



## Papá Jaime

Jaime Jaramillo "Papá Jaime", es reconocido como líder social y maestro espiritual, ya que ha sido defensor incansable de los derechos de la niñez e inspirador de paz alrededor del mundo.

Twitter: @Papajaime

# El rol del docente como agente activador de nuestro cuarto cerebro para **ser feliz**

Frecuentemente llegan a mí, casos de familias desesperadas y angustiadas que no saben, ni encuentran qué hacer con sus hijos, ya que el inconformismo, la agresividad, la angustia, el sufrimiento, el estrés, las adicciones o las depresiones hacen que se desempeñen mal académicamente, y son considerados un problema, tanto para los colegios y planteles educativos, como para sus seres queridos.

Creo firmemente que el objetivo principal de la educación, no es solamente que los niños y niñas se desarrollen mental e intelectualmente, sino que también se les ayude a encontrar su gran riqueza interior, sus dones, cualidades y aptitudes, para

que puedan amar lo que hacen y hacer lo que aman y puedan así, con valores que provienen de su corazón, elegir conscientemente y decidir asertivamente los retos que se les presentan en su camino, basados en el ser y el compartir, más que en el tener y el competir.

Los maestros tienen en sus manos todo el poder para inspirar y enseñar a sus alumnos para que aprendan a mirar hacia su interior, activen su cuarto cerebro (el corazón) y así puedan comenzar a disfrutar a plenitud su vida, dejando de lado los miedos de perder el prestigio, la aprobación y el reconocimiento de los demás.



DISPONIBLE EN PDF

<http://santillana.com.co/rutamaestra/edicion-24/el-rol-del-docente-como-agente-activador/>



Actualmente hay miles de investigaciones en todo el mundo, que nos ayudan a entender por qué es tan importante activar el corazón y hay un compendio de centenares de estudios médicos en neurocardiología. Y del enorme número de datos obtenido se pueden extraer, dentro de muchas otras conclusiones sorprendentes, tal cual ellos lo exponen: el corazón produce 2,5 vatios de energía eléctrica en cada latido generando un notable campo electromagnético. Al punto de que es ¡5.000 veces más intenso que el del cerebro! (de hecho es el más potente de todos los órganos del cuerpo). Este campo electromagnético cambia en función de nuestras emociones y puede volverse caótico cuando estamos estresados, enfadados o frustrados y cuando sentimos miedo. El

campo es de tal intensidad que puede ser detectado mediante sencillos instrumentos de medida hasta una distancia de entre 2 y 4 metros.

Annie Marquier, matemática e investigadora de la conciencia, concluye en sus estudios que el corazón tiene su propio cerebro y un sistema nervioso totalmente independiente y bien desarrollado con más de 40.000 neuronas y una compleja y tupida red de neurotransmisores, proteínas y células de apoyo. Las investigaciones muestran que el amor del corazón no es una emoción, es un estado de conciencia inteligente. Parece entonces, que el corazón puede tomar decisiones y pasar a la acción independientemente del cerebro; y que puede aprender, recordar e incluso percibir. El cerebro del corazón activa en el cerebro de la cabeza centros superiores de percepción completamente nuevos que interpretan la realidad sin apoyarse en experiencias pasadas. Su conocimiento es inmediato, instantáneo, y por ello, tiene una percepción exacta de la realidad.

El corazón tiene múltiples conexiones hacia el cerebro: una es la neurológica, la cual transmite los impulsos nerviosos, influyendo en nuestra percepción de la realidad y por tanto en nuestras reacciones; la otra, es una conexión bioquímica mediante hormonas y transmisores en que el corazón produce la hormona ANF que es la que asegura el equilibrio general del cuerpo, evitando el estrés, produciendo oxitocina, que se le conoce como la hormona del amor y dándote una gran alegría de vivir. La tercera comunicación es biofísica mediante ondas de presión, es decir que a través del ritmo cardíaco y sus variaciones, el corazón envía mensajes al cerebro y al resto del cuerpo. Hay dos clases de variación de la frecuencia cardíaca: una es armoniosa, de ondas amplias y regulares y toma esa forma cuando la persona tiene emociones y pensamientos positivos, elevados, generosos, como realizar actos de amor incondicionales por los demás, ser solidarios, escuchar amorosamente al otro sin juzgarlo, etc., la otra es desordenada con ondas incoherentes, aparece con las emociones negativas como el miedo, la ira o la desconfianza. La cuarta conexión es la comunicación energética, en la que el campo electromagnético del corazón es el más potente de todos los órganos del cuerpo, 5.000 veces más intenso que el del cerebro y se ha observado que cambia en función del estado emocional.



Cuando el ser humano utiliza el cerebro del corazón crea un estado de coherencia biológico, todo se armoniza y funciona correctamente, es una inteligencia superior que se activa a través de las emociones positivas. Es un potencial no activado, pero empieza a estar accesible para un gran número de personas. Este circuito se activa cultivando las cualidades del corazón: la gratitud, el compartir amorosamente, la solidaridad, la apertura hacia el prójimo, el escuchar, la paciencia, la cooperación, la aceptación de las diferencias, etc. Es la práctica de pensamientos y emociones positivas. Es en esencia, liberarse del espíritu de separación y de los tres mecanismos primarios: el miedo, el deseo y el ansia de dominio, mecanismos que están anclados profundamente en el ser humano porque nos han servido para sobrevivir millones de años.

Si desde pequeños los seres humanos logran cultivar estas cualidades positivas del corazón, crecerán alejados del miedo y del estrés fisiológico causado por él, logrando vivir plenamente, disfrutando realmente de las cosas bellas que la vida les da. Es por esto, que los maestros de todo el mundo tienen un papel tan importante en la vida de miles de niños. Si logramos que nuestros maestros entiendan esto y enseñan a sus alumnos a pensar positivamente, a auto-observar sus emociones, sentimientos y miedos, a estar en silencio escuchando su interior, a hablar sin hacer daño a los demás, a dejar de juzgar, criticar y calumniar a otros, a perdonar a los demás, a disfrutar lo que les llega, a soñar sin límites y a dar a los demás sin esperar recibir nada a cambio, tendremos niños que se convertirán en agentes de cambio y canales de paz.

Para lograr esto, que parece una utopía, es necesario que todos los maestros comiencen a retornar a su esencia, volver a su interior, y realizar un cambio de percepción de lo que es importante en la educación, ya que mucho conocimiento sin nada de corazón hace que las personas basen sus vidas en el ego y se preocupen por lo que piensan de ellos los demás y eso los hará muy infelices. Es necesario un gran cambio en la educación y es precisamente el rol de los maestros por donde ese cambio debe comenzar. Cada maestro debe analizar cómo está viviendo sus vidas y hacer los ajustes necesarios para que aprendan a vivir en el amor y no en el miedo, como seguramente la gran mayoría de ellos lo está haciendo. El cambio comienza en el interior de cada ser humano. **RM**