

## INTRODUCCIÓN

La “Década del Cerebro”, entre los años 1990 y 2000, con sus avances decisivos sobre el conocimiento del cerebro humano y la de su funcionamiento, han marcado el paso de la ola de investigaciones multidisciplinarias que en el área de la Neurociencia se acrecientan día a día. Estudios cuyos logros sorprendentes dan a conocer lo que el cerebro es, lo que hace y los mecanismos que utiliza para ello. Cantidad y calidad de saberes científicos que califican a la era presente de “El Milenio del Cerebro y de la Mente”.

*El Cerebro es el que manda...* La clave de la salud física, mental, emocional y espiritual, es allí donde tiene su asiento. El patrón de funcionamiento del cerebro determina en el individuo sus pensamientos, sentimientos y conductas. Los cuales se dan a conocer a través del bienestar físico, lo eficiente que se es y de los grados de interacción con otros. Traduciéndose todo ello a su vez en la forma en que se llevan las relaciones de pareja, familia, trabajo y amigos.

Afirmaciones que verificadas por la ciencia, han sido corroboradas, una vez más, por el uso de técnicas de imaginería cerebral funcional que muestran al cerebro en actividad, y los mecanismos operativos que definen su patrón de trabajo regular. Imágenes que dan a conocer de las distintas áreas que se activan en el cerebro con el pensamiento, la emoción y la acción; de las relaciones que existen entre el mal funcionamiento del cerebro y las condiciones de ansiedad, depresión, compulsividad, obsesión, pánico, mal humor, angustia y de deficiencias que conducen a los problemas físicos, mentales, emocionales y de conducta.

Conocimientos que sirven de fundamento para el mejoramiento de su condición, y con ello la de la totalidad de sistemas juntos, a los cuales el cerebro forma una unidad estructural y funcional inseparable.

Es en el marco de estas ideas que el libro ha sido escrito. En él se utiliza un enfoque mecanicista y de sistemas donde lo unitario y lo múltiple se expresa a través de las estructuras físicas y los conceptos de energía y de información. En él se subraya el carácter sistémico y multidimensional del cerebro y su funcionamiento.

En el libro se presentan informaciones de base que ayudan a comprender procesos neurobiológicos implicados con las decisiones personales, las cuales se reflejan en forma de conductas.

El objetivo principal del libro es convertirse en fuente de inspiración y de curiosidad para conocer más acerca del cerebro y el desarrollo de su potencialidad. La inspiración y la curiosidad desencadenan en el cerebro una serie de reacciones que estimulan su actividad y optimizan su rendimiento.

El libro se divide en partes, las cuales, aún separadas artificialmente se relacionan entre sí asegurando su coherencia. Un breve y a la vez panorámico recorrido del proceso de humanización, sirve de escenario para indagar sobre las transformaciones del cerebro y de la mente y el grado de su participación en el desarrollo de las habilidades especiales. Capacidades y habilidades exclusivamente humanas que han servido para demostrar su excepcionalidad.

El libro no lo explica todo, sin embargo, propone un camino. El cerebro es el que manda y en la magia de su funcionamiento se esconde la clave de la vitalidad, de la juventud, del amor y de la felicidad.