

# “El corazón tiene cerebro”



Foto: Martín Belleau

Tras estudiar Matemáticas y la carrera de piano y órgano, Annie Marquier fue profesora en La Sorbona. Luego se instaló en India y participó en la creación de la comunidad de Auroville con Sri Aurobindo y Krishnamurti. Y poco después fundó en Quebec el Instituto para el Desarrollo de la Persona. Es autora de El poder de elegir, La libertad de ser y El maestro del corazón. Lleva muchos años investigando la intersección entre la ciencia y la conciencia y sus planteamientos son siempre rigurosos y están documentados.

## **Que el corazón tiene cerebro es una metáfora, ¿no?**

No. Se ha descubierto que el corazón contiene un sistema nervioso independiente y bien desarrollado con más de 40.000 neuronas y una compleja y tupida red de neurotransmisores, proteínas y células de apoyo.

## **¿Es inteligente?**

Gracias a esos circuitos tan elaborados, parece que el corazón puede tomar decisiones y pasar a la acción independientemente del cerebro; y que puede aprender, recordar e incluso percibir. Existen cuatro tipos de conexiones que parten del corazón y van hacia el cerebro de la cabeza.

## **Primera...**

La comunicación neurológica mediante la transmisión de impulsos nerviosos. El corazón envía más información al cerebro de la que recibe, es el único órgano del cuerpo con esa propiedad, y puede inhibir o activar determinadas partes del cerebro según las circunstancias.

## **¿Significa eso que el corazón puede influir en nuestra manera de pensar?**

Puede influir en nuestra percepción de la realidad y por tanto en nuestras reacciones.

## **Segunda conexión...**

La información bioquímica mediante hormonas y neurotransmisores. Es el corazón el que produce la hormona ANF, la que asegura el equilibrio general del cuerpo: la

homeostasis. Uno de sus efectos es inhibir la producción de la hormona del estrés y producir y liberar oxitocina, la que se conoce como hormona del amor.

### **Tercera...**

La comunicación biofísica mediante ondas de presión. Parece ser que a través del ritmo cardiaco y sus variaciones el corazón envía mensajes al cerebro y al resto del cuerpo.

### **Cuarta...**

La comunicación energética: 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 tenemos miedo, frustración o estrés se vuelve caótico.

### **¿Y se ordena con las emociones positivas?**

Sí. Y sabemos que el campo magnético del corazón se extiende alrededor del cuerpo entre dos y cuatro metros, es decir, que todos los que nos rodean reciben la información energética contenida en nuestro corazón.

### **¿A qué conclusiones nos llevan estos descubrimientos?**

El circuito del cerebro del corazón es el primero en tratar la información que después pasa por el cerebro de la cabeza. ¿No será este nuevo circuito un paso más en la evolución humana?

### **¿...?**

Hay dos clases de variación de la frecuencia cardiaca: una es armoniosa, de ondas amplias y regulares, y toma esa forma cuando la persona tiene emociones y pensamientos positivos, elevados y generosos. La otra es desordenada, con ondas incoherentes.

### **¿Aparece con las emociones negativas?**

Sí, con el miedo, la ira o la desconfianza. Pero hay más: las ondas cerebrales se sincronizan con estas variaciones del ritmo cardiaco; es decir, que el corazón arrastra a la cabeza. La conclusión es que el amor del corazón no es una emoción, es un estado de conciencia inteligente.

...

Ya ve, 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. Este nuevo circuito no pasa por las viejas memorias, su conocimiento es inmediato, instantáneo, y por ello, tiene una percepción exacta de la realidad.

### **Parece ciencia ficción.**

Está demostrado que 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.

### **Pues parece que nadie lo utilice...**

Es un potencial no activado, pero empieza a estar accesible para un gran número de personas.

### **¿Y cómo puedo activar ese circuito?**

Cultivando las cualidades del corazón: la apertura hacia el prójimo, el escuchar, la paciencia, la cooperación, la aceptación de las diferencias, el coraje...

### **¿Santos las 24 horas?**

Es la práctica de pensamientos y emociones positivas. 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.

### **¿Y cómo nos libramos de ellos?**

Tomando la posición de testigos, observando nuestros pensamientos y emociones sin juzgarlos, y escogiendo las emociones que nos pueden hacer sentir bien. Debemos aprender a confiar en la intuición y reconocer que el verdadero origen de nuestras reacciones emocionales no está en lo que ocurre en el exterior, sino en nuestro interior.

### **Ya.**

Cultive el silencio, contacte con la naturaleza, viva periodos de soledad, medite, contemple, cuide su entorno vibratorio, trabaje en grupo, viva con sencillez. Y pregunte a su corazón cuando no sepa qué hacer.

<http://www.lavanguardia.com/lacontra/20120314/54267641495/annie-marquier-corazon-cerebro.html#ixzz2KXo0QFag>