



¿Quién manda a quién?

La mayoría de la gente no utiliza sus propios cerebros de forma activa y deliberada. Su mente es como una maquina carente de un interruptor con el que la pueda desconectar. Si usted no le da una tarea, gira y gira hasta que se aburre. Si se pusiera a alguien en un tanque de privación sensorial donde no hay experiencias externas, este pronto comenzara a generar experiencias internas. Así por ejemplo ¿no le ha sucedido alguna vez que anda por allí muy tranquilo y de súbito su cerebro le manda una imagen que lo asusta o lo hace sentirse más preocupado? Es decir, que si le ha tocado un mal día, no es suficiente, ya que si no controla su cerebro este le presenta esas imágenes en la noche y quizá hasta la siguiente semana también. Es como si su cerebro estuviera diciendo “hagámoslo de nuevo, tenemos una hora para almorzar pensemos en algo realmente deprimente.”

Quiero enseñarle a usted a que descubra como puede aprender a cambiar su propia experiencia y obtener el control de lo que sucede en su propio cerebro. La mayoría de gente es prisionero de su propio cerebro. Si no le da a su cerebro un poco de dirección, o andará por su cuenta, u otra gente encontrará maneras de manejarlo por usted.