

CUERPO + MENTE + ESPÍRITUD

CUANDO SOMOS RECONOCIDOS



En la física cuántica moderna, reconocer una partícula es la señal de su propia existencia. Cuando somos reconocidos, es confirmada y afirmada nuestra propia existencia. Y eso es algo sano.

Cuando nuestros modelos primarios de información (es decir, los patrones de nuestra propia existencia) son reconocidos de alguna manera, nuestro sí mismo es alimentado y nuestra existencia es reforzada. Esta especie de caricia sobre nuestra existencia, no sólo es muy sana, sino que es necesaria y se puede convertir en un motor de poder. Al pasar lo contrario nuestra existencia puede comenzar a tener una crisis de sentido.



REFLEXIONES

Aquí tienes una oportunidad para poner en marcha el reconocimiento. Te dejo las siguientes reflexiones:

- 1.- ¿Hay algún espacio de tu vida en el que sientas que no eres reconocido?
- 2.- ¿En qué espacios y/o a qué personas necesitarías reconocer?
- 3.- ¿Cuándo y cómo podrías comenzar?

Si quieres resultados, da reconocimiento

Si quieres aumentar los resultados diez veces, aumenta el reconocimiento diez veces.

DANIEL ELFENBAUM
Coach Ontológico y Director
Consultora Alas

René Descartes en 1637 escribió su famosa frase "Pienso, luego existo". Así comenzó la era del pensamiento científico (cartesiano). Pero sabiendo lo que sabemos hoy sobre el desarrollo del cerebro, el cual tiene 2 hemisferios, que primero conoce y después reconoce la información y la procesa por su sistema emocional, Descartes tendría que cambiar su frase y adaptarla a los nuevos tiempos: "Yo diría "Siento, luego existo".

El cerebro forma sus patrones neuronales y posteriormente reutiliza la información almacenada como experiencia, y de allí surge "lo que siente". El ser humano utiliza patrones para todo y de allí, al reconocerlos, forma "Su Mundo Conocido" y "Se RECONOCE en ÉL". Nos gustan los modelos y nos gusta reconocerlos, así funciona nuestro cerebro. Nos gusta leer. Nos gusta la música.

ca. Nos gusta hacer chistes. Nos gusta nuestro color favorito. Nos gusta reconocer a nuestros padres y, nos gusta que nuestros padres nos reconozcan, de allí surge el cariño, los afectos, la pertenencia y el amor.

Los jinetes saben que es suficiente un terrón de azúcar para que un caballo sienta que "lo hizo bien". Los padres saben que sus bebés responden al reconocimiento por las sonrisas y frases alegres en diminutivos. Las cuidadoras saben que la gente mayor se marchita cuando les falta reconocimiento. Y también es bien sabido en el mundo empresarial que la productividad de una empresa aumenta considerablemente cuando los empleados son reconocidos de alguna manera.

Mi amiga Silvia trabaja cuidando ancianos, su labor consiste en hacer la compra, la comida y la limpieza, para eso le pagan. Pero Silvia sabe que los ancianos a los que cuida no quieren eso, quieren reconocimiento, les da lo mismo quedarse sin comer, pero no pueden estar sin que les conversen, sin que los escuchan, sin que los "atendan". Por eso Silvia dedica mucho de su tiempo en dar-

les cariño, en escuchar sus historias.

Todos necesitamos reconocimiento. Sin reconocimiento nos morimos, incluso preferimos un reconocimiento negativo (insulto, desprecio, etc.) antes que ser ignorados.

Una forma de reconocimiento es la recompensa, esto es algo (lo que fuese) que es reconocido como tal por la persona recompensada, puede ser un guiño de ojo o una sonrisa, un abrazo o apretón de manos, una medalla, una ronda de aplausos, un título, un premio, un regalo, y el dinero puede ser una recompensa. Siempre se han usado recompensas. Atila daba recompensas a sus guerreros. Incluso las religiones dan como recompensa el cielo, la expiación de los pecados u otra vida.

Si quieres resultados, da reconocimiento. Si quieres aumentar los resultados diez veces, aumenta el reconocimiento diez veces.

Como la mayor parte de los instrumentos de poder, hay

dos lados en el reconocimiento: dar y recibir. Algunas personas tienen problemas a la hora de recibir una recompensa por sus esfuerzos y se les pone en un aprieto si se les da un premio especial o son "reconocidos". Otras personas son incapaces de mostrar un mínimo reconocimiento hacia los demás.

Pero hay una ley universal: "para recibir, primero hay que dar". Si no das, no recibes, y si no recibes, no das. ¿Quién empieza?

