente. De modo que entonces el cerebro es solo un trozo anatómico de material y la ciencia dice que uno puede literalmente re-cablear su cerebro, puede literalmente cambiar su función, pero ¿quién está haciendo el cambio del cerebro y de la mente? Es la consciencia.

Ahora bien; para mí la consciencia tiene dos elementos. La consciencia es darse cuenta, y darse cuenta es prestar atención, y entonces hay un nivel de concienciación por libre opción, llamado tú y yo, viajero, viajera, desde la Fuente a la materia. Llegamos a este nivel y no llegamos más lejos porque aquí está el tiramisú, y entonces nos detuvimos. *(Risas)* El chocolate también. De modo que, de pronto, bebemos el vino del olvido y tenemos que viajar de vuelta a la Fuente, y entonces, al viajar de regreso a esa consciencia objetiva, esa consciencia objetiva es entonces la consciencia del Campo, observando todo esto en la realidad. De modo que cuando tu consciencia se vuelve hacia adentro, y comienza a interactuar con esta Consciencia más grande, no puedes entrar como un alguien. No puedes entrar como tu personalidad. Tienes que entrar como un nadie.

Gregg: Quisiera agregar algo a esto. Este Campo del que hablamos es algo muy nuevo, los descubrimientos suceden tan rápido que la ciencia tradicional es incapaz de ponerse al día con todos estos nuevos descubrimientos, de modo que aún estamos pensando en un modelo mecanicista, un cerebro mecánico, la consciencia es… ¿Saben?, la ciencia todavía está debatiéndose con eso, pero por otro lado los descubrimientos nos están empujando hacia las comprensiones cuánticas, cuánticas, hacia el futuro, y uno de los lugares donde está sucediendo esto es en la nueva ciencia, y esta es pura ciencia comprobada, así que no son teorías o hipótesis o nuevo pensamiento. Esto está sucediendo en la pura ciencia comprobada por la investigación. Ahora están sugiriendo que los recuerdos que tenemos tú y yo - y la pregunta era qué está pasando en el cerebro y la mente- nuestros recuerdos, no residen dentro de nuestro cerebro; que nuestros recuerdos ni siquiera residen en nuestros cuerpos; que nuestros recuerdos residen en el Campo y lo que llamamos el cerebro es nuestra acumulación de antenas. Pueden pensar en ellas de esa manera: las antenas que creamos y acrecentamos en nuestra vida que se sintonizan con ese lugar del Campo donde reside la información. ¿Le encuentran sentido a lo que digo?

Entonces, esto es tan real, digo, es muy real. Hice un taller antes de la conferencia y hablamos de eso el miércoles, creo que algunos de los que estuvieron en él están aquí. Es tan real, que mis colegas que trabajan en Silicon Valley -yo dejé Silicon Valley, ellos aún trabajan allí- actualmente están desarrollando chips de memoria de computadora basados en una gotita de agua, que es una gotita de agua muy refinada en lugar de utilizar silicona, y lo que están descubriendo es que pueden ingresar terabytes de información -una biblioteca de manzanas enteras de la ciudad- en la gotita, y se están preguntando cómo puede ser que la gotita esté almacenando todo esto, y luego pensaron que no, que no es así, sino que la gotita está creando una plantilla, pero la información está en el Campo que se extiende incluso más allá del chip, incluso más allá de la computadora. Este es el puente a la comprensión cuántica, a la realidad cuántica. Entonces, cuando hablamos de influir el uno en el otro y nuestros cerebros, de lo que realmente estamos hablando es de que nuestro cerebro, por medio del acto -y mencioné esto ayer, acuérdense los que estuvieron conmigo ayer- el acto de elegir aprender algo de una manera diferente y cómo hacemos crecer las neuritas en las neuronas. Ok, esas son las antenas. Y cuando hacemos eso, esas son las antenas que se sintonizan con un lugar en el Campo que contiene los recuerdos, o contiene el lenguaje que estamos tratando de aprender, o las comprensiones matemáticas. Somos resonadores sintonizándonos con el Campo y eso lo cambia todo.

Cuando piensan en la ciencia de la mente y por qué funciona como funciona, cuando piensan en la sanación a distancia, cuando piensan en el entrelazamiento *(cuántico)*, en la visión remota, todas estas cosas le dan un giro totalmente nuevo a todo eso. Probablemente abundaremos en este tema a medida que avancemos con esta conversación.

Moderador: ¡Gracias!

P: Con respecto a la memoria de corto y también de largo plazo, si están desarrollando memorias basados en un estudio acumulativo, ¿cuál es la diferencia entre la simple evocación y el desarrollar la capacidad de alcanzar e interactuar? Es, por ejemplo, como tocar música de memoria. Puedes estudiar las notas, puedes estudiar la información, pero cómo haces para tomar esa información, manipularla, utilizarla, pensar en ella. Si trato de tocar música con un instrumento y todo lo que puedo hacer es truc, truc, truc, en lugar de hacerlo automáticamente, en lugar de tocar fluidamente, estaría trayendo recuerdos. ¿Cuál es la diferencia en las conexiones neurales entre la memoria raíz y ser capaz de manipular la memoria con pensamientos e ideas, nuevas ideas?

*(Carcajadas del público)*

Joe: Intentaré contestar. Básicamente, tienes dos sistemas de memoria, biológicamente. A uno lo llaman memorias declarativas y al otro, memorias no declarativas. Las memorias declarativas son aquellas que puedes declarar y por una vez, la ciencia lo simplificó, también se las llama recuerdos explícitos. Son el yo autobiográfico. Y esas memorias en particular vienen de la semántica, cosas que aprendes intelectualmente como números de teléfono y hechos. Luego están los llamados recuerdos episódicos, cosas que aprendes de las experiencias de tu vida.

Entonces, cuando te encuentras con alguien por primera vez, hablas acerca de dónde vienes, dónde vives, lo que posees, lo que estudiaste, lo que sabes, y ese tipo de declaración está totalmente relacionada con la percepción consciente (darse cuenta), y en su mayor parte tiene que ver con el yo autobiográfico.

Pero si sigues repitiendo algo una y otra vez, como lo que escuchaste de nosotros tres en formas diferentes, empiezas a desarrollar lo que se llama memorias no declarativas. Y los recuerdos no declarativos son los que no puedes declarar; en otras palabras, lo has hecho tantas veces que ni siquiera sabes cómo lo haces. Y cuando llegas a ese nivel de especialización, has refinado y enriquecido redes neurológicas que son prácticamente los programas automáticos.

De modo que a medida que empiezas a elaborar recuerdos no declarativos, ese es el lugar de nuestros hábitos, nuestros talentos, nuestras emociones, nuestras reacciones emocionales y se llaman recuerdos implícitos porque prácticamente están funcionando desde el subconsciente. ¿Se entiende?

Entonces cuando aprendes una habilidad cualquiera, como tocar música, y en cierto momento llegas a un nivel de aptitud en que dejas de pensarlo, y esa zona, ese lugar desde el que estás obteniendo retroalimentación a partir del sonido y tu habilidad para ser capaz de improvisar en ese mismo momento, te permiten entrar en ese espacio creativo.

Pero en su mayor parte, la mayoría de las personas tiene que pasar por esos pasos de pensar, a hacer, a ser, y va desde el sistema de memoria explícita al sistema de memoria implícita, y ese es el sistema no recurrente, cuando de repente se vuelve automático y grandes atletas, grandes músicos, grandes cocineros, lo que sea, desarrollaron eso y lo han hecho tanta veces que de pronto se vuelve subconsciente y la belleza detrás de eso es que empiezan a confiar en su intuición. Y cuando empiezan a confiar en el sentimiento, a confiar en la intuición, son capaces de improvisar, capaces de crear, y de pronto salen de los límites de lo conocido y entran en lo desconocido. Si haces algo durante 20 o 30 años: sabes, y **sabes que sabes**. Y cuando sabes que sabes -yo lo llamo iluminación-, cuando sabes que sabes algo, es algo que no pueden quitarte, está arraigado en ti, es innato en ti.

M.: Gracias. Sí, por favor.

P: Mi pregunta es acerca de la coherencia del cerebro, y muchos de nosotros trabajamos con la gente de HeartMath que observan la coherencia del corazón. Entonces mi pregunta es: ¿Cómo están relacionados? ¿Están conectados? ¿Es causa y efecto?

Joe: Cuando hablas del corazón y el cerebro, en realidad estás hablando de la coherencia entre el corazón y el cerebro. La coherencia, por definición, implica una relación entre dos cosas, y HeartMath habla de coherencia entre el corazón y el cerebro; eso es exactamente lo que hacen.

Así que siempre tenemos algún nivel de coherencia entre el corazón y el cerebro. Y lo que HeartMath ha hecho es desarrollar refinadas técnicas que nos ayudan a optimizar esa coherencia, a aumentar ese nivel de coherencia, pero a cada momento de cada día tu corazón y tu cerebro mantienen una conversación; está sucediendo ahora mismo. Cuanto más le habla tu corazón a tu cerebro, menos le contesta tu cerebro a tu corazón, a través del nervio vago y la médula espinal de los sistemas nerviosos. Y la calidad de esa conversación es lo que determina la coherencia de la que hablas, entre el corazón y el cerebro. De manera que cuando colocamos nuestra emoción, cuando enfocamos nuestra atención consciente en nuestro corazón e inicias una parte de las técnicas, que es tener un sentimiento, tener un sentimiento de cuidado, de gratitud, de compasión, de aprecio, esos son los cuatro que en condiciones de laboratorio funcionan bastante bien. Esa es la clave: cuando empiezas a tener el sentimiento, eso involucra a tu corazón y a tu cerebro juntos, porque muchas veces estás evocando una experiencia o un recuerdo de compasión o aprecio, o algo como tus hijos, tu mentor espiritual, tu gato, tu perro, así que estás usando tu corazón y tu cerebro y todo está referido a esta relación de coherencia entre ambos. Esta es una respuesta larga para un pregunta corta. La respuesta corta es: Sí, están relacionados. *(Todos se ríen*)

P: Entonces la variabilidad del ritmo del corazón es una medición de esto.

Joe: No, VRC, la variabilidad del ritmo del corazón, es latido por latido. Cuando llegamos por primera vez a este mundo como gente joven, tenemos una tremenda variabilidad del ritmo del corazón. Eso significa que el tiempo entre un latido y el siguiente varía con cada latido, y esa varianza. se llama variabilidad del ritmo del corazón, Eso nos da la capacidad de responder muy rápidamente a este nuevo mundo al que acabamos de ingresar, para saber que la estufa está caliente y quema, si ese perro es amistoso o no, y a medida que envejecemos - no los que están en este salón probablemente- pero típicamente, lo que nos dicen es que nos aferramos a nuestras costumbres, ese es el término, y esa falta de flexibilidad se refleja en la variabilidad del ritmo del corazón, se vuelve más regular, perdemos la variabilidad del ritmo cardíaco, de modo que los cambios se hacen difíciles y al iniciar esa conversación, al optimizar esta conversación, recuperas, reconstruyes tu variabilidad del ritmo del corazón, como cuando eras un niño. Puedes hacerlo en un latido, así no más. *(Risas).* Espero que esto conteste tu pregunta. Una larga respuesta para una pregunta breve. ¿Se entiende?

P: Sí, sí, gracias.

Bruce: Me gustaría agregar algo más a lo que acabamos de decir. ¿Recuerdan que hablamos de que el cerebro tiene actividades eléctricas, como un diapasón? Lo interesante de eso es que la amplitud, la potencia de eso no es tan grande. La amplitud del cerebro es relativamente pequeña en comparación con la energía generada por el corazón. Lo significativo de esto para mí es que cuando ellos no estén en coherencia, tus pensamientos se emiten, pero no llegan muy lejos. Pero cuando unes tu corazón y tu mente, el corazón es una onda portadora, es mucho más poderoso, y por lo tanto lleva una señal desde tu cerebro hacia el mundo exterior y tiene mucho más impacto que si solo la conservas dentro de tu cabeza y tratas de difundirla solo con ella. Entonces cuando juntas los dos en forma armónica, realmente estás influenciando a un Campo más grande a tu alrededor con tus intenciones.

Joe: Sí, lo hemos visto en nuestra investigación y hemos estudiando a personas que están haciendo esto, vemos que no puedes tener coherencia cerebral sin coherencia del corazón. En ese sentido, tampoco puedes tener coherencia del corazón sin coherencia cerebral y es casi como si la consciencia estuviese asentada en el sistema nervioso autónomo, de modo que la clave para hacer todo esto es ser capaz de sostener un estado específico. Si la mayor parte de tu vida cotidiana reaccionas a las personas, las cosas, los lugares, entonces la mayor parte de tu energía va a abandonar este centro, y vas a regresar a las formas muy predecibles. Entonces quisimos volvernos muy hábiles para poder decir: "¡Oh, cielos! Estoy un poco atemorizado en este momento, un poco frustrado. Me tomaré un momento para ver si puedo regular y cambiar mi estado interno." Tienes que encontrar el momento presente para hacerlo, tienes que interrumpir la respuesta del estrés, tienes que cambiar tu respiración, las ondas cerebrales se vuelven más lentas, la consciencia se ubica en el cerebro límbico y al mismo tiempo el corazón regresa a la coherencia y entonces irradia un campo coherente muy significativo. Ese tipo de ordenamiento se puede transformar en una habilidad, y entonces, ojos abiertos, ojos cerrados, es simplemente una función de tu habilidad para regular los estados internos.

P: Soy Kat de Hawái. Esta es una pregunta en tres partes. Obviamente el TEPT (Trastorno de Estrés Post Traumático) es un estado de incoherencia, y por otro lado no hablamos realmente de las ondas gamma, pero eso se encuentra en las personas que han meditado durante largo tiempo, entonces parte de mi pregunta es, las personas que estuvieron ahí, que pasaron por una transformación, ¿estaban en ese estado gamma, durante todo ese tiempo, en los vaivenes? Y luego, y si el TEPT -en este momento se me ocurre que no está dentro del cuerpo - es esa incoherencia. Entonces ¿dónde está el Campo, esa energía, esa indómita energía dispersa? ¿Dónde está el cómo? Tal vez no lo hemos comprendido. El cómo es cómo llegamos allí, es decir, si pasamos por una experiencia, y por un tiempo muy largo, soy psicóloga, y por largo tiempo no creí en el TEPT hasta que estuve en un terremoto, y sin ningún motivo, salida de la nada, durante muchos años después de eso, aparecía una experiencia, o yo recibía trabajo corporal y eso se manifestaba, entonces pensé que estaba dentro del cuerpo. Por eso estoy muy intrigada respecto a este Campo, y cómo trabajar dentro del Campo. Obviamente, estoy meditando muchísimo también. Tengo una pregunta compleja que se volvió más grande de cómo empezó.

Joe: Ok, veamos si la podemos tomar por partes. Cuando una persona experimenta un trauma significativo o un shock, lo que sucede es que esa experiencia captura toda la atención del cerebro, hay un cambio en el estado interno, es aterrador, pone toda su atención en esa experiencia externa en el mundo exterior, y esa asociación particular es la que inicia el proceso.

Ahora bien, desde el punto de vista de la supervivencia, podrías tener diez cosas buenísimas que te hayan sucedido en un mismo día, y una cosa mala que te pasó, y te enfocarías en esa única cosa mala. Las personas hacen eso. Y la razón para esto es que el gen de supervivencia dice: "Prepárate por si vuelve a suceder." De modo que tratamos de anticiparnos al futuro basándonos en nuestras experiencias del pasado, y de todos los infinitos potenciales que existen en el campo cuántico, elegiremos el escenario del peor. Y nos preparamos para ese evento, porque si sucede lo peor tenemos mejores posibilidades de sobrevivir a menos que ocurra algo más. ¿Se entiende? Entonces cuando las personas hacen eso, tienen un evento traumático y lo reproducen una y otra vez en su cerebro, a medida que siguen evocándolo y siguen repasándolo, están produciendo la misma química en el cuerpo del cerebro que tenía el cuerpo cuando sucedió el evento; y el cuerpo es la mente inconsciente, no conoce la diferencia entre la experiencia real en su vida que crea la emoción, y esa emoción fabricada solo por el pensamiento. Para el cuerpo es exactamente lo mismo. Así que el cuerpo vuelve a experimentar el evento una y otra vez, y la redundancia de ese ciclo empieza a condicionar el cuerpo así como también al cerebro para vivir en el pasado, porque ahora el trauma existe en ese sistema de memoria implícita que hemos mencionado, y toda la terapia de conversación *(Talk therapy)*, todo el asesoramiento *(Counseling),* todo eso no va a cambiarlo, porque está usando solo las memorias grabadas. Hemos visto mucho de eso en nuestro trabajo, sanarse a sí mismos del estrés post traumático, y un montón de psicología y TEM (Tratamiento de Emergencia Médica) y DEM (Disociación Electromecánica), las técnicas de energía psicológicas, están centrándose en ese sistema de memoria implícita en el cuerpo así como en el cerebro. Y si miras un escaneo funcional de alguien con un trastorno de estrés post traumático, lo llaman el anillo de fuego: todo el cerebro se enciende y la persona está literalmente desequilibrada.

Entonces, en ese estado, lo que estás haciendo es escanear el entorno constantemente para anticiparte a cualquier cosa que se pueda parecer a esa experiencia anterior. Luego, cuando lo comprendes bien, dices: "¡Chicos, tendrían que estar conmigo, porque soy muy inteligente!” (*No tiene por qué sucederme a mí, porque soy muy inteligente.)* Pero, ¿qué pasa cuando no sucede? Lo llaman ansiedad, neurosis, insomnio, TOC *(trastorno obsesivo compulsivo),* porque el cerebro empieza a enfocarse por demás. Y ese estado de concentración excesiva empieza a estrechar la mente hacia un único objeto y eso es lo que hacemos cuando estamos en modo de emergencia. ¿Cómo nos entrenaron para prestar atención? "¡Átate los cordones! ¡Cuidado con los escalones! ¡Cuidado con el auto!" Y en esa brusca liberación de adrenalina creemos que concentrarse es eso. Entonces, cuando trates de ampliar tu enfoque, en lugar de ponerlo en la materia, los objetos, las cosas, concéntrate en el espacio, en la energía, en la nada y abre tu enfoque más allá de tu cuerpo en el espacio. Lo hemos visto miles de veces. Súbitamente, el cerebro empieza a relajarse y volverse más coherente, y de pronto distintos compartimientos tienden a estabilizarse.

Entonces la persona escanea su entorno para anticiparse a que pueda ocurrir ese evento. Y si algún evento está siquiera remotamente cercano a esa experiencia, su percepción ya está liberando anticipadamente las sustancias químicas como si realmente fuera aquel evento y ellas retrotraerán a esa misma persona al momento del trauma. ¿Se entiende?

Entonces, ¿qué está ocurriendo en el cerebro?, ¿qué está sucediendo en el Campo? Buenos, está teniendo lugar un completo desorden en la consciencia, en la energía, en los circuitos neurales, en la neuroquímica, en las hormonas, en la expresión genética. La persona está desequilibrada, y así el proceso requiere empezar a poner orden y que la persona supere esos estados emocionales. Yo siempre digo: “Olviden el evento. ¡Olvídenlo! Solo trabajen sobre la emoción.” Y lo hemos visto en muchas personas que se han curado a sí mismas de cáncer, de toda clase de afecciones y raros desórdenes genéticos. Ellas dejaron atrás la emoción, y cuando la superaron, el cuerpo finalmente se liberó. Y de pronto están percibiendo un panorama totalmente nuevo que nunca pudieron ver, porque ya no están mirando su futuro a través de la lente del pasado.

(*aplausos - se oye a alguien hacer una pregunta, sin micrófono, de lejos*)

P. Hablando del Campo, ¿cómo entra en el cuerpo? ¿Y cómo se conecta el cuerpo con el Campo?

Gregg: Bueno, el Campo es el lugar donde se almacena la información, pero el cuerpo es donde se procesa, donde se la interpreta, entonces... las antenas. Es tal como dijo Joe, eso es lo que lo hace tan interesante. Algo nos hiere, entonces ahora tenemos un recuerdo de dolor. Eso es una conexión neural, una serie de conexiones neurales, y lo que la gente típicamente hace es repetirlo una y otra vez, "¿Cómo pudieron hacerme eso? ¿Cómo pudo alguien traicionarme así? ¿Cómo...?" Cada vez que lo hacen, refuerzan esas conexiones neurales. Las técnicas que ofrece Joe en sus programas y en algunos trabajos en los que estamos colaborando… he visto pueblos indígenas hacer esto a su manera, porque ellos tienen los mismos problemas, solo que no lo llaman ciencia. Pero tienen que encontrar la manera de cambiar el enfoque de modo que dejen de reforzar ese recuerdo para que esas conexiones neurales se debiliten y eventualmente empiecen a romperse. Lo llaman podar. Es como recortar y cortar esas conexiones y fortalecer y reforzar otras conexiones. Entonces, no cambias lo que sucede, pero cambias la forma en que respondes a lo que sucede.

M. ¡Gracias!

Bruce: Quisiera agregar algo que es muy interesante, y que Joe mencionó, y mi querido hermano también. ¿Cómo estás? Quiero traer esto, porque Joe habló de esto cuando les mostró las EEG (electroencefalografías) y vieron todas las vibraciones y las distintas frecuencias. Piénsenlo también de este modo: Cada aporte: vista, olfato, sonido, sabor, temperatura, siempre ha sido grabado allí mismo. Si algo te amenaza, te amenaza de veras, el cerebro tomará una foto en ese momento de todo lo que está ingresando en ese mismo instante. Lo significativo es que ahora lo va a usar como referencia. Si aparece alguna combinación de esos aportes, el reconocimiento del patrón, -no hacen falta todos, tan solo un par, un olor-, súbitamente puede provocar toda la respuesta otra vez.

Así, en el momento crítico se toma una foto de todo lo que ingresa en ese instante y luego el sistema dice que si cualquier parte de eso regresa, especialmente si es una combinación, mayor es la propensión del sistema a reaccionar. Lo quiero comentar porque la mayoría de nosotros ha tenido alguna experiencia y cuando un sonido, un olor, un sabor, la trae de vuelta y uno dice ¿por qué volvió? es que la memoria lo está evocando porque en su origen fue tan crítica que solo uno de esos ingresos puede provocarlo. Alguien trabaja en un taller, se corta un dedo con una sierra, imagínense, es un trauma poderoso en ese momento, y ¿cuál es el tema? Que si va tranquilo por la calle y oye el ruido de una sierra, inmediatamente retirará su mano, porque el reflejo dice: “La sierra, el dolor, guárdala.” Así, estás explorando; cuando has tenido ese estrés estás escaneando en busca de cualquier combinación de esas frecuencias en tu entorno que pueda replicar esa misma condición otra vez. Y es realmente crítico, porque estás escaneando continuamente.

Gregg: Quiero agregar una cosa, porque no contestamos una parte, relativa a gamma. Esa memoria asociada de la que habla Bruce, es lo que realmente crea el condicionamiento, y el condicionamiento se basa totalmente en el pasado. Entonces, al empezar a condicionar al cuerpo emocionalmente, lo condicionan a volver al pasado, y entonces solo pueden percibir de acuerdo con la forma en que está cableado su cerebro, y cómo realmente experimentan emocionalmente, de modo que van a barrer el entorno todo el tiempo y cualquier cosa que se asocie aun ligeramente va a empezar a crear la misma química que los regresa a ese evento del pasado. ¿Se entiende? Luego el comportamiento lo sigue, con todo lo demás.

Entonces, en el TEPT yo diría que la persona se desconecta de veras del Campo, diría que ciertas áreas del cerebro se cierran y no le permiten acceder a la información, porque debido a la naturaleza misma del trauma, de esas terminales inactivas del cerebro, el cerebro ya no está funcionando como un superconductor, ya no es una antena que está recogiendo y enviando y recibiendo información, así que cuando la persona tiende a abrir su enfoque y a entender que hay un campo a su alrededor, es ese proceso de abrir el enfoque lo que le permite conectarse con el Campo y empezar a descargar información, y les daré un ejemplo sencillo, el de una mujer que llegó a nuestro evento en febrero. Es una historia horrible, ella fue violada por cuatro hombres cuando tenía 19 años. Y durante toda su vida, ¡toda su vida!, no pudo tener un compañero de cuarto, nunca tuvo una pareja, tenía terrores nocturnos, no podía dormir, tenía un insomnio terrible, había probado con hipnosis, con acupuntura, con psicoterapia, probó de todo para intentar sanarlo. Durante 50 años, ¡50 años! sufrió esto. Y nosotros teníamos una meditación especial en la que les pedíamos que se convirtieran en nadie, en ninguna cosa, en ningún lugar, en ningún tiempo, para volverse pura consciencia y desplegarse como una concienciación en el espacio infinito, en este Campo infinito donde existen todas las posibilidades. Ella no tendría que ser su identidad, no sería su memoria, solo sería un pensamiento, una posibilidad, sintonizándose con esta información. Teníamos su cerebro conectado al scanner, y en medio de la meditación, a ella le llegó una centella de energía que entró directamente en su sistema nervioso y con esa energía llegó el mensaje: "Yo mandé a cuatro ángeles disfrazados de violadores a tu mundo para sanarte." Cuando a ella le llegó esa información, todo terminó. ¡Terminó desde ese momento en adelante! Eso es sintonizarse con la información. Y la experiencia interna es tan profunda que realmente empieza a borrar la experiencia pasada, y no es una visión interna (*insight*) sino una revelación *(epifanía),* porque entra profundamente en el cuerpo, y allí es cuando las personas empiezan a sanar, reciben descargas porque ahora están conectadas, ustedes vieron esas descargas, ahora están accediendo a la información.

Ahora bien, gamma es la súper consciencia, y cuando el sistema nervioso simpático que normalmente se usa para la eyaculación o los orgasmos, o para luchar o huir, cuando ese sistema nervioso simpático realmente empieza a funcionar muy bien con el sistema nervioso parasimpático, cuando comienzan a alinearse, lo que sucede es que en lugar de soltar la energía hacia afuera como en el orgasmo, o que sea consumida en la digestión, o sea perseguida por un animal, convirtiéndose en una respuesta de lucha/huída en lugar de liberar la energía hacia afuera, se la libera hacia arriba, y cuando se la libera hacia arriba, la energía es eyaculada hacia el cerebro, y al ocurrir eso, hay una "puerta" en el tronco cerebral, llamada puerta talámica y básicamente, esa puerta se abre y una vez que se abre, de pronto toda la energía sube por esta puerta talámica, pasa por ese sistema de activación de los centros superiores, los activa y el cerebro entra en estado gamma.

En gamma, lo que sucede típicamente es que la persona tiene una experiencia que no olvidará, y es tan intensa, el cerebro está tan encendido con la energía, que no puede olvidar ese momento y yo les mostré una diapositiva de la Kundalini. Ese cerebro estaba en gamma en ese momento, porque se estaba liberando energía y esa emoción se almacena en el cuerpo, y el cuerpo literalmente está en el pasado. Y una vez que esa emoción empieza a convertirse en pura energía, de pronto toda esa energía empieza a volver al lugar de donde vino como pensamiento, y súbitamente el cerebro tiene como un orgasmo, no tengo otra forma de describirlo, y esa liberación de energía en el cerebro es energía que regresa, y el cerebro entra en estados gamma.

Bruce: Un aspecto interesante sobre el estado gamma. Un amigo mío en Inglaterra está trabajando con EEG y algunas modalidades de cambio de creencias y lo interesante es que hay una postura que se llama Cook’s Hook Up *(N de la E: Véanlo en* [*https://www.youtube.com/watch?v=W8Ns-2yENgc*](https://www.youtube.com/watch?v=W8Ns-2yENgc) *)* donde uno cruza las piernas y cruza los brazos así y las manos de este modo, y se sientan ahí durante unos minutos y repentinamente se empiezan a sentir muy calmados. Y en los EEG se puede ver que cuando uno entra en eso, y en alrededor de un minuto o dos, toda la energía empieza a hacerse más lenta y más tranquila. Pero la parte interesante es que, después que entraba en ese estado, él le decía a la persona:" Ahora venga desde su corazón y ame, solo traiga amor." Setenta segundos. Es lo que tarda cada vez; setenta segundos después de la indicación de venir desde el corazón, gamma aparece de la nada y se dispara por encima de todas las demás energías en ese punto. Y es un momento muy emocionante, porque se dice que una vez que vienes desde el amor en ese momento de relajación cuando todo está en calma, gamma sale disparado desde tu cabeza de ese modo. Es una energía importante esta que menciona Joe.

Joe: Es como... no sé, es como si hicieras el amor, no sé, uno tiene que preparar su ánimo primero. Y tienes que calmarte, tienes que distenderte, y luego te excitas (*risas en el fondo*) y así es como funciona, de modo que cuando abres el corazón, esa energía se mueve directamente hacia arriba al cerebro, porque las fibras van a abrir los centros.

M.: ¿Necesitan hacer una pausa?

P.: (*alguien del público, sin micrófono)* ¿Cómo se mueve?

Bruce: La razón por la que funciona es que en la vida diaria normal, funcionamos desde el hemisferio izquierdo o derecho del cerebro, a veces uno, a veces el otro, uno es más emocional, el otro es más intelectual, y así algunas veces uno está más emocional respecto a todo y poco después, ese mismo día, está más intelectual. Lo significativo es que no está funcionando con sincronía cerebral, sino con predominio, uno predomina sobre el otro. Lo significativo de eso es que cuando los niños son pequeños pueden descargar cantidades masivas de datos en los primeros siete años cuando están siendo programados, los hemisferios cerebrales trabajan sincrónicamente.

Cuando utilizas tu mano derecha, estás usando el hemisferio izquierdo; cuando utilizas la mano izquierda, usas el hemisferio derecho. Excepto que si mi mano izquierda cruza la línea media y estaba controlada por el derecho, una vez que cruza de lado, la toma el izquierdo. Así que si cruzas ambos brazos y cruzas tus piernas así, para hacerlo fácil, y lo mantienes por dos minutos, si estabas en una situación de estrés, de ansiedad, o en un examen en un aula, todo lo que tienes que hacer es eso durante dos minutos y en el EEG puedes ver que empieza a descender la calma en ese punto. Eso se debe a que estás logrando que el cerebro sincronice los dos hemisferios, y cuando estás en estado de sincronicidad y vienes desde tu corazón, gamma sobrepasa toda la energía.

*(Aplausos del público)*

P. Hola, soy Diane de Nueva York, es un honor estar aquí. Mi pregunta es: ¿Qué hacen los telómeros? ¿Qué papel desempeñan los telómeros en el cuerpo? Y si podemos sanarlos.

M. Entonces las dos preguntas son qué hacen los telómeros, y número dos, qué podemos hacer para sanarlos.

Bruce: Vaya, esa es una pregunta sobre biología celular, ¡tengo una oportunidad! *(Risas y aplausos de todos)* A ver si explico qué son los telómeros. Cuando se está copiando el ADN, la doble hélice del ADN se desdobla y una proteína marcha por el ADN, y en el trayecto de la proteína, se hace una nueva copia del ADN. Entonces piensen en unas vías de ferrocarril, y una locomotora que va por las vías y a medida que la locomotora avanza por las vías, detrás de ella se va duplicando el ADN. El problema es que cuando el tren llega al final de la vía, la locomotora todavía está en ella, no puede copiar la parte en la que se halla, solo puede copiar la parte por la que ya pasó. Eso significa: "Copio todo casi hasta el final" y de pronto la locomotora no puede seguir avanzando y se detiene al final de la vía. ¿Saben qué? No puede copiar eso. ¿Y cuál es el resultado? Que la copia es más corta que el original. La próxima vez que lo copie, va a ser más corta que la anterior, cada vez que copias el ADN, pierdes una parte. Entonces la naturaleza prolonga, no el gen, sino el ADN, que es el telómero, como una vía extra, de modo que cada vez que se divide, se acorta el telómero. ¿Cuál es el tema? El envejecimiento. Porque si lo reproduces demasiadas veces, se te van a acabar los telómeros y la próxima vez que lo copies vas a cortar una parte del gen y allí es cuando la enfermedad y la vejez realmente empiezan a manifestarse.

Originalmente, decían: "¡Oh, vaya! Este es el tiempo que puedes llegar a vivir." Cuánto puedes vivir depende de cuánto puedes dividir los telómeros antes que se acaben. Leonard Hayflick calculó unas 40 a 60 divisiones celulares. Entonces la importancia de esto es cómo se limita la vida según cuántas veces se vayan a dividir tus células madres antes de ya no poder hacerlo más. Envejecer, ¿sí? Eso es lo que pensaban.

Y luego se descubrió que había una enzima llamada telomerasa. La telomerasa alarga los telómeros. Y entonces dices: "Bueno, ¿qué está relacionado con esa enzima?" ¿Están listos? La enzima se activa en presencia de la gratitud, el amor a sí mismo extendido en el servicio. (*El público se ríe y aplaude*) Y realmente, es solo aprender a vivir en armonía. Entonces, básicamente, si vives en armonía, si vives en amor, si tienes una misión en este estado, en este mundo, si estás en servicio, seguirás alargando los telómeros, y te mantendrás más sano y vivirás más tiempo. Y eso es lo que pasa cuando muchas personas se jubilan. ¿Qué tiene de malo? No más servicio. Y parece que el sistema dice: "Si no cumples ninguna función, ¿para qué voy a alargar los telómeros?" Y repentinamente, la vida se acorta mucho. Así que si vinimos con una misión para que todos aprendamos, si podemos estar aquí con la misión de ayudar y vinimos aquí con una misión de amor y de ayudar a los demás, entonces se nos da vida extra para completar este trabajo para la comunidad. Y eso es lo que necesitamos.

 (*El público aplaude con entusiasmo)*

Gregg: Entonces esta es un área en la que nuestro trabajo se relaciona con esto, y organizamos programas de varios días, individualmente, y hoy tenemos la oportunidad de estar todos juntos para hablar de estas cosas.

Esta es un área de investigación relativamente nueva, ¿saben? Recién en 2009 la investigadora de la Universidad de Stanford, Elizabeth Blackburn, recibió el Premio Nobel. Ella descubrió que la enzima telomerasa sanaba los telómeros. Aquí hay una cuestión, quiero ser muy claro, es un tema candente, ¿saben? Cuando se descubre algo nuevo todos se abalanzan, comercialmente, y tratan de hacer toda clase de cosas con eso. Y ustedes son bombardeados; si están en Internet los bombardean con avisos de suplementos para la salud y cosas así, y les dicen que les van a sanar los telómeros. Oh, tal vez lo hagan, pero la cuestión es esta. Voy a retroceder un poquito y voy a describirlo de un modo algo diferente. Hoy en día ya nadie usa zapatos con cordones, pero si tienen zapatos con cordones, ven que los cordones tienen pequeñas envolturas plásticas en los extremos para que no se deshilachen, ¿vieron? Eso es exactamente lo que hacen los telómeros al final del ADN cuando las células se dividen y cada vez que se divide el telómero, se quiebra un pedacito, se rompe, pero está bien porque todavía les queda más; y luego sucede de nuevo y les queda algo, y otra vez y les queda algo y otra más. El límite Hayflick es de 20 a 40 divisiones celulares lo que representaría unos 120 años. Entonces la idea es, la ciencia se pregunta, si pudiéramos activar esa telomerasa para sanar los telómeros, tal vez las personas puedan vivir para siempre.

¿Pero cuál sería el problema con eso? La forma en que están diseñados los telómeros es la forma que tiene la naturaleza para eliminar algunas células de tu cuerpo que tú no quieres que vivan para siempre. Si tienes células en tu cuerpo que por alguna razón no se están replicando adecuadamente, esa es una célula cancerosa o algún tipo de enfermedad, y los telómeros le impedirán que viva para siempre, pero si empiezas a bombardear tu cuerpo con una sustancia química que artificialmente conserva viva para siempre cada célula de tu cuerpo de manera artificial, químicamente, tal vez no obtengas el resultado que quieres. Y esa es la belleza de lo que están diciendo mi hermano Bruce y Joe aquí.

Lo que ellos descubrieron es que es cierta esta relación entre el corazón y el cerebro, la verdadera compasión, el perdón, el cuidado, la gratitud, el aprecio, que establece la coherencia entre el corazón y el cerebro, penetra todo el cuerpo y eso desencadena la telomerasa que sana los telómeros, pero vean lo que sucede: la única forma de conseguir ese beneficio es al convertirse en esa compasión, aprecio, gratitud, amor. ¿Se entiende la diferencia entre tomar una píldora que va a influenciar a cada célula, y luego sigues adelante, vives y piensas, y haces lo que quieres, sea lo que sea? O te conviertes en tu vida en la gratitud misma, el aprecio, el cuidado, la compasión, y recibes los beneficios en tu cuerpo reflejados químicamente a través de una vida más larga y de la longevidad. ¿Está claro eso? ¿Tiene sentido?

No estoy diciendo que uno esté bien y sea lo adecuado y el otro no, solo digo que es tan nuevo que la gente lo está abordando en formas muy diferentes, y aquí está el asunto. Solían pensar que el límite de Hayflick era de 120 años. Existe una línea celular que se creó en 1958, creo que fue así, de una mujer, sí, las células HeLa. Ahora tenemos lo que llamamos células inmortales; existe una línea de células inmortales que usan los biólogos, tomada de una mujer en 1958 que todavía están vivas y reproduciéndose, porque activan la telomerasa en su cuerpo para hacerlo. Hay mucha investigación nueva sobre esto, solo quería que fuesen conscientes de esto. Si van a casa y ven un producto en Internet y les dicen que eso va a sanar sus telómeros, y van a vivir para siempre y no van a tener que cambiar nada más en su vida, tengan cuidado, es una señal de alerta. *(Dirigiéndose a Bruce)* ¿Quieres decirlo tú?

Bruce: Sí, gracias, Gregg, me gustaría agregar algo también. No se trata solo de la telomerasa, sino también de la epigenética. Porque viene el farmacéutico y te dice que si tomas este suplemento también afectas tu epigenética. ¡Esto es un montón de B.S! (*Grandes risas del público - N.T. Juego de palabras en inglés: bull shit, bosta; belief system, sistema de creencias) (Bruce aclara riéndose que se refiere a Belief System.)* Déjenme contarles por qué es totalmente falso. Y la razón de que la industria farmacéutica sea tan letal, donde 300.000 personas mueren cada año a raíz de los medicamentos farmacéuticos, es esta: Nada en el cuerpo se le da a todas las partes del cuerpo simultáneamente. El cuerpo brinda información significativa, ya sea de nutrientes, hormonas, o lo que sea que quieran controlar; lo dirige directamente a las células que lo necesitan, y no lo pone sistémicamente en el cuerpo. Nada es sistémico en este aspecto.

Por ejemplo, ¿por qué se detuvo la terapia de sustitución de estrógeno? Porque la idea es que si pongo este suplemento de estrógeno en tu sistema, va a afectar tu aparato reproductor y tu humor y todo eso, y va a ser grandioso, pero lo cierto es que los receptores del estrógeno se usan de muchas formas diferentes *además* del sistema reproductor. Se usan en el sistema vascular del corazón y también para regular el flujo sanguíneo en el cerebro. No tiene nada que ver con el sistema reproductor, es otro uso del estrógeno en otro lugar. Lo relevante es que si pones estrógeno sistémico y dices: "Quiero afectar al aparato reproductor," de hecho sí, pero también está yendo al corazón, y también está yendo al cerebro, donde el estrógeno tiene una función totalmente distinta, ya que los hombres también tienen estrógenos, porque no es solo para el aparato reproductor. Por eso las compañías farmacéuticas siempre me irritan con la idea de que si encuentran algo nuevo como la epigenética o nuevos telómeros, inmediatamente dicen: Oh, encontremos una sustancia química y la pondremos. Y yo les digo: ¿Qué pasa cuando ponen el estrógeno? Bueno, la intención era ir al aparato reproductor y ayudar a pasar la menopausia. Y yo digo, ¿pero qué más sucedió? Bueno, fue al corazón y fue al cerebro y afectó los vasos sanguíneos y ¿saben algo?, causó accidentes cerebro-vasculares e infartos. Y por eso no continuaron con la terapia de reemplazo hormonal. Pero el mensaje es este: No hay nada que pongas en el cuerpo que se distribuya universalmente, porque el cuerpo no lo distribuye así. Es muy preciso y muy específico, de modo que no hay que generalizar eso de tomar una sustancia química y de pronto estar mejor; ese es el origen de… uso libremente el término los “efectos colaterales” (*side effects). Ja, ja. (Lo mira a Joe cuando lo dice)*

Joe: *(Dirigiéndose al público)* Acabo de convertirme en un efecto colateral…

(*El público se ríe y Bruce también*)

Bruce: Quiero darles una verdad muy sencilla. No son efectos colaterales, son efectos directos. (*N.T. Juego de palabras, side effects, "side" lateral, de costado).*  No hay efectos colaterales. *(Aplauso*s)

Joe: Por último, si están interesados en algunos de los estudios, vean el trabajo de Dean Ornish, quien tomó a un grupo de hombres propensos a problemas prostáticos y les enseñó la forma de exteriorizar sus sentimientos, cómo mover el cuerpo de otro modo, cómo hacer elecciones múltiples, cómo encontrar el momento presente, y en muy corto tiempo no solo activaron genes para su salud y desactivaron genes para el cáncer de próstata, sino que él notó que además se habían alargado los telómeros en las células en casi un 10%, lo que significa que recuperaron un 10% de su vida y uno de ellos recuperó hasta un 25%, lo que significa que entonces recibió una sentencia de vida más larga.

Y creo que Gregg y yo hemos hablado de esto alguna vez y creo que Bruce y yo lo comentamos el año pasado. Queremos medir los telómeros en nuestros talleres, quiero medirlos porque quiero ver si las personas realmente pueden cambiar su expectativa de vida, quiero ver si pueden cambiarla de veras haciendo lo que estamos haciendo, y de ser así, es como lograr lo que parece imposible. Se convertirá en la creencia actual. *(N E: En el original, Joe dice que es como correr una milla en cuatro minutos, lo que se consideraba imposible hasta que Roger Bannister lo logró en 1954)*.

(*Aplausos*)

P. Esta es una pregunta sobre la vibración o la frecuencia, y me gustaría si la pudiesen responder más colectivamente, pero te la dirijo principalmente a ti, Gregg. Yo sé que hace unos 20 años, en los noventa, hubo una medición consistente de la frecuencia o de la vibración de la Tierra y que ahora es más del doble. Tengo curiosidad por saber si han visto si puede haber un patrón en el cambio de la vibración de la Tierra con los descubrimientos en Internet, o incluso si la Tierra está entrando en alfa. La Tierra se está moviendo hacia gamma, y el efecto que eso tiene. Sé que lo han estado viendo y oí que posiblemente es del 16% o algo así; no estoy seguro, no soy científico, pero me encantaría que hables de eso y me gustaría saber si hay alguna correlación, ya sea biológica u otras posibles, que esté relacionada con este aumento de la vibración y si el sol y la heliosfera interactúan con eso.

Gregg: Son tres preguntas hasta aquí. *(Risas*)

P. ¿Es la Tierra, solo la Tierra, o es también la heliosfera? Porque el sol y la Tierra están conectados.

Gregg: ¡Ya son cuatro preguntas! *(Grandes risas*) Ya entiendo, gracias. La pregunta es… ese campo al que te estás refiriendo… En 1958 se lanzaron los primeros satélites en órbita alrededor de la Tierra para ver qué pasaba en nuestro planeta, porque no lo sabíamos. Estábamos adivinando, no lo sabíamos realmente. Y una de las cosas que se descubrieron se llama la Cavidad de Resonancia Schumann -es un término técnico- que rodea la Tierra. E inmediatamente se lo ocultó, porque los militares comenzaron a usarla para sus comunicaciones. Por eso no se ve mucho de eso en las publicaciones de libre acceso, se ve más ahora que en los noventa. Y esta Cavidad de Resonancia Schumann no es una frecuencia única. La frecuencia básica es de 7.8 hercios, de 7.8 ciclos por segundo, y luego va en intervalos que son múltiplos enteros, así que el siguiente es de alrededor de 15 ciclos por segundo, y lo que sucede es que la Tierra pasa por períodos en los que domina uno u otro. Por eso en este momento el de 15 ciclos por segundo parece predominar ligeramente, pero no ha sido reemplazado, fluctúan. Lo que lo hace interesante es que los campos magnéticos de la Tierra son una parte importante de esto, eso es lo que están midiendo, y las emociones humanas, específicamente las emociones basadas en el corazón, afectan directamente la Cavidad de Resonancia Schumann.

Lo que esto nos está diciendo… Todos hemos oído que el cerebro es el que domina en el cuerpo y cuando estaba en la escuela me enseñaron que el cerebro tenía el único campo electromagnético en el cuerpo, y ahora sabemos que no es cierto. El corazón tiene un campo electromagnético que es realmente más fuerte que el del cerebro. Funcionan juntos.

Estos son algunos antecedentes, y la razón por la que esto es importante es que el 9/11 les enseñó a los científicos cuán profunda es realmente la relación entre los humanos y nuestro planeta. Este campo electromagnético, la Resonancia Schumann, es tan importante que los científicos la miden cada 30 minutos. Nuestros satélites nos reenvían la información porque afecta todo, todas las cosas están conectadas con este campo, cada brizna de pasto, cada hámster, cada pez, cada CEO de cada corporación, cada líder, todos los gobernantes de todas las naciones; no hay un “ellos y nosotros”, hay un “nosotros” cuando se trata de este campo, así que ellos quieren saber qué pasa con este campo.

Un día, los satélites mostraron este enorme pico que casi se salió del gráfico. Ojalá tuviera esa diapositiva aquí para mostrarles, fue algo fuera de serie. Los científicos dijeron: ¿Qué pasa? ¿Qué está pasando en la Tierra para crear este pico? Y lo pusieron en el calendario, y eran las 9 AM, hora estándar del Este, del 11 de setiembre de 2001, 15 minutos después de que el primer avión chocara contra la primera torre del World Trade Center. Parece que fueron necesarios unos 15 minutos para que los medios difundieran las imágenes en todo el mundo por la televisión y los satélites. Y ahora ellos le atribuyen este pico –yo estoy seguro de esto y por eso lo comparto- a que cientos de millones y posiblemente miles de millones de personas vieron estas imágenes simultáneamente y tuvieron una experiencia basada en el corazón, el más potente campo magnético del cuerpo, y la experiencia combinada de cientos de millones de corazones humanos fue lo que elevó, lo que llevó al máximo el campo magnético de la Tierra.

Esto fue una novedad para los científicos, porque siempre nos dijeron que estábamos separados de la Tierra, que no teníamos ningún efecto. ¡No se supone que los humanos afecten el campo magnético del planeta!

La razón de que sea importante es esta. Si ustedes lo recuerdan, los primeros dos días, por lo menos los dos primeros días después del 9/11, fuimos verdaderamente una familia global. Las personas se unieron como no lo habían hecho nunca en tiempos modernos. Los científicos lo atribuyen a un campo magnético muy elevado, cuánto más elevado es ese campo, menos agresivos somos; esa es la relación. Cuanto más fuerte es el campo magnético de la Tierra, menos agresivos somos y más dispuestos estamos a colaborar.

Entonces, la pregunta es: ¿Podemos crear eso sin tener una tragedia como el 9/11 para lograrlo? La respuesta es que sí, eso nos dice HeartMath, que ahora ha creado algo llamado la Iniciativa de Coherencia Global, (*GCI, Global Coherence Initiative)* donde han establecido sensores en la superficie de la Tierra y les están enseñando a las personas cómo crear la coherencia corazón/cerebro para mitigar los efectos de lo que está pasando en nuestro mundo y en el Campo hoy en día, y los resultados… la Universidad de Princeton fue pionera en este trabajo, IONS ahora es parte de esto, es el Instituto de Ciencias Noéticas, les hablé de esto ayer y de HeartMath, de modo que hay una relación directa entre la emoción humana y estos campos en la Tierra cuando en nuestra vida diaria –ellos van a llevarlo en directo a la vida cotidiana- podemos corporizar el agradecimiento, la gratitud, el cuidado, la compasión en nuestras vidas y cuando establecemos esta relación corazón/cerebro estamos alimentando el Campo mismo que nos conecta a todos de una manera positiva. Ustedes lo están alimentando ahora mismo, la cuestión es si saben qué le están dando.

Así que ahora esta es una oportunidad para influenciar este Campo conscientemente. Y ahora estoy hablando del contexto. Aquí estamos al final de un gran ciclo y el comienzo de otro, cuando tenemos este impulso por una guerra que no tiene que suceder nunca, cuando la ciencia nos está diciendo cosas sobre nosotros y que no somos lo que creemos ser, y somos más de lo que jamás percibimos en el pasado, y justo cuando más lo necesitábamos, hemos completado el círculo y nos estamos dando cuenta de que nosotros, como individuos, colectivamente como comunidad, tenemos la capacidad de influir sobre los campos de la Tierra para traer la paz a nuestro planeta. ¿No es hermoso? No se me ocurre mejor manera de hacerlo. (*Aplausos*)

Fue una larga respuesta para una pregunta corta, pero no es que esos campos estén desapareciendo, es que se están volviendo predominantes en ciertos momentos, y actualmente el campo dominante es 16 hercios y nosotros estamos contribuyendo a eso. El de 7.8 hercios todavía está allí.

M. ¿Alguien tiene una pregunta?

P. Tengo una pregunta que mi profesor de anatomía y fisiología no me pudo contestar respecto al sistema nervioso. (*Risas*) Hablamos con bastante profundidad sobre la patofisiología de cómo se envía una señal a través de la membrana de la neurona hasta el cerebro electroquímico y todo eso, pero no me pudo dar una explicación clara de cómo sabe la neurona A cómo mandar la señal a la neurona B o a la neurona C, por ejemplo, cómo decide la neurona cuándo enviar una señal para flexionar mi brazo a los nervios correctos en lugar de equivocarse y mandarla para extenderlo, cómo saben los nervios cómo y a dónde mandar las órdenes. Tengo un compañero de trabajo que no me agrada y estoy tratando de sentir más compasión por él. ¿Cómo lo saben los nervios? ¿Cómo hago para enviarla a la persona correcta a la que quiero ir? ¿Cuál es la mecánica? (*Risas*)

Bruce: Bueno, una cosa que me gustaría agregar a la historia, que no es parte de la historia regular es esto: Cuando observamos las conexiones de las neuronas y la sinapsis decimos, sí, esta es una conexión química, pasa por aquí, es así. Lo que ignoramos totalmente es el hecho de que todas las neuronas también están vibrando a unas frecuencias que también están saliendo al Campo, así que hay algo así como un generador de la frecuencia vibratoria y es una parte importante de la neurociencia que ellos todavía no captan, y lo cierto es que las células responden a las frecuencias vibratorias, de modo que una neurona puede disparar y con la frecuencia precisa y solo una célula que tenga receptores resonantes disparará con ella, de modo que depende de la frecuencia del disparo. Un gran error es que verán al pico como el mensaje, ese es el portador, el que levanta el mensaje. El mensaje son unas pequeñas líneas difusas en el pico neural que van hacia arriba y hacia abajo. Recuerdo caminar en el laboratorio de un amigo mío que era una eminencia en neurociencia y tenía un corrector líquido y estaba trabajando en una grabación de su osciloscopio y decía: "Estoy limpiando la línea," así que estaba ocultando todas las pequeñas líneas diminutas que iban para arriba, y yo le pregunté: "¿Qué son esas líneas pequeñas que van hacia arriba?" Y me contestó: "Bueno, esos son canales que se están abriendo y cerrando." Y yo lo miré y pensé, ¡Dios mío, ese es el lenguaje! ¡Borraste toda la comunicación! Y así, ellos ven los picos como si fueran la información, y no son los picos, es la vibración como onda portadora junto con el pico. Y la vibración se difunde, cosa que es maravillosa porque debido a eso los nervios se pueden conectar, no solo porque tienen sinapsis, los nervios se pueden conectar porque tienen una frecuencia en una mezcla de cien mil millones de neuronas. Solo los que corresponden en resonancia armónica van a responder. Esta es la razón de que cuando hay alguna acción y hay sincronía cerebral, el cerebro esté disparando, y ¿qué hace?, está enviando un campo a través de cien mil millones de neuronas, a ver cuáles neuronas en ese campo están en armonía con eso. Y esas son las que se van a activar. Entonces, cuando restringes la comunicación a una sinapsis y una comunicación es un pico, perdiste el mensaje y perdiste la capacidad de entender cómo cien mil millones de neuronas pueden estar integradas sin estar cableadas entre sí también. El cableado es bueno, los hábitos, los patrones son muy buenos, pero hay mucha comunicación que no está cableada en absoluto.

Gregg: Y las antenas…

Bruce: Y las antenas, los receptores, están respondiendo, y esto está mucho más allá de la neurociencia tradicional, que todavía está encerrada en lo químico, lo físico, la comunicación, y que el pico es el mensaje cuando yo digo que no. El pico significa que se envió algo, pero acabas de borrar lo que decía el mensaje.

Joe: De modo que puedes mirarlo de una o dos maneras, para añadir esto a lo que dijo Bruce. Si eres un materialista, entonces ves ciertas neuro-conexiones que ocurren, que se aprendieron, ya sabes, gateas y caminas y tomas un tenedor, y no te lo llevas bien a la boca unas cuantas veces , y tomas un vaso y lo pones boca abajo y pasas por todo ese proceso de aprendizaje en que vas más que nada navegando en un entorno; y entonces cuando usamos nuestros sentidos en su mayor parte es para interactuar en tres dimensiones y en realidad hemos aprendido conductas y caminos que realmente son un reflejo de conductas y acciones y elecciones, etc.

Pero si lo ves desde un punto de vista inmaterial, cuando lo miras bien, somos seres vibratorios. De repente, el sistema nervioso actúa como un conductor de información, y son los armónicos donde la información se ha estado descargando en el sistema nervioso que está llevando la frecuencia del mensaje a la célula, y esa frecuencia es la que realmente está activando la célula, en realidad, interactuando por luz e información y esta luz e información están sucediendo más rápido que la velocidad de la luz, lo que hace que parezca tan natural y tan fluido, porque ese campo invisible de energía que está rodeando tu cuerpo en realidad es *tú*, Y realmente tú eres mucha más consciencia con una energía que está animando ese cuerpo como a un títere, y entonces, en cuanto empiezas a sintonizarte con la información y vas más allá de tus sentidos, aquí es donde se pone interesante, porque ahora estás interactuando con el campo cuántico donde existen todas las posibilidades, y de pronto vas a sintonizar la información. Viste las descargas, hemos visto ese momento una y otra vez. Esa descarga de datos está realmente reorganizando los neurocircuitos para ser más sensible a la energía, más sensible a la información, y cuando alguien tiene una experiencia sensorial plena sin sus sentidos… Imagínate eso. ¿Qué pasaría en este instante si tus sentidos se intensificasen un 25%? Todo lo que estás viendo, todo lo que estás oliendo, todo lo que estás saboreando, todo lo que estás oyendo, todo lo que estás sintiendo. Si tus sentidos están intensificados, así también lo está tu percatación, y si tu percatación está aumentada, entonces también lo está tu consciencia, y si tu consciencia está elevada, también lo está tu energía.

Entonces, de repente, estás descargando información vital porque ya no eres un materialista, y eso es lo que está integrando y mejorando casi toda tu biología, directo a la célula, al ADN, hay receptores que son mucho más sensibles al electromagnetismo que a la química y no es una coincidencia que estén allí.

Bruce: Eso es algo que yo quería decir, porque hay un estudio de un físico de la Universidad de Londres, llamado McLaren, que dice: "Sabemos que las células responden a señales químicas, pero ahora también sabemos que responden a señales vibratorias" Y cuando estudió la física de cuál es la mejor forma de señalización en relación con la receptividad de la célula, resultó que la firma vibratoria *(la señal vibratoria específic*a) es 100 veces más eficiente para comunicar información que la señal química específica, y en segundo lugar, como dijo Joe sobre la velocidad de conexión de las señales eléctricas versus las químicas, las señales eléctricas son infinitamente más veloces en comparación con el movimiento de una sustancia química en el espacio, y en conclusión, dijo que cuando uno comprende la comparación de los dos métodos de señales, no están ni siquiera relacionadas, en el sentido que la comunicación energética sería altamente selectiva por encima de la comunicación química. Pero la comunicación química es la entrada para la industria farmacéutica, y ellos han reprimido la información respecto a la energía en el Campo, porque no se la puede vender en una píldora o una cápsula, y no les sirve. *(Risas del público*)

Gregg: Esta es una de las razones por las que me encanta venir a estas conferencias, porque las preguntas que nos hacen todos solo pueden responderse reconociendo que hay más que lo nos han hecho creer en el pasado. ¿Estabas ayer conmigo cuando hice mi exposición en este salón?

P. Sí, estuve aquí, y es la razón por la que pregunto. Y te vi hace unos años en Dallas también.

Gregg: Bueno, gracias por eso. Y es la razón por la que comencé esto de las Preguntas y Respuestas comentando que la memoria no está en nuestro cuerpo, ni en nuestro cerebro, sino que está en el Campo. ¿Vieron las diapositivas, esa filmación en tiempo acelerado que les mostré con las neuronas que hacían crecer neuritas rápidamente? Esto va a responder otra pregunta que apareció más temprano en esa sesión de preguntas y respuestas respecto a hacer algo mecánicamente o hacerlo con sentimiento y emoción. Yo toco la guitarra, así que me identifico con esto como guitarrista, pero tú puedes relacionarse con ello como te parezca; es obra nuestra, nuestro deseo emocional de elegir ser más, de expandir quiénes somos más allá de lo que éramos cinco segundos atrás. Ese es el imperativo biológico, es el disparador de que tu cuerpo ahora debe hacer lo que sea necesario para que esto suceda y uno de los lugares en los que ocurre es cuando estamos desarrollando las antenas haciendo crecer las células. Una vez que esas redes, una vez que esas neuronas nos han respondido, dentro de estas 72 horas - algunas personas lo hacen aún más rápido - entonces estamos conectados en ese lugar en el Campo donde tiene sentido. Estás tocando la guitarra como todos aquellos que vinieron antes y se conectaron en el mismo lugar, o están resolviendo problemas matemáticos o están pintando como Miguel Ángel, porque ahora estás conectado con ese campo que es la emoción. Esa es la diferencia con aprender mecánicamente, puedes sentarte ahí y aprender mecánicamente. Mi padre y yo tomamos lecciones de guitarra cuando yo tenía 6 años. Tomábamos clases de guitarra y a mí no me gustaba porque era muy rígido, regimentado, todo tenía que ver con la forma, y mi padre nunca fue más allá de eso, de modo que cuando yo lo observaba tener su experiencia con la guitarra no le resultaba satisfactoria. Todo se trataba de sentarse en posición perfecta, y nunca permitir que esta mano tocara no sé qué, y todo así, y dejaba la guitarra y se iba. Cuando yo empecé a hacer esto y me permití ir un poco más allá, y una vez que pude sentir la emoción de conectarme con eso, creo que allí están las diferencias entre la ruta mecánica de reproducir algo y el comenzar a improvisar y dar un paso fuera de la caja. Pero la única manera de conseguir llegar a esos entendimientos es si aceptamos lo que nos está diciendo lo mejor de la ciencia actual, y lo que nos está diciendo es que no estamos confinados a estos cuerpos, que nuestras memorias no están confinadas a nuestros cerebros y que nuestros cuerpos son receptores para lo que está allá afuera. Y creo que esta conferencia de Kryon está referida justamente a eso, a que estamos aprendiendo más de lo que está allí afuera, así como de lo que está aquí dentro. Espero haber contestado tu pregunta. Nos escuchaste hablar a los tres.

P. Sí, absolutamente, y tengo una pregunta rápida. (*risas*)

Moderador: No es posible. La próxima vez. Gracias.

Gregg: Solo una última cosa al respecto. Si consideras tu cuerpo desde una perspectiva cuántica, como luz e información gravitatoriamente organizada, entonces la memoria está en el Campo y dentro de ti, porque tú estás en el Campo, Entonces tu biología es una causalidad descendente de lo que está sucediendo en ese Campo y por eso hay patrones fractales que ocurren en todo el camino descendente. Así que creo que al observarlo en ambos sentidos y viendo que nuestra biología es un reflejo de eso, de algún modo se unifican ambos principios.

Joe: Bueno, ¿cuáles son las implicaciones de lo que estamos diciendo? Hemos hablado de esto en nuestras exposiciones más largas. Significa que cuando el Universo te toca en el hombro con un impulso creativo, sea lo que sea eso, crear una pieza de música, empezar un nuevo programa de desarrollo, enseñar a los jóvenes con un método diferente, una nueva dieta, arte, música, innovaciones en nutrición, ¡lo que sea!, en ese momento recibes el don. Y si no eliges aceptar ese don y actuar con él, si dices, "Está bien, ahora estoy ocupado, lo haré dentro de un año," si no lo haces, otra persona va a hacerlo. Porque está en el Campo, y otras personas están extendiéndose y están diciendo la misma cosa. “¿Qué puedo escribir?” “¿Cómo puedo contribuir?” “¿Qué es lo que puedo compartir ahora mismo en este mundo?” Ese es su ímpetu para que crezcan sus antenas, ¡y todos están extendiéndose hacia el mismo lugar en el Campo!

Rápidamente. Tengo una historia, una historia terrible, verdadera, de un amigo mío, un tecladista, un artista asombroso. Tenía una pieza musical muy hermosa. Nunca la soltaba porque decía que todavía no estaba lista para salir al mundo, así que iba y trabajaba en un bar y ganaba algo de dinero como para seis meses, volvía al estudio de grabación a trabajar de nuevo, y no, no estaba lista todavía, y volvía al bar y servía las mesas otros seis meses. Un día me fue a buscar al aeropuerto de Los Ángeles para llevarme a un evento. Sintonizó la radio ¡y estaban tocando su canción! Esclamó: “¡Esa es mi canción!” Y yo le dije: No; esa *era* tu canción. Era tu canción dos años atrás, cuando el Universo te la dio. No la acogiste, de modo que otra persona lo hizo. No era su letra, pero sí era la melodía, de modo que alguien la recibió y le puso su propio lenguaje. De modo que si no acoges tu impulso creativo, y por eso te cuento esto, si no abrazas tu impulso creativo en el momento, cuando recibes ese hit *(éxito)*, cuando el Universo está diciendo:"Necesitamos lo que tú tienes para dárselo al mundo en este momento," si no lo aceptas, otro lo hará. Eso quería decir al respecto. (A*plausos*)

P. Hola! Esta es una pregunta corta, para Joe. ¿Han considerado medir las ondas cerebrales cuando el Dr. Todd Ovokaytis realiza su trabajo?

Joe: Escucha, mi teoría es que solo voy adonde me invitan. *(Carcajadas y aplausos del público*) Así que si me invita, iré. (*Más risas y aplausos*)

*(Aparece el Dr. Todd Ovokaytis en el escenario)*

Todd: Joe, ¡estás formalmente invitado! (*Risas de los dos y aplausos del público*)

Joe: Mira, me encanta hacer mediciones, me encanta ver los efectos, y si le agrega otra pieza al rompecabezas y comprendemos algo más grande, por supuesto. Tal vez no sean solo EEGs *(electroencefalogramas)* cuantitativos, tal vez no sean VFCs *(Variabilidad de la Frecuencia Cardíaca)*, podrían ser toda clase de muestras de saliva y sangre, o cualquier otra cosa más para armarlo. *(Se ríen todos)*

Gregg: Joe me acaba de dar permiso para contarles un secreto que no le podemos contar a nadie más, pero estamos en mi sala de estar, ¿no? Esta es mi sala de estar. Pues estoy trabajando con la perspectiva de los telómeros desde hace algunos años, pero ha sido difícil porque siempre fue con muestras de sangre. Estoy trabajando con un biólogo joven realmente brillante que ha creado una compañía en Carolina del Norte, quien ha desarrollado un sistema de muestras de telómeros basado en la saliva, de modo que Joe y yo nos estamos contactando para poder usar la medición de los telómeros conjuntamente con todas las cosas que Joe está haciendo en sus programas, y vamos a ponerlo a prueba en uno de nuestros próximos programas, así que fíjense en los sitios web, porque ahora podremos correlacionar todas estas cosas: la biología de la que habla Bruce, los factores epigenéticos, la meditación, la coherencia de corazón/ cerebro del Instituto HeartMath y sus efectos sobre los telómeros, y según entiendo, esto nunca se hizo esto antes, por eso nos entusiasma tanto que estemos haciendo esto juntos. ( *Aplausos*).

M. La siguiente.

P. *Buongiorno*. Estoy aquí representando a los niños. He conducido cruzando cinco estados y he viajado muchos años luz para estar hoy aquí con ustedes, para respirar su aire, y estoy segura de no estar hablando por mí misma al decir que ustedes tres y Kryon representan lo nuevo fabuloso para nuestra generación. ¡Ustedes son más grandes que Los Beatles! (*Risas y aplausos*) ¿Qué palabras sucintas y esenciales tienen para ofrecernos para llevarles a los millones de niños de esta Nueva Tierra a quienes servimos? Breve, directa, ¿qué podemos llevar para entregar con el fin de acelerar la evolución en estos tiempos?

Bruce: Creo que una de las áreas más críticas para cambiar al planeta es comenzar con estos niños. Y lo significativo de esto es que hablamos del hecho de que los primeros siete años son un período programable. Entonces lo significativo es pasar a decir que 95% de la vida de esos niños proviene de ese programa. Y cuando los maestros están tratando de enseñar, no se dan cuenta de que al enseñar están tocando el cerebro consciente, pero en realidad no están llegando en profundidad al subconsciente, y entonces tienen mucha dificultad, porque están intentando transmitir toda esa información consciente, y sin embargo el niño viene de un programa que en su mayor parte es muy negativo, limitante, desempoderante, auto-saboteador. Tenemos que empezar a ocuparnos de eso y no tratar de seguir ajustando la mente consciente en vez de permitir una programación mejor con qué vivir. Porque si seguimos yendo atrás a ese subconsciente y ustedes empiezan a repetir estos programas negativos el 95% del tiempo y ellos no lo ven, como les dije en mi conferencia, entonces tenemos una desconexión; ellos no nos entienden, quiero decir que no quieren ser niños negativos, no quieren problemas en su vida, pero el hecho es que eso no viene de su mente consciente; viene de estos programas. Entonces, lo primero es reconocer que si queremos ayudar a los niños, tenemos que ayudarlos a despegar con programas mucho mejores. Y estoy reconociendo ahora que alrededor del 70% de los programas o más que están recibiendo son sencillamente desempoderantes y limitantes, por tanto, eso es invisible, y esa es la parte más dura para el maestro y por qué le cuesta tanto llegarle al alumno, porque pueden llegar a la mente consciente en el aula, pero no están llegando realmente a la programación subconsciente.

P. ¿Y entonces qué les dirías?

R. ¡Ja, ja! Les diría que empiecen a escuchar lo que está surgiendo de esta comunidad, que empiecen a reconocer que quieren encarar el problema y que luego dejen de actuar al nivel más alto, vayamos más a fondo en esto ahora mismo y asuman esta realidad del subconsciente y empiecen a reconocer que allí es donde necesitan trabajar. Se puede cambiar el subconsciente, y por lo tanto tenemos la oportunidad de re-crear la civilización que tenemos al reprogramar de abajo hacia arriba. Y esta es la solución para la situación en la que nos encontramos ahora. (*Aplausos)*

Gregg: La pregunta más común que nuestra comunidad nos ha enviado a nuestro sitio de Internet es: ¿Qué van a hacer por nuestros niños? Es lo que más han preguntado en los últimos cuatro años, de modo que hemos dado un seminario en equipo el año pasado que tuvo muchísimo éxito. Y tenemos estas diez leyes que yo llamo de asistencia cuántica o de crianza cuántica, que se basan en algunos de los principios que nosotros tres enseñamos de distintas formas y modalidades, pero sí creo que los niños captan esto mucho más rápido que nosotros, y al comprender el desarrollo y al comprender la elección del momento oportuno y al comprender la biología, puedes intervenir en algunos momentos muy críticos para empezar a hacer cambios significativos. Como ejemplo, tenemos neuronas llamadas "neuronas espejo" y estas neuronas espejo son neuronas de empatía, y cuando alimentas a tu niño cuando es muy pequeño, haces así (*el público se ríe ante su gesto*) Y haces esto de abrir la boca y sacar la lengua porque quieres que el niño copie tu conducta; no eres consciente de estar haciendo esto, pero el niño le presta atención a tus acciones, y al comenzar a observar empieza a seleccionar e instruir a las redes neurológicas mismas que preparan al cerebro para que imite esa conducta. De modo que no le puedes decir a un niño, "No seas esto o lo otro," *(no seas un caso emocional perdido)* porque ellos están observando más lo que haces que lo que dices. Y eso es bastante terrible también, porque amas a tus niños, tienen seis, ocho o nueve meses, y se mantienen de pie y al año parece que tuviesen ruedas, andan por todas partes y recogen cosas diciendo: "Tengo un cerebro neuroplástico, me pregunto cómo es que las flores se quedan en el florero. ¡Guau, así es como se quedan en el florero!" O ven que hay algo debajo del lavabo y dicen: “Probémoslo y veamos de qué se trata.” Y así ellos interactúan con el entorno y ¿qué hacen los padres durante todo el año? Les dicen "¡¡¡No!!! ¡¡¡No!!! ¡¡¡No!!!

Y luego, cuando tienen dos años, les dicen: Ponte los zapatos. Y el niño dice ¡¡¡No!!! ¿De dónde lo sacó? (*Carcajadas del público*)

Pero eso no termina ahí, porque nos pasamos el resto de nuestra vida. Para entrar en el reino de los cielos debemos ser como niños, de modo que realmente tenemos que poder ser capaces de lentificar nuestras ondas cerebrales y entrar en ese sistema operativo, o al menos saber cómo entrar en ese sistema operativo por una vía o la otra.

Así que en esas diez leyes les enseñamos a los niños y por cierto ayudamos a los padres porque ellos comprenden que algunas de las cosas que les están transfiriendo con sus conductas, es algo que ellos tienen que cambiar; y siempre digo que el sendero más rápido hacia la iluminación es ser padres, porque tienes que ser el ejemplo de todo lo que quieres que sean tus hijos. Por eso tenemos esas diez leyes y estaremos haciendo más y más seminarios. Espero haber respondido tu pregunta.

Joe: Esta es la manera perfecta de hacerlo con fluidez. Obviamente no lo orquestamos conscientemente, pero es la manera perfecta de hacer estas preguntas. Así que ahora voy a responder aquí dos preguntas. La pregunta original fue qué les decimos a los niños. Y lo que escucho son cosas realmente muy buenas para decirles a los educadores y a los cuidantes y me uno a eso. Ayer dije que si la Fundación Templeton da el dinero, vamos a ir más rápido, pero estamos desarrollando estos programas ahora para dar a conocer a los jóvenes en las escuelas públicas, a una edad muy temprana, los nuevos descubrimientos que demuestran que ellos están conectados con sus cuerpos, no separados; que están conectados con la Tierra, no separados; que vivimos en un mundo de cooperación, no de conflicto. Y ellos empezarán a aplicarlo. Y eso es lo que les diría a los cuidantes, pero los niños mismos lo reciben. Joe lo dijo a la perfección, hay que lentificar esas ondas cerebrales, y creo que uno de los mejores regalos que les podemos hacer a los niños es sumergirlos en la naturaleza de nuevo, *(aplausos*) porque hemos creado un entorno, ya sea en las ciudades o donde mucho es digital, con equipos digitales y teléfonos celulares y mensajes de texto, que pueden ser regalos tremendos. Creo que debemos regularlo en las vidas de los jóvenes así como la cantidad de tiempo que pasan con eso. Necesitamos darles por lo menos otro tanto en la naturaleza donde desaceleran sus ondas cerebrales y se sienten conectados otra vez. Algo sucede, y uno encuentra difícil identificarlo tangiblemente. Yo puedo explicarlo como científico, pero una persona joven lo siente de otra manera. Y esa diferencia es algo que les está faltando en sus vidas, de modo que una vez que llegan a eso, ya no necesitaremos decirles tanto qué hacer, porque el mundo empezará a tener otro aspecto.

Déjenme darles un ejemplo. Una amiga mía estaba enseñando meditación en Colorado Springs, que también resulta ser la sede de la Academia de Entrenamiento de la Fuerza Aérea, y fue justo después del 9/11 y la Fuerza Aérea estaba desarrollando una nueva división de operaciones, algo así como los Navy Seals (*grupo especial de la Marina*) pero era para la Fuerza Aérea, y querían enseñarles a los cadetes de la Fuerza Aérea cómo pasar largos períodos de tiempo solos, en aislamiento, sin contacto humano, sin volverse locos. Así que le pidieron a mi amiga que fuera a enseñarles meditación a los cadetes.

Bueno, tuvo tanto éxito que, una vez que estos cadetes empezaron a aprender a meditar, pudieron pasar muchísimo tiempo a solas, pero de pronto su papel entre los militares ya no tenía más sentido para ellos, (c*arcajadas del público y aplausos*) porque, una vez que estaban en ese espacio lentificaban sus ondas cerebrales, salían al campo, en una trinchera o donde estuvieran, estaban en la naturaleza. Y entraban en meditación y decían: "Oh, Dios, hay otra cosa, hay todo un mundo aquí afuera." Para muchos de ellos se volvió más real que aquello para lo que se entrenaban. No hace falta decir que, obviamente, la Fuerza Aérea canceló el contrato que tenía mi amiga para enseñar meditación. (*Risas del público*) Por lo menos, esa forma de meditación.

Pero creo que volver a poner a nuestros chicos en la naturaleza es realmente importante. Fue una larga respuesta para una pregunta corta. (*Aplausos*)

Bruce: Quiero agregar una cosa, por favor, porque tiene que ver con volver a la naturaleza, como acabas de mencionar. 6.45 segundos, aquí va, úsalo o piérdelo. Se aplica a cada célula, tejido u órgano en el cuerpo, se relaciona especialmente con la creatividad en el cerebro. Y lo que hemos hecho es sacar la creatividad de la escuela, así que más ciencia, más matemáticas, nada de música, nada de arte, no hay actividades al aire libre. Y cuando no se deja a los niños ejercitar estas actividades, su naturaleza creativa desaparece y ahora tenemos chicos con sus juegos electrónicos portátiles, que son solo reactivos, no son creativos. Y eso se debe a la creencia de que la ciencia y la matemática son más importantes que la creatividad en nuestra escuela. Eso ha provocado que en este país, que solía ser uno de los más creativos del planeta hasta hace unos pocos años, ahora hayamos perdido eso. La creatividad está en otros países, ya no está más aquí. (*Aplausos*)

M. Última pregunta.

P. Yo creo que, en algún nivel, podemos acceder también a nuestra mente consciente o mente infinita a través de estar conscientes, así como en un estado mental meditativo. ¿Han hecho alguna investigación o algo al respecto también? Yo sé que hay una súper consciencia que dice que estamos para vivir en forma continua en este planeta, para ayudar a cuidar y nutrir este planeta, pero de lo único que oigo hablar es de la meditación y no sé nada al respecto.

Joe: Veré si puedo desmitificar esto para ti. Usamos la meditación como un modelo para ayudar a las personas a cambiar y regular sus estados internos y si puedes apartar tu atención de tu mundo exterior, estás más propensa a observar cómo piensas y cómo sientes, y cuáles son tus tendencias, el hecho de que te levantas y te mueves todo el día y tu cuerpo tiene el hábito de hacer ciertas cosas una y otra vez. Cuando haces que tu cuerpo tome asiento, le estás diciendo que ya no es la mente, que *tú* eres la mente, que *tú* eres la consciencia que ahora está controlando el cuerpo, y si puedes descubrir el punto óptimo de ese generoso momento presente, va a requerir de tu parte que te vuelvas consciente de cuándo te vuelves inconsciente, y esa acción empieza a desarrollar nuestra habilidad de estar presentes.

Entonces, una vez que desarrollas la habilidad de estar presente, donde coloques tu atención, allí colocas tu energía. Entonces, si practicas estar presente cada día, y yo nunca me levanto de mi meditación antes de encontrar ese momento presente, y sé cuándo estoy allí y sé cuándo no lo estoy, si practicas todos los días el arte de estar presente, tendrás que concordar conmigo que lo puedes hacer con los ojos abiertos o lo puedes hacer con los ojos cerrados. Así que es una habilidad que se puede desarrollar. No puedes ir a una grandiosa meditación espiritual, o venir a un seminario como este y luego tomar la autopista y cortar el paso y gritarle a la gente. No puedes hacer eso porque es como tomar un desayuno orgánico y pasarte el resto del día ingiriendo comida chatarra. Cuando empiezas a tener experiencias interiores profundas, que hacen tambalear tu mundo y te conectan, en algún nivel se convierte en un estado de ánimo, en una condición y finalmente se vuelve parte de tu personalidad; de modo que a medida que empieces a hacer eso tendrás la capacidad de regular tus estados y saber cuándo estás allí y cuándo no. Así que la idea es llevar al cerebro y al cuerpo a un nuevo estado de ser y luego ser capaz de mantener ese estado modificado de mente y cuerpo todo el día, independientemente de las condiciones de tu entorno, independientemente de las adicciones emocionales o los hábitos en el cuerpo y trascender el tiempo. Si puedes, prepárate porque va a suceder algo inusual en tu mundo. Es la ley.

P. Entonces, ¿has trabajado con personas que hayan alcanzado ese estado realmente?

Joe: Es algo interesante, porque cuando vieron lo que mostró Gregg con la gotita de agua, bueno, nosotros utilizamos un caleidoscopio; en realidad creamos un caleidoscopio para comenzar a inducir un cierto nivel de trance que le permita a la persona regular o acceder a esos estados con los ojos abiertos, y hemos obtenido asombrosos patrones de ondas cerebrales, realmente asombrosos, como resultado de ello y tú puedes hacerlo con los ojos abiertos. De hecho, Bruce lo mencionó el primer día. Estás en la ruta manejando un coche y de pronto entras en trance. Te olvidas de lo que te rodea, te olvidas de tu propio cuerpo, te olvidas del tiempo. Te pasas la salida. ¿Dónde estabas? Bueno, estás conectado con algo y tu cerebro está en trance. Ahora bien, si tarde o temprano algo se sale de equilibrio o repentinamente algo golpea el motor o algo parecido, regresas a tu estado de alerta porque está interrumpiendo ese estado de continuidad. Lo hacemos todo el tiempo. Cada persona presente en este salón ha hecho algo grandioso en su vida. Y cuando hicieron algo grandioso, tuvieron una visión y esa visión los inspiró emocionalmente. Y cuando combinaron esa intención clara con una emoción elevada, le estaban dando a su cuerpo emocionalmente una muestra del futuro. Y entonces comenzaron a hacer que sus conductas coincidieran con su futuro, escribieron las elecciones que iban a hacer, las cosas que iban a hacer, las experiencias que querían, y tomaron conciencia de las opciones que no iban a elegir, los pensamientos que no iban a tener, las conductas que iban a evitar, las experiencias que los llevarían a un menor denominador de las emociones que podían llevarlos de vuelta al pasado. Y en ese proceso diario, entraron en un estado meditativo porque estaban deteniéndose por un instante y volviéndose conscientes en el momento presente, y de pronto llegaron a un punto donde sabes qué va a suceder, y cuando sabes qué va a pasar, te relajas.

Gregg: Quiero agregar algo a eso: Usamos estos términos para definir distintos estados de ser porque nos resulta conveniente. Pero nuestro cuerpo no sabe, necesariamente, dónde termina un estado y empieza otro, o en qué estado cerebral está, o en qué grado de alerta. Nuestro cuerpo no necesariamente sabe eso. Pasé muchísimo tiempo en el Tibet. Durante los últimos 15 años estuve llevando a otras personas al Tibet, y estuve con personas que habían aprendido de otra forma: los monjes, las monjas, los abades, fueron educados en forma distinta desde jóvenes para tomar consciencia de su entorno y tener despiertos los sentidos. Y ellos tienen estas extraordinarias habilidades, extraordinarias para el mundo occidental, pero ordinarias para ellos. Y creo que ellos demuestran lo que es posible para cualquiera, y lo que muestran los estudios cuando los científicos llevan a estas personas a los laboratorios, lo que descubren, es que están despiertos en todos sus estados cerebrales. No están solo en alfa, o en delta, o en theta, o en gamma, están despiertos en todos ellos simultáneamente, y la ciencia dice: "¡No pueden hacer eso! ¡No pueden ser así!" Bueno, ellos sí, pero si les hubieran hablado así, ustedes no lo hubieran sabido, ellos están en un estado de conciencia muy elevado en múltiples niveles. El otro lugar -esperemos que estén escuchando esto- el otro lugar donde han encontrado esto es en los canales. Descubrieron que cuando las personas están haciendo una canalización realmente buena, y el cerebro está conectado a un monitor, lo que se encuentra es que está activo en múltiples estados cerebrales simultáneos en los que no estamos, típicamente en nuestro estado de vigilia cotidiano. De modo que creo que se trata de una manera de ser. Estamos aprendiendo una manera de ser y estamos llegando a eso desde una sociedad donde hemos aprendido a enfocarnos de cierta manera en el mundo externo. Así que la meditación es una vía para ayudarnos a tomar conciencia de que hay algo más allí, pero en última instancia es algo que somos, una manera de ser en lugar de algo que hacemos. Y creo que ahora estamos moviéndonos hacia ese ser, hacia allí nos dirigimos.

Creo que todo este salón, yo incluido… Antes quiero decirles que ustedes han sido una familia tan asombrosa con la que estuvimos este fin de semana, un público muy amable, muy generosos con sus corazones y muy dispuestos a abrirse a nuevas ideas y permitirnos compartirlas con ustedes. Lo agradezco profundamente y creo que hablo también por mis colegas aquí. Percibo que cuando salgan al mundo y vayan a casa, sean quienes sean los que la comparten con ustedes, por favor agradézcanles por haber compartido su presencia con nosotros estos días. Siento que se van a ir a casa en un estado de consciencia más elevado, y la gente va a notarlo, lo va a señalar y a decir: "Algo cambió, pareces estar realmente feliz, muy dinámico, muy despierto, realmente vivo. Te ves más joven. ¡Tus telómeros son más grandes! (*Carcajadas y aplausos*) ¿Qué hiciste?

Joe: ¡Cambiaste de medicación!" (*Más risas*)

Gregg: ¡Claro! Y siento que cuando llegan a casa de una conferencia como esta y la gente les dice: "¿Cómo estuvo la conferencia? ¿Qué hiciste?, " es difícil mencionar algo que hayan hecho. Pero siento que si pueden simplemente vivir cada día de s vida, sea lo que sea que este tiempo juntos haya significado para ustedes, los demás lo entenderán. Así es como lo entienden. Así que gracias a todos, los amamos a todos.

Bruce: Yo también quiero concluir con esto: No puedo expresar la alegría que siento con *mis amigos* aquí, y ha sido una oportunidad tan singular que quiero agradecerles a Lee y a Elan. Muchas gracias, no solo por traernos y permitirnos compartir nuestro amor juntos, sino por traernos esta audiencia, y eso hace que todo funcione. De modo que gracias, muchísimas gracias. (*Aplausos*)

Joe: Creo que uno de los mayores regalos que se le puede dar a alguien es su atención, y cuando le dan su atención, le dan tu energía, así que gracias, muchísimas gracias por estar presentes con nosotros. Nos sentimos verdaderamente honrados y les agradecemos.

(*Grandes aplausos)*

M. Por supuesto nosotros agradecemos al Dr. Bruce Lipton, el Dr. Joe Dispenza y a Gregg Braden.

**Bruce Lipton**

Bruce H. Lipton, es un biólogo celular estadounidense, conocido por su posición contraria al paradigma darwinista y su creencia de que los genes y el ADN pueden ser manipulados por las creencias de una persona. [Wikipedia](http://es.wikipedia.org/wiki/Bruce_Lipton)

[Fecha de nacimiento](https://www.google.com.ar/search?rlz=1C1AVNC_enAR600AR600&espv=2&biw=1165&bih=614&q=bruce+lipton+fecha+de+nacimiento&stick=H4sIAAAAAAAAAOPgE-LSz9U3sExPMcsu0xLLTrbSL0jNL8hJBVJFxfl5Vkn5RXkA5SeM7SYAAAA&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwivqdGRzdzNAhVBE5AKHWhDBTUQ6BMIlQEoADAS):21 de octubre de 1944 (edad 71), [Mount Kisco, Nueva York, Estados Unidos](https://www.google.com.ar/search?rlz=1C1AVNC_enAR600AR600&espv=2&biw=1165&bih=614&q=Mount+Kisco+Nueva+York&stick=H4sIAAAAAAAAAOPgE-LSz9U3sExPMcsuU-IEsQ1zjaqStcSyk630C1LzC3JSgVRRcX6eVVJ-UR4A8JJjpzEAAAA&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwivqdGRzdzNAhVBE5AKHWhDBTUQmxMIlgEoATAS)

[Educación](https://www.google.com.ar/search?rlz=1C1AVNC_enAR600AR600&espv=2&biw=1165&bih=614&q=bruce+lipton+educaci%C3%B3n&stick=H4sIAAAAAAAAAOPgE-LSz9U3sExPMcsu05LOTrbSL0jNL8hJBVJFxfl5VqkppcmJJZn5eQCQWJUdKwAAAA&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwivqdGRzdzNAhVBE5AKHWhDBTUQ6BMImQEoADAT)**:**[Universidad de Virginia](https://www.google.com.ar/search?rlz=1C1AVNC_enAR600AR600&espv=2&biw=1165&bih=614&q=Universidad+de+Virginia&stick=H4sIAAAAAAAAAOPgE-LSz9U3sExPMcsuU-IAsdMtirK0pLOTrfQLUvMLclKBVFFxfp5VakppcmJJZn4eAM91K341AAAA&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwivqdGRzdzNAhVBE5AKHWhDBTUQmxMImgEoATAT)

**Joe Dispenza**

El Dr. Joe Dispenza recibió su diploma de quiropráctico en la Universidad Life, graduándose con honores. Su entrenamiento post graduación cubrió neurología, neurociencia, función cerebral y química, biología celular, formación de la memoria, y envejecimiento y longevidad. Cuando no está dando conferencias o escribiendo, el Dr. Joe Dispenza ve a sus pacientes en su clínica de quiropraxia cerca de Olympia, Washington.

**Gregg Braden**

El autor de bestsellers del New York Times, Gregg Braden, tiene renombre internacional como pionero en unir la ciencia, la espiritualidad y el mundo real. Después de una exitosa carrera como Geólogo Informático durante la crisis de energía de los 70, trabajó como Contacto Senior con el Comando del Espacio de la Fuerza Aérea de los EE.UU. durante los años de la Guerra Fría en la década de los 80.

En 1991 se convirtió en el primer Gerente Técnico de Operaciones de Cisco Systems. Desde 1986, Gregg ha explorado aldeas de alta montaña, monasterios remotos y textos olvidados para combinar sus secretos imperecederos con la mejor ciencia moderna. Sus descubrimientos lo llevaron a publicar 11 libros que ganaron premios y se publicaron en 38 idiomas. Gregg ha recibido numerosos honores por su trabajo, incluyendo una nominación para el prestigioso Premio Templeton en 2016. Ha hecho presentaciones y dado entrenamientos en las Naciones Unidas, en 500 compañías de Fortune, para los militares de EEUU y ahora presenta especiales en los medios, que se dan en las redes más importantes de Norte y Sudamérica, México y Europa.

© Lee Carroll <http://audio.kryon.com/en/3%20AMIGOS.mp3>

Desgrabación del audio y traducción: María Cristina Cáffaro

[www.traduccionesparael camino.blogspot.com.ar](www.traduccionesparael%20camino.blogspot.com.ar)

Edición: Susana Peralta

Sitio autorizado de Kryon por Lee Carroll: [www.manantialcaduceo.com.ar/libros.htm](http://www.manantialcaduceo.com.ar/libros.htm)