

Bienvenidos tripulantes a la **2da. Plenaria de distinciones** del programa de aprendizaje ontológico, para ser líderes nutrientes, creando posibilidades más grandes que las circunstancias.



### CHECK IN digital



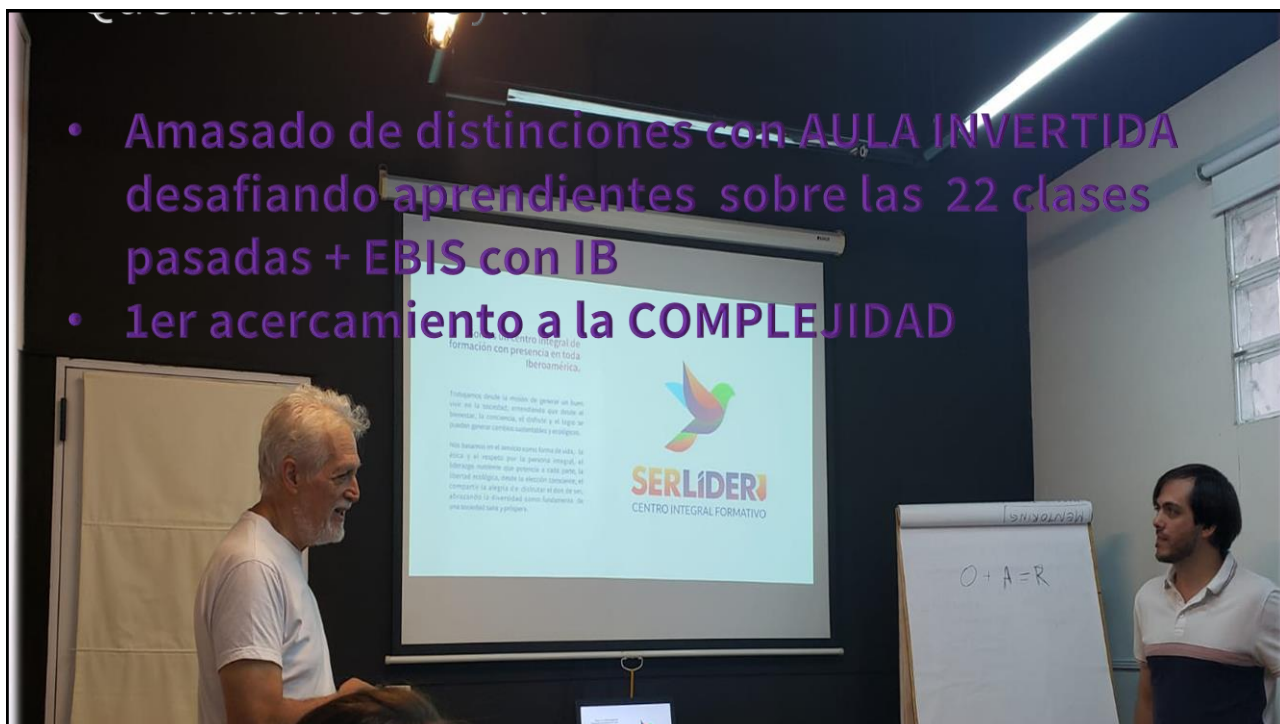
- ¿Cómo llegás al encuentro de hoy?
- ¿Te trajiste en tu mejor versión?
- ¿Estás para estar?
- ¿Del 1-10 cuán enfocado estas aquí y ahora?

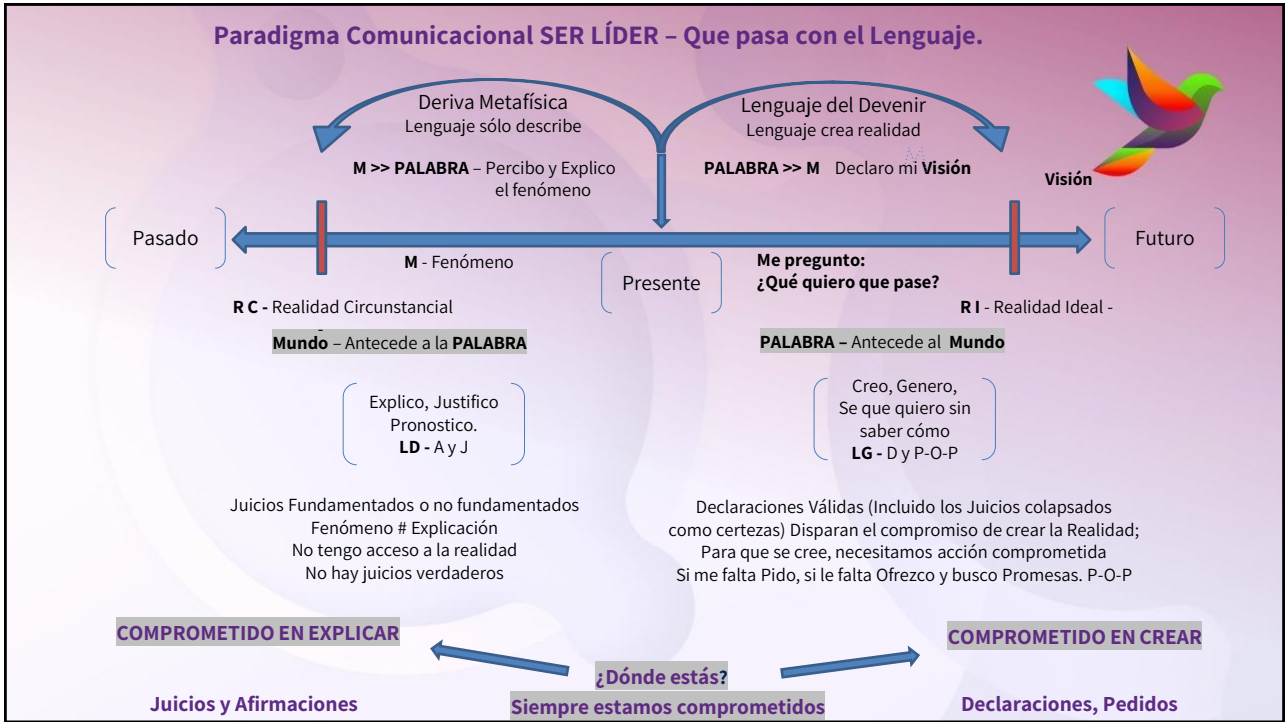


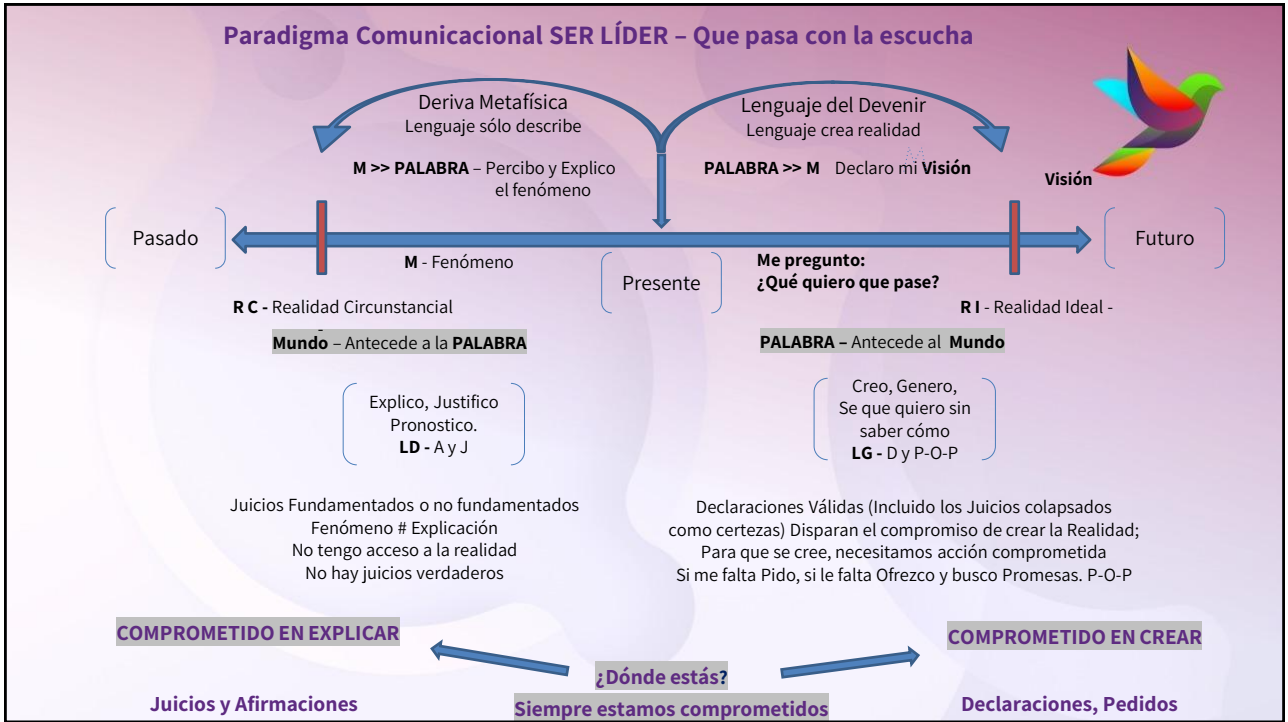
Los invitamos a una PAUSA inicial

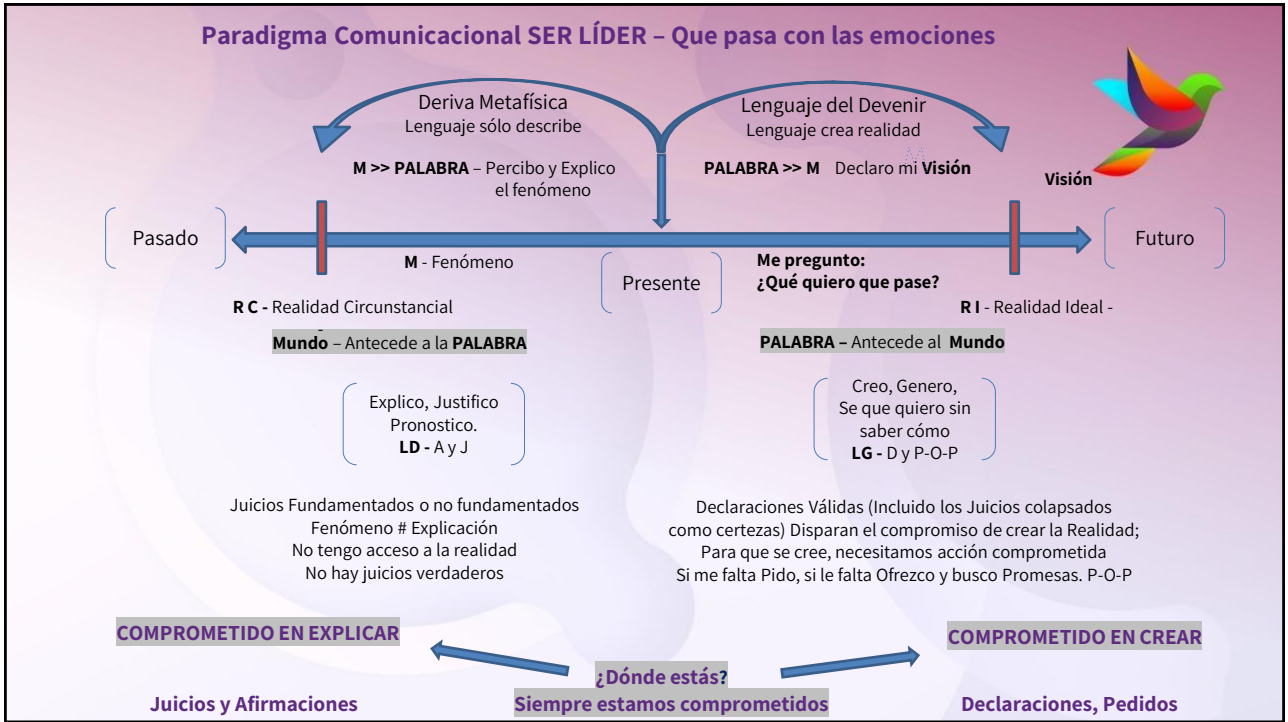


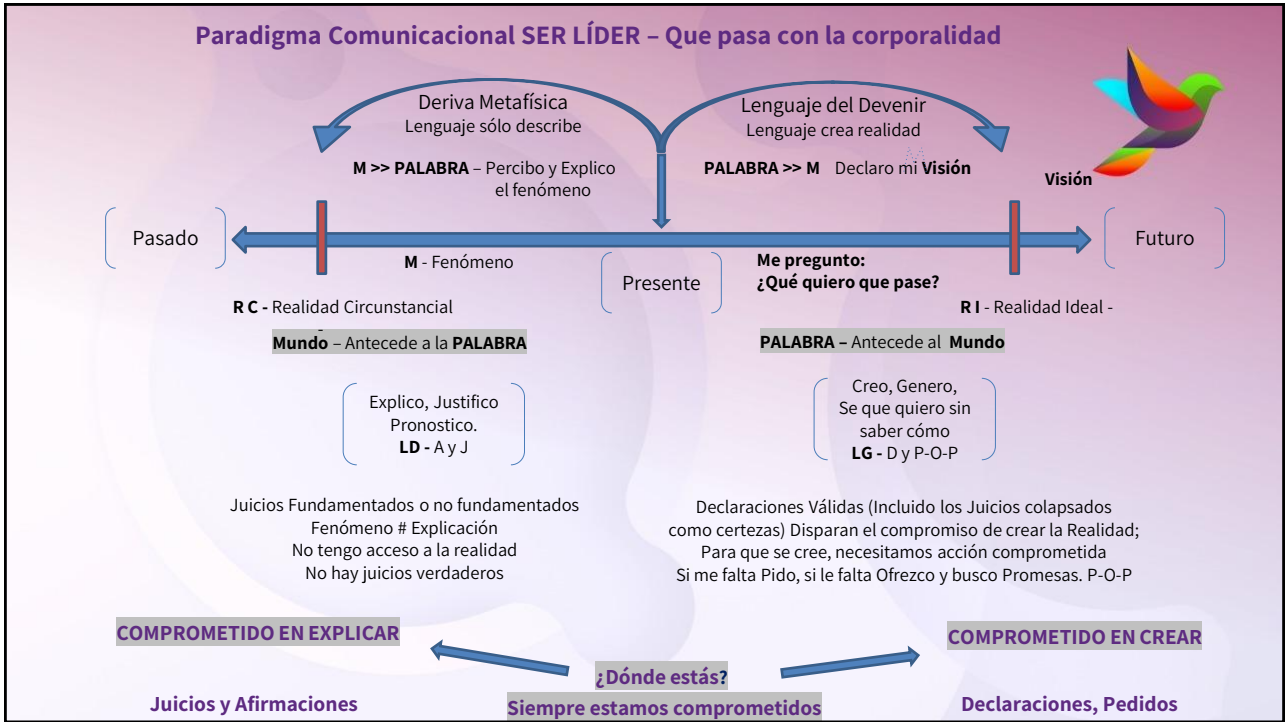
- Amasado de distinciones con AULA INVERTIDA desafiando aprendientes sobre las 22 clases pasadas + EBIS con IB
- 1er acercamiento a la COMPLEJIDAD













## Paradigma Comunicacional

¿Que pasa al no distinguir automatismos en mi estar siendo en los 3 dominios del ser, que me generan síntomas que interfieren con mi Bienestar?

(Índice IBIS - Índice de Bienestar Integral Sustentable)



Mini break

### Pensamientos automáticos Vs Involucramiento con el Entrenamiento

No se que pensamientos voy a tener, vienen solos con un automatismo inconsciente. No son inocentes. Condicionan mi acción. Muestran quien estoy siendo recurrentemente. Es en realidad una escucha automática. Es la previa de lo que voy a hacer.

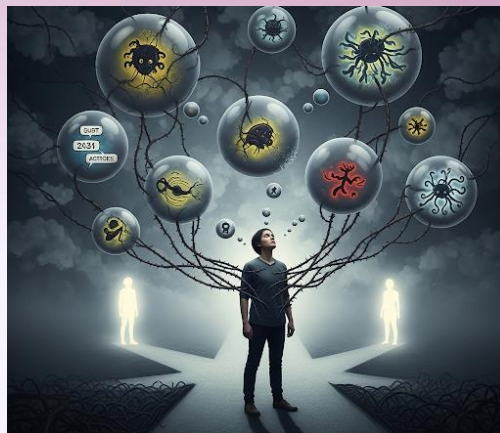


Atender la previa me permite observar y dejar de ser condicionado por los pensamientos automáticos.

Tenemos más de 50000 pensamientos por día y solo atiendo algunos recurrentemente. Ese hábito muestra quien estoy siendo, el personaje en que me he convertido.

ATENDER LA PREVIA CONSTITUYE UNA ENORME POSIBILIDAD PARA DISTINGUIR LOS PENSAMIENTOS Y PODER ELEGIR LOS QUE ME GENERAN UNA MEJORA EN LA MANERA DE ESTRA SIENDO QUE SEA MAS FUNCIONAL CON MI AUTOCUIDADO Y BIENESTAR INTEGRAL SUSTENTABLE

**Para eso PAUSA: Parar – Observar – Distinguir – Elegir – Esperar – Intervenir - Sostener**



### Pensamientos automáticos Vs Involucramiento con el Entrenamiento

Desde el **PODEEIS**, les digo – NO TE ATIENDO - a los pensamientos que me limitan.

Se puede entrenar **la PAUSA** para salir de estos pensamientos que me generan emociones y acciones no funcionales y pasar a pensamientos habilitantes y funcionales a mi bienestar.

**Dos posturas con las que me puedo destruir o salvar:**

**Me quejo, Víctima (culpa al otro) Vs. Me expreso, Protagonista. (resuelvo, acepto, o lo dejo atrás)**

Me ofenden	Vs.	El ofende
Me atacan	Vs.	El ataca (posibilidades, me voy, no cuenten conmigo)
Ne me reconocen	Vs.	Yo reconozco mi valor
Me insultan	Vs.	El insulta
Me enojan	Vs.	Yo, me enoja con eso. (quien se enoja?, Yo o mi EGO)
Es injusto	Vs.	Elijo, acepto o acciono

<b>Pasar de</b>	Criticar	a	Alentar
	Condenar	a	Iluminar
	Quejarme	a	Edificar



### Pensamientos automáticos Vs Involucramiento con el Entrenamiento

Ojo, muchas veces, “estás eligiendo automáticamente lo que no te sale dejar de hacer”  
Allí, el que elige no es la Persona que soy, sino el Personaje en el que me he convertido.  
El personaje como un titiritero te automatiza, te transforma en un títere limitando tu Libertad.



La PERSONA QUE SOY es la que puede distinguir y **elegir**.  
Puede Recuperar MI libertad.

En ese estado puedo **elegir mantener un tipo de elección consciente** que incluye un límite saludable sin desafiárselo.

Límite al personaje con sus pensamientos recurrentes no funcionales.

La persona, YO, no los atiendo y acepto mi condición humana de torpeza y autosuficiencia que me hace permeable a ese hábito que genera consecuencias no deseadas que interfieren con mi Bienestar.

Mostrarme vulnerable me habilita la autonomía para hacerme cargo, pedir y recibir apoyo de otros o del grupo.

The infographic is divided into four vertical sections. The first section on the left is a light purple gradient. The second section is dark blue and features a glowing brain with a magnifying glass icon, labeled 'MODO ENFOQUE' with sub-points 'Análisis | Tarea | Concentración'. The third section is orange and features a brain with a person performing yoga on top, labeled 'MODO DIFUSO' with sub-points 'Descanso | Creatividad | Integración'. A central white banner with a clock icon reads 'PAUSAS ESTRATÉGICAS' and 'El Puente al Aprendizaje Profundo'. The fourth section on the right is light purple and features the colorful bird logo and the text 'Micro Pausas Conscientes'.

### Pensamientos automáticos Vs Involucramiento con el Entrenamiento

Decido entonces tomar esta elección consciente de entrenarme para mi bienestar, desde mi Libertad, confianza integral e implícita, aceptando mi condición humana recurrente.



Daniel San a Miyagui: ¿ME ENTRENAS?...



Y si, con continuidad realizo las acciones necesarias del aprendizaje recursivo grupal indicadas en el entrenamiento, me libero; y comienzo rápidamente a sentirme muy bien.

Esta nueva condición, este nuevo estado, me sirve para descubrir nuevas posibilidades y asumir nuevos compromisos en todos los dominios de mi vida transformando mi SER.

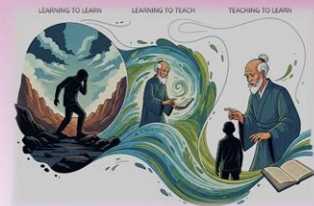
**TODO EL SECRETO DEL ENTRENAMIENTO ES SEGUIR UN HACER SIGUIENDO SENCILLAS INDICACIONES, DANDO AUTORIDAD A UN MAESTRO Y FORMANDO PARTE DEL GRUPO.**

### Pensamientos automáticos Vs Involucramiento con el Entrenamiento

**TODO EL SECRETO DEL ENTRENAMIENTO ES SEGUIR UNA INDICACIÓN.**

**El camino:**

- **Aprender a aprender** - (Aprendiente, disciplina grupal, Requiere amigarme con cierta incomodidad)
- **Aprender a enseñar** - (Discípulo, Empezar a fluir)
- **Enseñar a aprender** - (Maestro, no se le cree, esta atento a su coherencia, es también discípulo)
- ¿Te vas a desperdiciar? Con explicaciones tranquilizantes, “debería, soy así, no me sale, etc” que me perpetúan en este estado de malestar y no se me movió un pelo, dándole de comer a mis excesos en lugar de a mi salud y bienestar
- Ahora elijo este entrenamiento para el bienestar integral sustentable que requiere solo unas pocas horas por semana. Hoy estoy viviendo como elijo vivir. Y esto, no tiene precio.
- Cualquier formación requiere además de las clases semanales, mi compromiso individual y grupal entre clases, en la tarea de cada día. Esa continuidad genera entusiasmo y contagio que me permite reconocer y no atender a mi personaje que me quita libertad.
- Elijamos priorizarnos y elegir a la persona infinita que soy. Poesía Renacimiento.



## Pensamientos automáticos Vs Involucramiento con el Entrenamiento



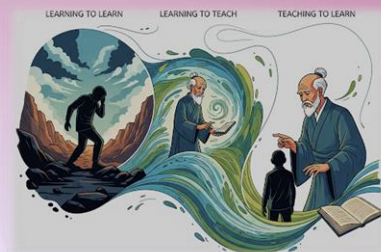
### Soltando el EGO El Renacimiento

Ya no más ese yo que ayer me complacía.....  
Mas cómo duele romper con el amigo.....!  
Con ese viejo zorro con que jugamos siempre,

Oh, como sangra el esqueleto todo  
al separar el amoldado barro!!

Adiós largo sueño que ya te abandono.  
Rompo el lazo de oro, ahora descubierto,  
y retorno pleno al infinito HOGAR

Vendrás conmigo como antes ful contigo.  
En el sendero te hablaré de LIBERTAD.



El texto se asocia a la obra de ENRIQUE MARISCAL o de maestros espirituales orientales

**MODO ENFOQUE**  
Análisis | Tarea | Concentración

**PAUSAS ESTRATÉGICAS**  
El Puente al Aprender Profundo

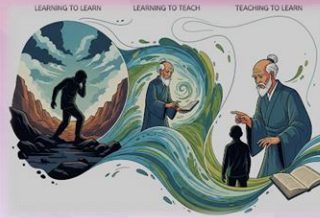
**MODO DIFUSO**  
Descanso | Creatividad | Integración

**Micro Pausas Conscientes**

**Involucramiento con el Entrenamiento**

**¿Cómo quieres vivir?**

Foco en el bienestar o el malestar.  
¿Quieres estar despierto o en coma?



**Dos Indicaciones básicas**

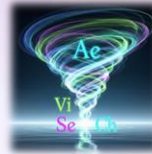
**a. Estar Despierto, Enfocado y Atento con:**

<b>Sentido,</b>	<b>Se</b>
<b>Coherencia</b>	<b>Ch</b>
<b>Vitalidad</b>	<b>Vi</b>
<b>Autoestima positiva</b>	<b>Ae</b>

Despierto

Vs

En coma



**b. Mantener foco en el aprendizaje recursivo grupal**

Contagiando y dejándome contagiar.  
Me traigo al grupo.  
Me muestro vulnerable y aprendo.

**Involucramiento con el Entrenamiento.**



**Dos Indicaciones básicas**

**a. Estar Despierto, Enfocado y Atento con:**

<b>Sentido,</b>	<b>Se</b>
<b>Coherencia</b>	<b>Ch</b>
<b>Vitalidad</b>	<b>Vi</b>
<b>Autoestima positiva</b>	<b>Ae</b>

**b. Mantener foco en el aprendizaje recursivo grupal**

Contagiando y dejándome contagiar.  
Me traigo al grupo. Me muestro vulnerable y aprendo.



**¿Cuándo termina este entrenamiento?**  
Todas las mañanas. Un día a la vez.

**¿Cuándo empieza este entrenamiento?**  
Todas las mañanas. Un día a la vez.

**Si no entreno 1 día, nadie se entera.**

**Si no entreno 2 días, me entero yo.**

**Si no entreno 3 días, todos se enteran.**

**Rodaje durante el entrenamiento.**

Sostener el EBIS es, incorporar un nuevo hábito, y comenzar a descubrir, nuevas posibilidades de disfrute y bienestar.

El IB índice de bienestar, revela los síntomas de incomodidad o malestar iniciales, que ya tenía.

Con continuidad, al sostener el entrenamiento, percibo rápidamente mejoras, beneficios y satisfacción personal.

Puedo celebrar al percibir y sentir cómo mejoro el IB a los 3, 6 y 9 meses.

Ahora distingo que YO no soy así. Me ponía así. Cambié mis conversaciones, cambié mi cabeza, mis pensamientos. APARECE EL SILENCIO FERTIL. ES OTRA VIDA, ES VIVIR. NO TIENE PRECIO.



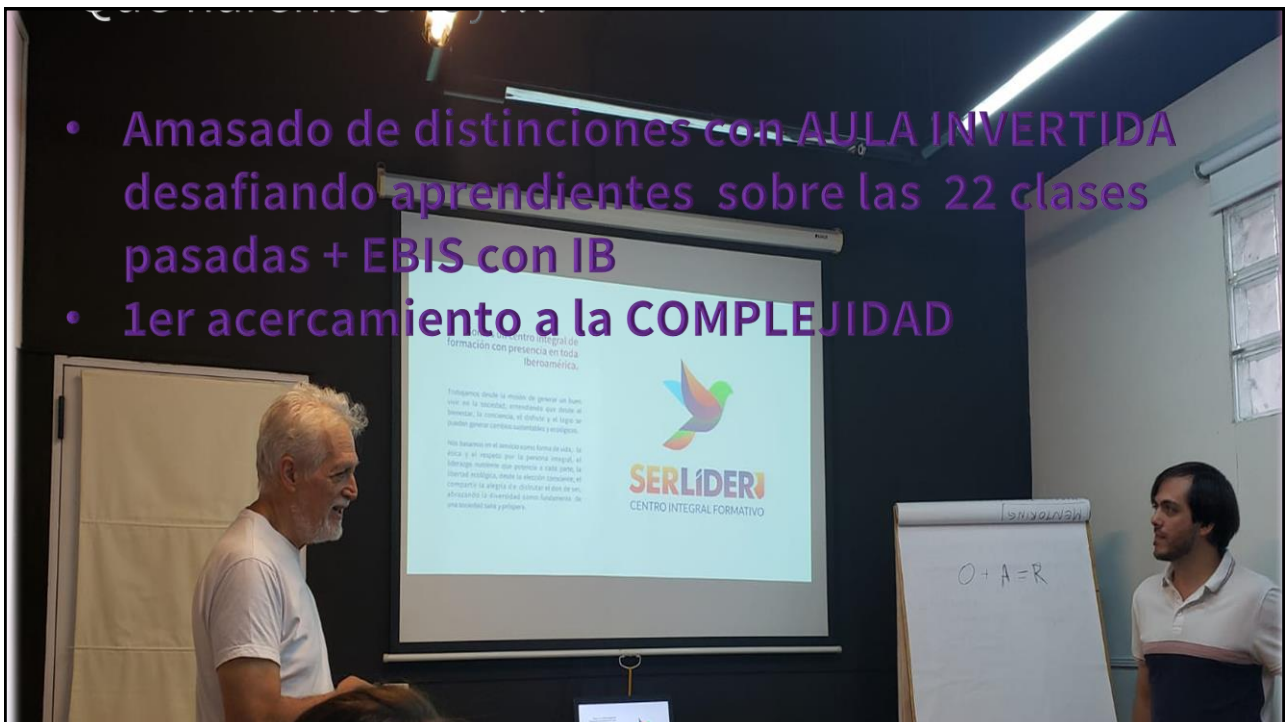
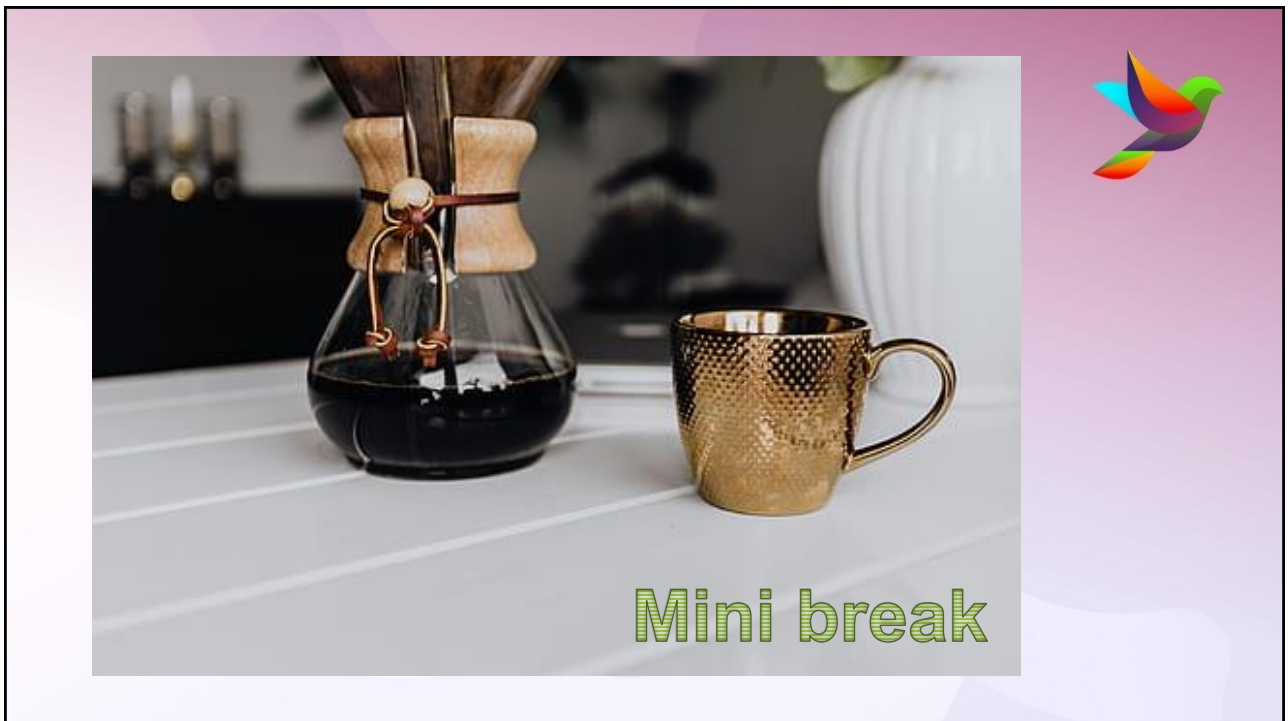
**MODO ENFOQUE**  
Análisis | Tarea | Concentración

**PAUSAS ESTRATÉGICAS**  
Descanso | Creatividad | Integración

**Micro Pausas Conscientes**

El Puente al Aprendizaje Profundo





## Ejercicio en 5'



**Deben ponerse de acuerdo Y  
DECIDIR a dónde se van de viaje  
de fin de año JUNTOS**

**Consenso  
acuerdo y  
alineación**



## Consenso:

Compartimos el **Sentido** (Con-Sensu) de hacer algo

**Acuerdo: = Decisiones = Acciones**

**Alineación: ≠ Decisiones = Acciones**



## Consenso:

Sentido compartido en hacer algo  
(decisión/acción/actividad/proyecto/etc)

## Acuerdo:

Hay acuerdo **en la decisión y en la acción**, que,  
como, cuando (etc) haremos

**Alineación:** (No acuerdo la decisión y me alinee en la acción)

Elijo alinearme en cuanto a que, cómo, cuándo  
(etc.) haremos





# Bienvenida la complejidad

Los conceptos siguientes provienen del libro  
“Ontología de la Complejidad” de Alejandro Marchesan





## ¿De dónde venimos? Paradigma de Simplificación

Opera con **disyunción o reducción**



- **Descompone** el todo a sus elementos fundamentales y simples  
Consecuencia: Fragmentación de ciencias con una visión orientada a las partes y la resolución/orden de las mismas
  - **Mecanicista**: Rige por el principio cartesiano de Causa – Efecto (necesario y suficiente para explicar un fenómeno)
  - **Determinista**: Explica el comportamiento de los fenómenos por la identificación de las causas
- De aquí fue surgiendo una:**
- **Ontología esencialista, inmutable y verosímil** que cree conocer las leyes generales que dominan al ser humano, la sociedad y aún la naturaleza
  - **Epistemología** basada en el racionalismo (exceso de la racionalidad que utiliza a la razón como facultad humana)
  - **Metodología** del orden como factor organizador

- ❑ **La simplificación trata de evadir la complejidad** olvidando aquello que no puede explicar, mientras que la complejidad incluye ese pensamiento reduccionista, mutilante, para ampliarlo, extender sus fronteras y extralimitarlo, permitiéndonos redimensionar nuestra visión del mundo fenoménico; aunque no contemplando, finiquitando o sellando las posibilidades del conocimiento.
- ❑ La complejidad contempla en sí contradicción, ambigüedad y acepta también con certeza un nivel de incertidumbre y aleatoriedad o azar. (Godoy 2008)
- ❑ **Respecto a simplificar, Einstein** mencionaba que hacerlo no es malo en sí, lo que sí lo es, **es encerrarse en si mismo para evitar ver que se es parte de un macrocosmo, un sistema complejo que nos abarca.**



¿Qué podríamos encontrar en este MACROCOSMOS QUE REFIERE EINSTEIN?






La COMPLEJIDAD puede tener elementos en cuanto a lo:

DIFICIL  
COMPLICADO  
INTRINCADO  
IRRESOLUBLE

PERO....

ESO NO DEFINE LA COMPLEJIDAD Y...

RESPONDE A UNA MIRADA  
PARADIGMATICA DE LA SIMPLIFICACION



## Respecto al paradigma clásico y dominante de la simplificación



Es común referirnos a la COMPLEJIDAD desde una visión SIMPLIFICANTE al decir:

“Hay que simplificar”

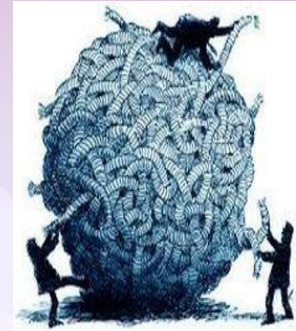
“Hacela simple... no la compliques!”

“simplificá ... no la hagas mas difícil”

“no seas ambiguo”

“esta situación o persona es COMPLEJA” como sinónimo de COMPLICADA como JUICIO NEGATIVO.

INTRINCADA, DIFICIL, REBUSCADA, ESE NUDO GORDIANO que no se puede, ni se podrá desatar, por lo tanto ... me quedo con la explicación de aquello (paradójicamente) que no reconocemos de que se trata!!



## RESPECTO A LA COMPLEJIDAD



1. NO TRATA CON ALGO QUE RESOLVER CUAL PROBLEMA MATEMATICO, SIN PERJUICIO QUE EN ELLA O ANTE ELLA HAYA COSAS QUE RESOLVER
2. NO TRATA CON ALGO QUE ENTENDER CUAL FENOMENO CIENTIFICO, SIN PERJUICIO QUE ESTEMOS AJENOS A CIERTA COMPRESION
3. NO TRATA CON EXPLICARLA CUAL OBJETO DE ESTUDIO LLAMADO COMPLEJIDAD, SIN PERJUICIO QUE NOS ACERQUEMOS A PODER REFERIRNOS A ELLA
4. NO TRATA CON NEGARLA (LO QUE NEGAMOS NOS SOMETE...JUNG)
5. NO TRATA CON SIMPLIFICARLA (por disyunción o reducción)

**TRATA CON SUPERARLA CON LOS PIES  
EN LO COMPLEJO DE LO REAL Y LOS OJOS EN LA POSIBILIDAD**

## ALGUNAS PRE-CONCLUSIONES

Cuando conversamos sobre **COMPLEJIDAD**,  
planteamos dos **IDEAS FUERZA CENTRALES**:



✓ **LA CATEGORÍA COMPLEJIDAD,  
TRATA CON MULTIPLES VARIABLES**  
(Cono/Desconocidas-Visi-imprevisibles, Espera/Inesperadas-etc)

✓ **LA COMPLEJIDAD SE SUPERA**

**CAMINAR EN LO COMPLEJO DE LO REAL  
CON LOS OJOS EN LA POSIBILIDAD.**

**ESTAMOS PARA FACILITAR ESE VIAJE  
DE COMPROMISO, APRENDIZAJE  
Y PASION HUMANA.**



Proposición o enunciado tan evidente que se considera que no requiere demostración.

*Ejemplo:*  
*“el todo es mayor que la parte”*



## AXIOMA FUNDAMENTAL DE GESTIÓN EN UN CCI

**NO EXISTEN DECISIONES SIMPLES  
ANTE UNA SITUACIÓN COMPLEJA**

**SOMOS BELLAMENTE COMPLEJOS...**

**EN NUESTRO VIVIR Y NUESTRO CONVIVIR.**

**Y ESO INCLUYE DISTINTOS NIVELES DE LA REALIDAD COMO,  
LO HUMANO,  
LO ESPIRITUAL,  
LO SOCIAL,  
LO NATURAL,  
LO AMBIENTAL  
Y AÚN, LO ARTIFICIAL.**



**EL MUNDO ORDENADO Y SIMPLE,  
QUE SIEMPRE ANHELAMOS YA  
FUE, PERO AUN PERSISTE...**



**LA COMPLEJIDAD ES EL MUNDO QUE YA LLEGÓ PERO  
AUN... NO VEMOS, NO CONVERSAMOS, NI VIVIMOS.**

**ESTAMOS DE PIE ANTE EL LLAMADO DE ÉPOCA  
DE RESIGNIFICAR LA COMPLEJIDAD Y  
SUPERARLA HACIA EL MUNDO ELEGIDO.**

**BIENVENIDA LA COMPLEJIDAD  
Y BIENVENIDA LA POSIBILIDAD DE  
CONSTRUIRNOS COMO OBSERVADORES  
COMPLEJOS CAPACES DE SUPERARLA  
DADO EL ATRACTOR DE NUESTROS  
COMPROMISOS, SUEÑOS Y PASIONES**





COMPLEJIDAD AMPLIA O  
GLOBAL



**¿Para qué acercarnos a la complejidad desde un análisis previo del contexto (Hechos), cultura (Interpretaciones) y su interrelación?**



- Para no negarla, simplificarla o resolverla
- Para capturar, relevar y percibir los elementos e interacción del contexto y cultura que se forma y se integra como sistema complejo.
- Para realizar la gestión necesaria que nos permita superar la complejidad dado el atractor (Visión, anhelo, sueño, compromiso, etc.) que esta mas allá de un Contexto, Cultural Integrado – C C I.
- Esa gestión necesaria la realiza un Facilitador Profesional que permite danzar sobre lo complejo de lo real manteniendo el foco en la posibilidad y acompaña el proceso desde lo individual a lo colectivo y logra alcanzar el atractor o entregable definido.

**NOVEDAD:** ¿Hay algo de lo vivido en el encuentro que te haya resultado novedoso o que ahora lo observas desde una nueva posición?

**ÉNFASIS:** ¿Hay algo de lo trabajado que se te hace figura y que percibís con mayor claridad, cómo si estuviera remarcado?

**RELACIÓN:** ¿Podés establecer alguna nueva relación entre los temas, algo que lo vincules a tu vida o tome un nuevo sentido?

**SENTIR:** ¿Cómo te sentís, qué sentimientos aparecen, qué sensaciones aparecen?

**Despedida de la 2da plenaria con una palabra.**

