

La maldad del Thriller

La maldad del Thriller

Y aunque luchas por sobrevivir Tu cuerpo comienza a temblar Porque un simple mortal no puede resistir la maldad del thriller.

Por Keith Ranieri

TraiciÃn a nuestro honor

SÃ que estoy cuerdo. Â¿CÃmo? Â¿Porque lo sÃ! Bueno, de hecho tengo cuantiosa experiencia de mi mismo en varias situaciones a travÃs de mi vida y me conozco...creo. Â¿Me conozco realmente en toda situaciÃn? Hmm..

Vi una vez una pelÃcula horrenda donde un hombre era torturado de la manera mÃs grotesca. AÃn en el momento de su muerte: su cuerpo, desfigurado y roto, incapaz ya de sustentar la vida; habiÃndose explotado hasta el Ãltimo nervio, vulnerabilidad y parte sensible para atacar su voluntad; jamÃs traicionÃ su honor. Sus principios fueron mÃs fuertes que el tormento fÃsico. Â¿Son asÃ- de fuertes mis principios?

Se me imagino en una situaciÃn similar: Â¿podrÃ-a mantener la fe? Sometido al mÃs agonizante dolor (ciertamente superior a cualquier dolor que pudiera recordar / imaginar) Â¿podrÃ-a soportarlo? Â¿Creo que sÃ-! Â¿OjalÃ que sÃ-! Hmm, no estoy realmente seguro.

Quiero creer que me conozco asÃ- de bien, pero si jamÃs he sido puesto a prueba, Â¿puedo estar seguro? Â¿Alguna vez ha decidido emprender algo (quizÃs algo simple como levantarse a cierta hora o llevar a cabo una cierta tarea antes de terminar el dÃ-a) y al pasar el tiempo todas sus buenas intenciones y promesas interiores fueron derrotadas por una constante serie de decisiones transigentes? Â¿Cuantas veces quebranta su palabra interior? Si es Ud. como la mayorÃ-a, Â¿sospecho que muchas veces! Por supuesto que la mayorÃ-a de nosotros tendemos a cumplir nuestra palabra en las cosas mÃs importantes. Pero mientras mÃs fuerte sea la fuerza adversa, mÃs importante debe de ser nuestra palabra para poder cumplirla. Es un verdadero equilibrio. Para mÃ-, en el caso mÃs extremo, me pregunto quÃ lado ganarÃ-a: la mÃxima fuerza adversa o mi honor. Realmente no lo sÃ.

OÃ-mos hablar de adicciones a diversas cosas. Vemos los efectos de las adicciones en las demÃs personas pero con frecuencia nos consideramos exentos. Creemos que jamÃs nos volverÃ-amos adictos a una droga, por ejemplo. Puede que pensemos, âœSi alguna vez tomara heroÃ-na, simplemente pasarÃ-a por la tortura del sÃndrome de abstinencia y jamÃs la volverÃ-a a tomar. Yo sÃ lo que me conviene.â• Es fÃcil decir esto mientras lee este artÃculo y sin la adicciÃn. Pensamos asÃ- cuando nuestras mentes parecen estar menos constreÃidas por las sensaciones del cuerpo. En esos momentos, es fÃcil hacer esas promesas. Reflexionando, sin embargo, Â¿cuantas promesas sencillas hemos roto cuando cambia nuestro estado fÃsico: cuando nos sentimos cansados en vez de ambiciosos y con energÃ-a, o cuando nos sentimos iracundos en vez de serenos? Â¿Bajo quÃ condiciones traicionarÃ-amos a alguien mÃs? Â¿Bajo quÃ condiciones nos traicionamos a nosotros mismos?

â€Te traicionÃâ€™, dijo ella llanamente.

â€Te traicionÃâ€™, dijo Ãl.

Lo volviÃ a mirar furtivamente con desdÃn.

â€A vecesâ€™, dijo ella, â€te amenazan con algo...algo que no puedes soportar, que no puedes ni considerar. Y luego dices me lo hagan a mi, hÃnganselo a alguien mÃs, hÃnganselo a fulano de tal.â•. Y quizÃs puede que finjas, despuÃs, que fue solo un truco y que sÃlo lo dijiste para que pararan y en realidad no era tu intenciÃn. Pero eso no es verdad. En el momento que sucede sÃ- es tu intenciÃn. Crees que no hay otra manera de salvarte, y estÃs bien listo para salvarte de esa forma. Quieres que le suceda a la otra persona. No te importa un comino lo que sufra. Lo Ãnico que te importa eres tÃ.â€™.

â€Lo Ãnico que te importa eres tÃ,â€™ repitiÃ Ãl.

â€Y despuÃs de eso, ya no sientes lo mismo por esa persona.â€™.

â€No,â€™ dijo Ãl, â€ya no sientes lo mismo.â€™.

- Winston y Julia en 1984, de George Orwell

Con cada traiciÃn a nuestras promesas interiores, debilitamos nuestra convicciÃn en nuestra habilidad para cumplir dichas promesas. Ya no sentimos lo mismo por nosotros; nuestro noble e inocente optimismo reemplazado por un negativismo escÃptico y ordinario.

¿Porqu? Porque me dieron ganas

¿Cmo tomamos decisiones los seres humanos? A fin de cuentas se trata de un complejo de factores conscientes e inconscientes; cognitivos y fÃsicos; proyectados y automatizados. Un sumario simplista del resultado de estos factores es: los sentimientos. ¿Porque decide uno continuar con la carrera a pesar del tremendo dolor de seguir corriendo? La respuesta simplista: los sentimientos...el dolor proyectado momento a momento de parar, quebrantar la propia palabra, perder la carrera, etc., es mayor al dolor percibido de continuar.

Esta forma simplificada pero efectiva de ver las decisiones tiene tres aspectos principales: 1) La experiencia que el individuo que estÃ tomando la decisiÃn tiene de su estado fÃsico actual, 2) La experiencia que el individuo que estÃ tomando la decisiÃn tiene de lo que percibe serÃ su estado fÃsico si no toma acciÃn alguna, 3) La experiencia que el individuo que estÃ tomando la decisiÃn tiene de lo que percibe serÃ su estado fÃsico si toma acciÃn.

Para entender el primer aspecto utilizaremos algunos conceptos tomados del "aprendizaje dependiente del estado". Esta teorÃa propone sencillamente que podemos mÃs fÃcilmente acceder a nuestra informaciÃn en condiciones similares a las presentes en el momento de su aprendizaje. Esto implica que no todas las condiciones, particularmente las condiciones fÃsicas, son iguales para el desempeÃo humano. Si logramos entender esto, y controlarlo, podemos afectar el desempeÃo de una persona a la hora de tomar decisiones y por lo tanto su conducta. Este es uno de los factores bÃsicos de la psicofarmacologÃa. Es tambiÃn algo que probablemente todos hemos experimentado en mayor o menor grado. ¿Alguna vez se ha sentido demasiado cansado como para enojarse? ¿Alguna vez ha tomado una droga (recetada o no) que modificara sus respuestas emocionales? Cuando toma cafeÃna, ¿se siente mÃs motivado?

Los dos aspectos restantes de nuestra ecuaciÃn pueden ser entendidos al examinar como los estados fÃsicos se relacionan con la cogniciÃn y otros estÃmulos:

Como humanos podemos asociar estados fÃsicos con estÃmulos a travÃs de lo que denominamos "enlaces de Pavlov" o "enlaces pavlovianos". Por ejemplo: si cuando como un cierto alimento siento nauseas y simultÃneamente estÃ presente el olor de esa comida, tenderÃ en el futuro a sentir nauseas con tan sÃlo oler esa comida (aunque no la ingiera). En nuestro modelo, tambiÃn definimos y observamos enlaces pavlovianos inversos. Cuando formamos un enlace pavloviano, una respuesta causada por un estÃmulo es asociada con otro estÃmulo diferente, presente simultÃneamente y ajeno. Una respuesta puede ser tan intrincada como una mezcla fÃsica, cognitiva y emotiva formando lo que llamamos un "complejo pavloviano". En una situaciÃn de enlace pavloviano, el estÃmulo ajeno ahora causa la respuesta, en un enlace pavloviano inverso la respuesta ahora causa el componente fÃsico del estÃmulo ajeno. AquÃ hay un ejemplo que observamos: una persona sufre cuando experimenta dolor debido a ciertas anticipaciones. Sufrir en este caso es un complejo conformado por ciertos procesos de pensamiento y emociones. Debido a que el sufrimiento ocurriÃ al mismo tiempo que el dolor, aunque el estÃmulo para el dolor no fue el estÃmulo para el sufrimiento, este tipo de dolor tenderÃ a crear la respuesta del sufrimiento (el sentimiento de querer sufrir). Interesantemente, en esta persona sufrir puede tambiÃn amplificar el dolor: este es el enlace pavloviano inverso. AsÃ que ahora, sufrir y sentir dolor van de la mano en un complejo pavloviano, cada uno fortificando y amplificando al otro. ¡Auch!

Por supuesto que la proclividad genÃtica tambiÃn puede hacer a las personas mÃs o menos susceptibles a formar tales enlaces. Algunas personas pueden sentir dolor mÃs agudamente en diferentes partes de su cuerpo. Algunas personas pueden tener cuerpos mÃs excitables, mientras que otras pueden ser mÃs bien letÃrgicas. Algunas personas pueden procesar las seÃales de sus cuerpos diferentemente en el cerebro. Todos estos factores ayudan a determinar cuÃles sentimientos corporales y emociones acaban siendo asociados con cuÃles estÃmulos. Debe de entenderse que cuando nos referimos a sentimientos del cuerpo a fin de cuentas nos estamos refiriendo al procesamiento de seÃales en el cerebro. En casos en los que las seÃales directas del cuerpo son bloqueadas, el cerebro puede a veces procesar como si las seÃales siguieran estando disponibles.

Cuando es tiempo de tomar una decisiÃn, nuestro estado fÃsico (aspecto 1) determina nuestra percepciÃn de los resultados teÃricos posibles de nuestras decisiones y su potencia. TambiÃn determina la utilizaciÃn de comportamientos automatizados. En ciertas situaciones, puede que no seamos capaces de concebir ciertos resultados que, en un estado normal, son comunes en nuestros pensamientos. Adicionalmente, las transiciones automatizadas pueden ocurrir antes de que pueda llevarse a cabo cualquier decisiÃn consciente.

Nuestros complejos pavlovianos (aspectos 2 y 3) controlan lo que es presentado al proceso cognitivo de una decisiÃn: la comparaciÃn de los sentimientos asociados con las diferentes opciones generadas. Tenemos un mÃtodo que puede ser utilizado para des-automatizar patrones, alterar estados base y desconectar complejos pavlovianos. Como puede Ud. imaginarse, esto puede ser muy Ãtil al trabajar con cosas como las adicciones.

El triunfo del cuerpo sobre la mente

El sÃndrome de abstinencia de las drogas: una de las mÃs profundas sensaciones fÃsicas frecuentemente asociada con las emociones y los pensamientos. Una diversidad de seÃales cerebrales de diferentes tipos de cuerpos y estados

causan diferentes manifestaciones de conducta en los adictos. El mecanismo para tomar decisiones sigue siendo el mismo, pero los estados fÃsicos (aspectos 1, 2 y 3 anteriores) que rodean a las decisiones son diferentes. Algunas personas pueden soportar la incomodidad fÃsica y cumplir ciertas promesas, otras no pueden...y esto puede cambiar. Con frecuencia en la adicciÃn, el estado base es tan intenso que pocas (si acaso alguna) opciones cognitivas de largo plazo pueden conceptualizarse. Las opciones de corto plazo siguen siendo evaluadas para la toma de decisiones.

Si le inyecta Ud. una droga adictiva a un ser humano sin capacidad cognitiva, este simplemente experimentarÃ los sÃntomas de la abstinencia. No serÃ capaz de concebir cÃmo satisfacer su adicciÃn. El conocimiento de dÃnde reside el traficante local de drogas y cÃmo usar la droga no es inherente a la droga misma. Eso se aprende. Las decisiones de corto plazo necesarias para obtener la droga siguen estando disponibles para el adicto. Las implicaciones a largo plazo, traÃdas a la mente en forma de teorÃa, constreÃidas por el estado fÃsico base, y con el contrapeso de los complejos pavlovianos asociados, son un dÃbil sentimiento comparadas con el alivio de la sensaciÃn presente.

Conforme son retiradas las sensaciones adictivas, sentimientos comparativamente negativos pueden apagar lo sentimientos generados por la ideologÃa. Imagine que necesita evacuar y estÃ en un lugar muy pÃblico. Puede pensar que no soportarÃ la vergÃenza de evacuar en pÃblico.

Sin embargo conforme las sensaciones relativas a sus necesidades se hacen mÃs y mÃs intensas, puede cambiar de parecer y evaluar sus sensaciones / sentimientos diferentemente. El sÃndrome de abstinencia de las drogas puede ser aÃn mÃs intenso; algunas personas incluso subyugan sus sentimientos de temor a la muerte y deseo de vivir a los sentimientos generados por la posibilidad del alivio.

La decisiÃn se vuelve clara. Conforme la intensidad aumenta, los procesos normales de pensamiento se ven limitados y se desvanecen. AÃn la experiencia de la vida futura puede no ser tomada en cuenta. El dios monolÃtico del estado base adictivo destruye opciones cognitivas, subyuga la voluntad ideolÃgica y manifiesta una serie de decisiones en cascada que culminan en el alivio imaginado. SÃlo una re-orquestaciÃn radical de los complejos fÃsicos puede evitar el destino final.

Atardecer

Luz retirÃndose de los ojos
Sentimientos sutiles se inquietan
Toda esperanza, todo Cielo, perdidos
Reducida, una mente primaria
Existencia de una sola punta; mi alma, un sÃlo propÃsito
Atrapada en un cuerpo prisiÃn, inundada, sofocada,
devorada, extinguida
Deshonrada
Esperando, observando a la supervivencia destruir
No salva conciencia ni resultado
interfiereÃ
Mi amor! Soy tuya
RindiÃndome cayendo, cayendo en tus brazos
Sin carga de pensamientos
Soy tuya, tu amante, tu sirviente
Tu esclava
Otra vez, para siempre
Sin importar
Aceptando tu santo sacramentoÃ
Estoy completa, soy libre!
Una vez mas

Traducido del inglÃs por Farouk Rojas

Acerca de Executive Success Programs, Inc.

Executive Success Programs, Inc. MR (ESP) ofrece programas de entrenamiento enfocados en crear consistencia en todas las Ãreas y ayudar a desarrollar las habilidades prÃcticas, emocionales e intelectuales que la gente necesita para alcanzar su mÃximo potencial. Todos los programas de ESP utilizan una tecnologÃa punta con patente en trÃmite llamada Cuestionamiento Racional MR, una ciencia basada en la creencia que entre mÃs consistentes sean las creencias y patrones de conducta de un individuo, mÃs exitoso serÃ en todo lo que haga. El Cuestionamiento Racional MR permite a las personas volver a examinar e incorporar percepciones que pueden ser la base de limitaciones autoimpuestas.

Mayores informes:
info@nxivm.com