



HACIA TU PROPIA COSMOVISIÓN

ABES NES

HACIA TU PROPIA COSMOVISIÓN

Abes Nes

PRÓLOGO

Si tuviera que encuadrar este escrito en alguna corriente socialmente aceptada, podría decir que está integrado por planteos filosóficos, ya que este es el único ámbito en donde se nos permite pensar desprejuiciadamente y poner en duda situaciones que fuera de él serían tildadas de insanas. Definiendo el texto como reflexiones impregnadas de pensamientos abstractos, al límite de ser culturalmente despreciados y con una base relativa a mis aprendizajes poco usuales

Lo escribí cuando entendí que dentro mío estaban las más profundas respuestas a interrogantes que solían generarme incertidumbre.

Quiero cambiar el mundo, pero el mio personal.

EN ACCIÓN DE MI PROPIA INTENCIÓN

Solemos escuchar que los cambios se generan desde adentro hacia afuera, y coincido plenamente que ese es el camino correcto. Encuentro una relación entre este enunciado y con otro formulado por Albert Einstein, quien dijo “Ningún problema puede ser resuelto en el mismo nivel de conciencia en el que se creó”. Por lo tanto, si el problema fuese externo, pues entonces no se podría solucionar desde allí, sino de manera interna. Todos tenemos una personalidad que mostramos al mundo, que la creamos a partir de lo que consideramos que es lo mejor para exteriorizar, de lo que creemos que somos, lo que queremos aparentar o por el contrario las partes que se desean disimular.

Por otra lado, también tenemos una faceta de observarnos en silencio, hacia adentro, de dialogar con nosotros mismos a través del pensamiento, de planteamos problemas y posibles soluciones, a veces con perspectivas positivas, otras con una mirada crítica, castigadora o denigrante, también en ocasiones la que enaltecemos nuestros triunfos desmesuradamente, o nos avergonzamos de lo que somos... Son tantas posibilidades creadas por la mente que sería imposible describirlas todas.

Esas dos visiones que nos integran las describiré como el mundo externo y el mundo interno. La relación entre esos mundos, depende de cada individuo, el balance entre ambas es un aspecto muy personal, pudiendo estar equilibradas, o prevalecer una por sobre la otra. Si el diálogo interno es genuino y sincero, la conexión con la esencia de uno mismo puede ser más fluida y profunda. Su contraparte en cambio, es cuando se le da una importancia desmedida al diálogo con el mundo externo y poca escucha al interno.

Con el paso del tiempo, va mutando nuestra propia relación entre ambos. Si la evolución es positiva y armónica, se vivencia una sensación de bienestar, en el caso contrario se acentúan conflictos y malestares.

El diálogo interno está impregnado por la autopercepción que cada uno tiene de sí mismo y eso hace que la perspectiva personal, esté limitada o potenciada según sea su naturaleza.

En lo personal he atravesado por ambas situaciones. En la actualidad mi comunicación con el mundo interno procuro que sea en conciencia, con amorosidad y con el principio de no juzgarme negativamente ante ninguna situación. Por el contrario, estoy siempre atento a dar lo mejor en cada pensamiento y me reconozco con verdadera aceptación en una atmósfera de gratitud personal. Esta autovaloración me lleva a aplicar esos principios hacia el mundo externo, hacia las demás personas, me conduce a respetar a cada individuo y a comprender que cada cual está dando lo mejor de sí para construir el suyo. Eso es suficiente para entenderlo y no juzgarlo, porque si lo hiciera también estaría haciéndolo sobre el mío, comparándolos o creyendo que uno es mejor que el otro.

No quiero imponer mi mundo personal a nadie, como tampoco me permito que el de otro se imponga por sobre el mío.

Sin juzgarme a mí mismo, ni a los otros, mi mundo se hace mucho más armonioso, ameno, con bienestar en todas sus formas, física, mental, emocional, kármica, a la vez que me da acceso a la libertad y a la celebración.

Aceptar y agradecer con humildad mis aciertos, me hace también observar las situaciones en las que me siento fuera de esa armonía, los hechos que me llevaron a sentirme así, para procurar entenderlos y encontrar el motivo por el que se genero ese desequilibrio, sabiendo a priori, que detrás, hay un aprendizaje que debo afrontar para evolucionar positivamente.

Que no soy una víctima, sino un victimario, ya que la situación externa que me llevó allí, es una desarmonía de mi mundo interno, y que para solucionarlo, debo recurrir lo antes posible a observar y entender cuál es la

emoción dolorosa que siento, para despejar la falta de claridad lo antes posible. Haciéndome cargo, sin proyectar en el otro.

Cuando nos ocurre un hecho no planeado que nos sorprende negativamente, con frecuencia, solemos maldecir, alterar nuestro humor, entristecernos, enfadarnos, nos genera dolor, o nos hace sentir que no merecíamos esa situación. El desenlace prosigue con una sucesión de negatividades, como un efecto dominó, si no tenemos la claridad de detener ese proceso a tiempo.

Un método muy simple para transmutar la sinergia de esas situaciones y minimizar sus efectos consiste simplemente en cambiar las palabras negativas por positivas, de hacer el esfuerzo, por mas que parezca ridículo en ese momento. En vez de maldecir, agradecer. Esa práctica funciona como un hackeo mental, hace que toda la situación se encamine de otra manera, en vez de entrar en una cadena de negatividad, se prepara el ámbito para acceder a una de entendimiento, a calmar los pensamientos destructivos y armonizar las emociones.

Cuando hablo de la palabra me refiero indistintamente a las que exteriorizamos, como a las que permanecen solamente en diálogo interno con uno mismo.

Siento un gran privilegio al sentirme merecedor y al elegir vivir de la mejor manera para conmigo mismo, porque a su vez también está asociado a la mejor para los demás. Sin querer imponer, solo me queda el compartir, sin querer tener razón, me abro a la escucha para conectar en profundidad con el otro si me brinda su apertura.

Sin juicio, comencé a experimentar una mayor recepción y devolución positiva, con las personas con las que me vinculaba, junto con una sensación de comodidad mutua, propensión al diálogo, valoración bilateral, retroalimentación y solidez en el vínculo que se va adentrando cada vez más en profundidades de pensamientos, emociones, sentimientos. Esta solidificación de la confianza se torna cercano a un vínculo familiar.

Hace que me sienta amado y protegido, de la misma manera en que también lo siento hacia el otro. La aceptación, lo que antiguamente anhelaba inconscientemente, se me es dada por el simple hecho de no juzgar, ni el propio, ni el mundo ajeno de quién se vincula.

El sentimiento de merecimiento, se da en el ámbito del amor y no del miedo. Acepto el amor hacia mí mismo todo el tiempo, como así también a darlo hacia el mundo externo, como recompensa encuentro la abundancia presente en todas sus formas.

Considero de vital importancia, la atención constante, sobre estos conceptos de aceptación y amor propio, para que la inconsciencia no domine al pensamiento.

El karma es un concepto Hindú que evidencia los procesos repetitivos que transita una persona hasta aprender a superar situaciones que le generan sufrimiento. Mientras que el Dharma, es cuando las acciones ya no crean karma, y se vive liberado del sufrimiento.

El acceso a esa posición privilegiada está al alcance de todos. No es una quimera, por el contrario, es más fácilmente alcanzable de lo que se suele creer. Depende de una sola elección que se debe sostener en el tiempo. La decisión de no sufrir por ningún condicionante externo, y entender que toda situación es creada por uno mismo, ya sea desde la consciencia o desde la inconsciencia.

Todo el proceso creador comienza con una palabra de afirmación, que luego debe ser sostenida en el tiempo con fe. La fe no es más que la convicción a un nivel del 100%. Todo porcentaje menor a esa cifra ya no es fe, sino un grado mayor o menor de confianza. Pues esa es la llave para acceder a la creación cuántica a través de la palabra + la fe al 100%. Existe una conexión profunda entre la razón, el inconsciente y el corazón, y cuando se alinean, se produce un estado de gran armonía y bienestar. La razón, a través del pensamiento analítico y lógico, nos permite comprender el mundo que nos rodea y tomar decisiones racionales. El

inconsciente, por otro lado, alberga nuestras emociones, recuerdos y experiencias más profundas, a menudo inaccesibles a la conciencia racional. El corazón, en este contexto, representa la intuición, la sabiduría interior y la conexión con nuestro ser esencial.

Cuando estos tres aspectos se alinean, se genera un estado de coherencia interna que nos permite experimentar una realidad más plena y significativa. La razón nos brinda la claridad para discernir, el inconsciente nos aporta la profundidad emocional y el corazón nos guía hacia la sabiduría y la compasión.

En este estado de alineación, el cerebro genera ondas electromagnéticas que resuenan con la frecuencia del corazón, la cual es mucho más alta y coherente que las ondas cerebrales normales. Esta sincronización entre el cerebro y el corazón se asocia con una serie de beneficios, todos ligados al bienestar. A la vez que esas vibraciones electromagnéticas son percibidas por algún tipo de orden, que hace que los pensamientos intencionados sean manifestados. Si ese orden es externo a nosotros o interno, no tiene mayor sentido en este análisis porque depende de la creencia individual, mientras que se mantenga la Fe en que así será.

Del lado opuesto a la fe podría nombrar a la mentira. La cual exteriorizada, es la expresión falsa que oculta y enmascara pensamientos o intenciones diferentes.

Exige un costo físico y psicológico, ya que requiere un proceso mental y emocional complejo, al implicar manejar múltiples narrativas y mantener la coherencia tanto en la comunicación verbal como no verbal. Este constante malabarismo cognitivo y supresión emocional puede provocar una tensión significativa en el cerebro y la psiquis.

Ese sobre exceso de trabajo neuronal y emocional tendrá consecuencias físicas que deberán ser repuestas para normalizar el biorritmo.

Abrazar la veracidad, ofrece un camino hacia un mayor bienestar mental y físico. Al alinear nuestras palabras y acciones con nuestros verdaderos

pensamientos e intenciones, reducimos la carga cognitiva y sensitiva de la mentira, liberándonos de las cadenas de engaños y permitiéndonos vivir una vida más auténtica y plena. Promueve la claridad mental, el bienestar emocional y relaciones más fuertes, contribuyendo en última instancia a una existencia más sana y feliz.

La mentira está asociada al miedo.

El miedo, por otro lado, es una respuesta humana natural a las amenazas o peligros percibidos. Si bien el miedo sirvió como un mecanismo de supervivencia esencial en nuestro pasado ancestral, en los entornos modernos a menudo nuestras psiquis lo ha adoptado como recurso, tergiversando ese peligro de vida, en miedos existenciales.

Echar un manto de claridad sobre esta cuestión es crucial para entender la relación del miedo con su polo opuesto que es la confianza, y el amor asociado a la verdad.

El amor, la gran enseñanza de los maestros espirituales que nos han transmitido nuestras culturas / Miedo como causante de atrocidades en la historia.

Amor, sentimiento que nos genera una sensación de bienestar. / Miedo que nos paraliza y dificulta la claridad de visión.

Amor como una frecuencia electromagnética de alta vibración, por lo tanto de mayor alcance / Miedo como frecuencias bajas, y de bajo alcance.

Amor asociado a Dios / Miedo asociado a la falta de Fe

Amor como instinto de supervivencia / Miedo a la muerte

El instinto de supervivencia es un impulso fundamental del ser humano, que nos guía a protegernos de daños o peligros externos, como así también de no perjudicarnos a nosotros mismos, por lo que los hechos autodestructivos pertenecen al mundo de la inconsciencia.

La observación de los hechos que nos suceden, desde la consciencia, nos permiten tomar decisiones que no van a dañarnos, y que van a ser configuradas para cuidarnos, eligiendo lo mejor posible en cada elección.

El miedo existencial y el amor son polos opuestos de una misma cosa. El miedo es la falta de amor, o el amor es la ausencia de ese miedo. Extremos puntos lejanos pero con una misma naturaleza con polaridades contrarias, de baja o alta frecuencia vibracional.

Es el dualismo, la danza entre consciente y subconsciente

La mente consciente y el subconsciente no operan de forma aislada, sino que interactúan constantemente entre sí.

La mente consciente puede influir en el subconsciente a través de la repetición, la visualización y el reforzamiento positivo. Del mismo modo, el subconsciente puede influir en la mente consciente a través de nuestras emociones, pensamientos intrusivos y hábitos arraigados.

En esta danza entre consciente y subconsciente, tenemos la posibilidad de elegir.

Tu tienes la posibilidad de optar en qué frecuencia quieres emitir la tuya, o puedes no hacerlo y tu inconsciente se tomará la molestia de hacerlo por ti, pero en esa ocasión con diferentes consecuencias.

El método del hackeo mental también funciona y puede aplicarse generando afirmaciones positivas y repetitivas desde la palabra consciente. Se produce una reprogramación del subconsciente, activando el sistema reticular, permitiendo que adopte nuevas creencias y así modificar nuestros comportamientos.

El electromagnetismo es una fuerza fundamental que juega un papel crucial en la vida, desde la estructura molecular de las células hasta el funcionamiento del sistema nervioso y cardiovascular. Todos nuestros órganos, incluido el cerebro, emiten ondas electromagnéticas. Estas ondas, conocidas como ondas biomagnéticas, son generadas por la actividad eléctrica de las células. Si bien la intensidad de estas ondas varía según el órgano, el corazón se destaca por emitir las más potentes del cuerpo humano, que puede detectarse inclusive a varios centímetros del cuerpo. He aquí la relevancia del corazón en las corrientes espirituales y religiosas.

Las ondas electromagnéticas emitidas por el corazón, son frecuencias de vibración que influyen en nuestro entorno y en las personas que nos rodean, atrayendo y enlazando a otras del mismo nivel vibracional.

Funciona como un lenguaje de entendimiento preciso.

Que a su vez conecta con la fuente creadora, presente en las infinitas dimensiones, el lenguaje del amor, según la creencia puede ser decodificado como Dios, la divinidad o como tantas otras visiones.

LA COHERENCIA EN LOS HÁBITOS

Citando a Hermes Trimigisto “como es adentro es afuera” , el secreto del bienestar tiene que ver con un todo.

Cuando experimentamos el sufrimiento, generalmente es porque en nuestro presente, se despiertan huellas profundas y angustiantes de la infancia. Esas experiencias tempranas, grabadas en el subconsciente, se manifiestan de diversas maneras en la vida adulta, pero de forma indirecta o camufladas. Solo la observación y el análisis profundo, pueden dilucidar este mecanismo. Es una posibilidad concreta y un recurso que requiere de un alto grado de análisis y comprensión y está exclusivamente en nosotros mismos la voluntad de sacar a la luz esos procesos para adentrarnos en las profundidades de nuestro propio ser.

Teniendo esa claridad, es posible abstraernos de esas emociones, como si se tratase de un observador externo, para generar una comprensión de mayor claridad.

El sufrimiento conduce al karma, la ley de causa y efecto, en un ciclo repetitivo de situaciones que se presentan en diferentes formas, pero con un trasfondo de igual naturaleza, la angustia del niño herido.

Tenemos la capacidad de observar las situaciones de manera consciente y desapegada de las emociones. Es un paso fundamental para salir de ese ciclo y acceder a un nuevo nivel de entendimiento personal.

Estos son algunos recursos a tener en consideración:

El primer paso es estar atentos en el momento en que se despierta esa emoción, para entender que estamos cayendo nuevamente en esos patrones.

Recordar la premisa de que el causante de la angustia proviene de nosotros mismos, para no buscar culpables externos.

Comprensión de las causas: Al observar el patrón de manera consciente, podemos comenzar a comprender las causas del mismo. Esto puede

implicar explorar nuestras experiencias pasadas, nuestras creencias, valores y pensamientos negativos.

Observación consciente: Una vez que hemos reconocido el patrón, podemos prestar atención a nuestros pensamientos, emociones y comportamientos, entendiendo que el hecho no es en contra nuestro, sino una prueba a superar para entender su trasfondo.

Desapego emocional: A medida que comprendemos las causas del patrón, podemos comenzar a desapegarnos de las emociones negativas que nos atrapan. Esto implica aceptarlas sin juzgarlas ni juzgarse a sí mismo.

Respuesta consciente: Una vez que nos hemos desapegado de las emociones negativas, podemos comenzar a responder a las situaciones de manera más consciente y constructiva. Esto implica elegir cómo queremos reaccionar, en lugar de actuar impulsivamente bajo la influencia de nuestras emociones.

De esta manera se puede entender que el sufrimiento es evitable y depende solo de nosotros mismos, de nuestra observación, y de las palabras que utilicemos en nuestro mundo interno para re interpretar cada situación desde una nueva perspectiva, con mayor empoderamiento.

El sufrimiento es opcional, solo que las opciones están ocultas por el inconsciente, el que actúa de tal manera que nos hace caer en una posición irreal de dolor, o de victimización. Nos hace sentir menos, desvalorizados, heridos. Nos hace asumir el rol de víctimas del afuera, como si el sufrimiento viniera por acción de los demás, en vez de darnos cuenta que los demás son un reflejo de una parte oculta en la profundidad de nuestro ser, la que sufrió de niño, pero que aún sigue presente en nosotros.

Podemos utilizar las herramientas de raciocinio para entender este sistema y encontrar la clave para no sufrir. Si reconocemos este accionar inconsciente, es que podemos elegir no caer en ese patrón repetitivo de sufrimiento, esa rueda kármica que una y otra vez nos hace entrar en un sentimiento de desgracia.

El Dharma es la ausencia del sufrimiento, por lo tanto evitar el Karma y acceder al Dharma es parte de la misma elección. En resumidas palabras, la plenitud de la felicidad o el sufrimiento son opciones al alcance de todos.

El Dharma está todo el tiempo disponible ahí para nosotros. La relación de cómo asumimos los hechos que suceden a nuestro alrededor nos conduce inequívocamente al karma o al dharma.

Existen dos maneras de tomar decisiones, desde el miedo, basada en nuestros traumas, o desde la confianza, basada en el amor. La primera posibilidad nos lleva al camino del Karma, mientras que la segunda al del dharma.

La rueda del karma nos hará experimentar una y otra vez diferentes situaciones de sufrimiento, hasta que un día podamos optar por el amor como motor de nuestras decisiones y salir de ella para entrar en el dharma. Existe el principio de acción y reacción, esta ley establece que para cada acción siempre hay una igual y opuesta. De la misma manera, todo pensamiento o acción que ejecutemos, tiene una reacción de polaridad opuesta, un orden de expansión y contracción, con un impacto directo en nosotros mismos.

Por ejemplo, si lo reducimos a un suave soplo, ese aire que desplazamos, aunque sea una diminuta fuerza, ya genera un cambio en su rumbo original de una manera eterna, sin ya poder anular y hacer volver atrás nuestra acción, ni restablecer el curso del aire a su estado anterior.

Cada cosa que hagamos tendrá su impacto en nosotros mismos y en el resto, en el todo.

Por otro lado existe lo que se denomina efecto compuesto. Es un principio fundamental que se aplica en diversos ámbitos, desde las finanzas hasta el desarrollo personal. Se basa en la idea de que pequeñas acciones realizadas de manera constante y consistente pueden generar grandes resultados a largo plazo. En cuanto a su impacto a nivel personal, la suma de malos

hábitos por ejemplo, nos llevan a la enfermedad. La suma de buenos hábitos nos trae bienestar.

Todo lo que hagamos hoy tiene una relación directa con el futuro que tendremos.

Hay un refrán muy claro y práctico para incorporar y tener presente en nuestros pensamientos, es “Placer instantáneo, dolor futuro”.

Nada es inocuo en nuestros hábitos, y lo que hagamos con eso va en relación directa a nuestro propio bienestar. Las acciones que ejercemos desde la inconsciencia o la consciencia, nos afectan tanto en nuestro presente instantáneo, como en el futuro.

A menudo, buscamos el placer instantáneo como una forma de lidiar con emociones negativas como el estrés, la tristeza, la frustración o el aburrimiento. Sin embargo, es importante reconocer estas cuestiones y, nuevamente, hacerlas conscientes. No se trata de reprimirlas, ni generar un sentimiento de culpa, pero sí de tener claridad sobre el efecto que estamos generando en nosotros mismos teniendo presente el principio del efecto compuesto. Si te amas y aceptas, ¿porque te harías daño?.

Volviendo al tema del amor personal, y citando nuevamente Hermes Trimigisto en sus 7 principios fundamentales del Kybalión, “Como es adentro es afuera”.

No podemos separar ni individualizar nuestro interior de nuestro exterior . Si optamos por amarnos a nosotros mismos, podremos entender lo que es verdaderamente amar a otro, y no tener una relación basada en el miedo a la carencia.

Muchas interacciones entre personas en la humanidad, están disfrazadas de amor, cuando en su profundidad son elecciones hechas desde la carencia, desde la falta de amor propio, lo que nos lleva a elegir la compañía de otros por un vacío personal, por un miedo a la soledad, y a no asumir el poder personal.

Aceptarnos y valorarnos a nosotros mismos, conlleva a tratarnos de la mejor manera posible, a ejercer acciones y hábitos de impacto personal positivo. A poder tener un equilibrio entre los placeres y los daños que estos puedan generarnos.

Ese accionar está regido por la conciencia, para que nuestro inconsciente no domine nuestras decisiones, ni que altere nuestro bienestar.

Como es adentro es afuera. Si te amas a ti mismo, la gente que resuena en amor, también te amará.

Al mantenernos en esa frecuencia, ejercemos una vibración electromagnética que es captada por los demás, ejerce un efecto de atracción positiva. Por el contrario, si el miedo es el que rige tus decisiones, la falta de valoración personal y de amor propio, tu vibración será menor, por lo que atraerás situaciones más complejas y dolorosas. Si no te aceptas a ti mismo, si no te amas, muy probablemente no estarás abierto a recibirlo de otros. Por más que los demás lo intenten, nadie externo podrá dártelo si tú mismo no te sientes merecedor de recibirlo. De la misma manera que nadie que no quiera ser ayudado puede ser ayudado. Nadie te salvará de eso si tú mismo no ejerces la acción propia. La ayuda sólo puede ser efectiva si la persona está dispuesta a recibirla. Si alguien no está listo o no quiere cambiar, es poco probable que cualquier esfuerzo externo tenga éxito. La iniciativa y la responsabilidad para el cambio recaen en la propia persona. El bienestar personal depende exclusivamente de ti.

Los buenos hábitos fortalecen tu mundo exterior tanto como el interior. A la inversa, tus hábitos interiores se reflejan en tu exterior, en tu cuerpo, en tu atracción, en tu belleza, porque la vibración electromagnética que ejerces es más armoniosa y de más alta frecuencia. Exterioriza la luminosidad de la persona.

Al momento de elegir cada acción, cada decisión entre múltiples, es importante que tengas presente cómo van a repercutir en ti, teniendo la

claridad que existen solo dos opciones, o hacerlo de manera consciente o inconscientemente. Si logras tener presente todo el tiempo el amor propio, es la forma de tomar la decisión más beneficiosa para ti, por ejemplo cuando ingieres una comida, una bebida, cuando haces o evitas el ejercicio, cuando optas por drogarte o no.

El ejercicio físico, la alimentación saludable, los buenos hábitos y el amor propio, provocarán un factor positivo en el efecto compuesto, repercutiendo en tu bienestar externo e interno, a nivel del mejoramiento del funcionamiento de todo tu cuerpo, tu sistema inmunológico, tus órganos, tu sangre, de tu humor y tu biorritmo general como así también en la calidad y claridad de tus pensamientos, tus emociones y sentimientos. Las abuelas nos decían, “No hay que hacerse mala sangre”. Y como tantos otros dichos populares, están basados en la experiencia de muchas generaciones que lo aseveran. Los malos hábitos provocan reacciones biológicas que nos terminan enfermando.

Mereces ser amado por ti mismo, mereces ser amado por los demás, mereces sentirte pleno, mereces todo lo bueno que puedas imaginar y mas, por el hecho de que hay abundancia de amor siempre disponible para ti. Solo depende de tu elección, de la consciencia que pongas en cada acto, en cada decisión, en cada palabra y en cada pensamiento.

De la presencia que tenga tu mente al elegir, de recordarte que mereces, que es el amor hacia ti mismo y hacia los demás el que habilita esa abundancia. No mereces el sufrimiento, salvo que elijas consciente o inconscientemente que así sea.

Lo mismo sucede en relación a los demás, cuando ejerces una acción hacia otros, también repercute positivamente o negativamente en ti según su naturaleza.

El amor hacia los demás es tan importante como el propio.

El otro es un reflejo de uno mismo, inseparable como ser vivo, todos, estamos atravesados por los mismos neutrinos.

Los neutrinos son partículas diminutas y elusivas que componen gran parte del universo, atraviesan constantemente nuestro planeta y nuestros cuerpos. De hecho, en este mismo instante, billones de neutrinos te están atravesando sin que tú lo notes.

Pero lo que hace que esta idea sea aún más fascinante es que estos neutrinos no solo nos atraviesan, sino que también se transforman dentro de nosotros. Siendo nuestra consciencia y nuestro amor cruciales en ese proceso trascendental para ver reflejado el cambio que queremos experimentar afuera. Siempre partiendo de nosotros mismos.

A medida que esos neutrinos viajan a través del cosmos, algunos de ellos interactúan con la materia y cambian de tipo. Este proceso de transformación, es un fenómeno cuántico conocido como oscilación de neutrinos, y nos dan pistas sobre la composición del universo y las fuerzas que lo gobiernan.

Más allá de su importancia científica, la idea de que los mismos neutrinos nos atraviesan a todos tiene un profundo significado. Nos conecta con el universo de una manera tangible y nos recuerda que somos parte de algo mucho más grande. Somos como polvo estelar, unidos por los mismos elementos y procesos físicos que dieron origen al cosmos.

En este sentido, los neutrinos pueden verse como un símbolo de nuestra unidad e interconexión. A pesar de nuestras diferencias, todos compartimos una misma esencia cósmica. Somos parte de un todo interconectado, atravesado por los mismos componentes que viajan por el universo desde el Big Bang, estamos unidos a todos los seres del universo por una danza invisible de partículas subatómicas.

El otro es uno mismo. Por consiguiente, si juzgas a los demás, indefectiblemente lo estarás haciendo contigo mismo. Todo lo que observemos críticamente sobre el otro, es porque no lo estamos aceptando en nosotros mismos. Esa mirada crítica es tanto hacia afuera como hacia adentro, recordando nuevamente “como es afuera, es adentro”.

Permitir y aceptar la libertad del otro es también asumirla en ti mismo. No observar con prejuicio las acciones ajenas, equivale a no limitarte a ti mismo, y es equiparable a tu propia libertad, o la falta de ella. Esa libertad, es nuestra gran herramienta de poder para alcanzar el concepto de felicidad, mientras que su antítesis es la opresión.

Sentirse libre, nuevamente es una elección, y se comienza con el simple hecho de no juzgar. Por el contrario, el efecto positivo de esa acción es la de celebrar la libertad tanto propia como ajena.

Para resumir el tema, estos buenos hábitos, de aceptación y amor además de tu bienestar intrínseco, pueden llevarte a acceder a logros magníficos.

Por ejemplo, a conseguir un control sobre la salud, tus procesos de envejecimiento, tu longevidad e inclusive a generar un efecto de rejuvenecimiento celular.

Para ello es importante destacar cuatro premisas.

Buenos hábitos

Buenos pensamientos

Buenos alimentos

Buen descanso

Todas las acciones que ejecutemos contrarias a estos principios, podrán ser perjudiciales para nosotros mismos.

Cuando todos nuestros pensamientos, conscientes e inconscientes están comprometidos en el momento presente, es donde se expresa la conciencia.

¿QUIÉN ERES?

Ser, es la bendición y a su vez la carga que llevamos como SERes vivos. Replantearse quién es ese SER es un dilema que nos acongojaba en el pasado y lo sigue haciendo más allá de los tiempos.

Las culturas humanas hemos formulado diferentes hipótesis sobre nuestro origen, y en muchas de las actuales, estos pensamientos nos han cubierto con un velo de desvalorización como especie y como seres individuales en relación al todo.

El dilema del ser, no está asociado a una búsqueda interna de carácter filosófico o espiritual, sino más bien a un mandato que se enfoca en que ocupemos un lugar destacado dentro de su organización.

En este entorno competitivo, a menudo hay un fuerte énfasis en el éxito y el avance individual. Lo que puede crear una cultura de presión y ansiedad, ya que las personas se sienten obligadas a luchar constantemente por más, para demostrar su valía y asegurar su lugar en la jerarquía. Un “deber ser”

El sacrificio como camino hacia el éxito de “Ser alguien” destacado dentro de la comunidad, desasociado al desarrollo del ser.

Las organizaciones sociales se establecen alrededor de ordenamientos y principios comunes los cuales crean sistemas normalizados y normados de pensamiento, raciocinio y comportamientos.

Esos cúmulos de información impuesta forman al individuo, quien se une con otros pares en grupos de pertenencia según sus orígenes y preferencias. Esos factores en común que los unen, suelen uniformar a los individuos según sus ocupaciones, tendencias, estatus social etc.

Una vez inmerso en ese sistema de autogestión social, el individuo se torna coherente con su grupo y a su vez con el resto de la sociedad, mientras que se desnaturaliza de los hábitos que tendría fuera de esa organización.

En contraste, la búsqueda de una comprensión filosófica o espiritual de nuestro lugar en el mundo puede ofrecer una perspectiva más holística y liberadora. Al explorar nuestros valores, creencias y propósitos, podemos obtener una comprensión más profunda de lo que realmente nos importa y cómo podemos contribuir de manera significativa a la sociedad.

Este viaje interior de autodescubrimiento y empoderamiento nos ayuda a liberarnos de las ataduras de las expectativas externas y abrazar una forma de vida más auténtica y plena. También puede inspirarnos a trabajar en colaboración con otros para crear un mundo más justo y equitativo.

Los grandes centros urbanos, suelen generar en las personas, una desvinculación del contacto diario con un entorno natural, con la observación y el entendimiento de los factores que lo rodean, tales como la vegetación, los demás seres vivos, el clima, los astros, etc.

Esa información disponible, ya no es observada, sino que es reemplazada por otra de carácter artificial.

A la vez que también se distancia del contacto con sus antiguas costumbres, de los saberes de sus ancestros y de su naturaleza innata.

Nuestra presencia es condicionada en forma sine qua non por las presencias que nos antecedieron. A pesar del distanciamiento de las costumbres de nuestros antepasados, y aunque no seamos conscientes de la herencia ancestral que portamos, su huella está tejida en la esencia misma de nuestro ser. Nuestro ADN es un vínculo tangible con el pasado, un testimonio del poder perdurable del linaje, con información que aún prevalece en forma encriptada en la genética del ADN.

Dentro de este intrincado tapiz de nucleótidos se esconde un tesoro oculto de sabiduría ancestral, codificado en patrones transmitidos a través de generaciones.

Existe la posibilidad de que parte de esos datos sean decodificados y percibidos por el individuo, los cuales se manifiestan de una forma diferente a la que está habituado. Es información que se canaliza de una

manera extremadamente sutil, en un plano más abstracto, alejado de los cánones académicos tradicionalistas.

Estos son procesos posibles, pero generalmente despreciados socialmente, señalados con prejuicios y desacreditados, lo que genera resistencias en las personas a incorporar esas creencias, mientras que se sienten reconfortados en el ponderamiento de las normas preestablecidas.

Es un proceso individual y personal el de habilitar a que esos misterios, socialmente rebeldes, sean recibidos e incorporados como recursos propios.

Traspassar ese límite genera nuevas oportunidades de conectarse con un nuevo sistema de información que se [desconocía](#).

No existe un margen preciso de qué tipo, ni cuanta sea la información que podemos obtener de esa fuente. Recae en el propio individuo iniciar el proceso de descubrimiento y de canalización de información sutil.

Para nombrar un ejemplo de uno de los tipos de información que se pueden obtener, nombraré lo que llamamos intuición. Esa capacidad de sentir o saber algo sin razonamiento consciente, es una forma en que la sabiduría y las experiencias de nuestros antepasados se manifiestan en nuestras vidas. Puede ofrecernos valiosas pistas sobre nuestras decisiones y nuestro camino en la vida. Puede guiarnos hacia oportunidades, alertarnos sobre peligros potenciales e incluso ayudarnos a resolver problemas complejos.

Se experimenta como un efecto que suele manifestarse sutilmente en algún lado del cuerpo junto con una sensación de haber obtenido cierta información, ya no recurriendo a los registros de nuestra memoria racional, sino más bien desde otro ámbito, en algún lugar de uno mismo o de más allá.

En ocasiones frecuentes suele exteriorizarse con una sensación corpórea, en la zona intestinal, lo que puede provocar que la experiencia sea

acompañada de una expresión física de señalar esa zona en alusión de haber percibido un efecto particular.

Asocio esta particularidad a la fascinante conexión entre la intuición y las neuronas intestinales. Esta red neuronal, conocida como el "cerebro intestinal" o "segundo cerebro", alberga alrededor de 100 millones de neuronas, más que la médula espinal.

Reflexiono sobre la posibilidad de que estas neuronas sean las responsables de acoger la información subyacente.

Otro caso similar sucede con el corazón. Algunas investigaciones han detectado la presencia de neuronas en el tejido cardíaco, lo que respalda la idea de que el corazón puede tener su propia capacidad de procesamiento y podría estar refugiando información disponible para ser utilizada. Este ejemplo podría encuadrarse con el concepto que se denomina "corazonada".

La intuición y las corazonadas, no suelen tener una mirada de crítica feroz en los colectivos, sino que están medianamente aceptadas, siempre y cuando sean esporádicas y no se les dé un lugar destacado en el comportamiento. Pero esto no sucede en tantos otros casos, que son comúnmente catalogados dentro de lo que se denominan temas esotéricos, cuestionando, juzgando y negando su veracidad.

Esos juicios colectivos provocan en el individuo promedio, prejuicios y un alejamiento de la emocionalidad que lo conecta con esa sensibilidad que se precisa para percibir este lenguaje, quedando así anulada la posibilidad de su utilización.

Estos límites autoimpuestos como resultado de la manipulación social pueden variar en severidad y flexibilidad según la naturaleza del individuo. En relación a esto quisiera hacer alusión a una doctrina, que dio mucha claridad a mi vida personal, y es el estudio del Diseño humano.

Es un sistema de autoconocimiento determinado por la fecha, hora y lugar de nacimiento de una persona. Se utiliza para comprender la personalidad,

los talentos, los desafíos y el potencial de un individuo. Se basa en la síntesis de varias tradiciones antiguas y modernas, incluyendo la astrología, el I Ching, el Kabbalah y la física cuántica.

Crea una carta gráfica única para cada persona, que mapea los diferentes aspectos de su naturaleza y potencial.

Su premisa es la de entender que cada persona viene al mundo con una configuración diferente, con capacidades específicas, talentos individuales y perfecto.

En su lectura se analizan muchas variables, pero puntualmente mi mención corresponde a conectarlo con el tema de los límites individuales. Ya que según sea su particularidad, una persona posee un mayor o menor grado de resistencia a aceptar nuevos conceptos e ideas abstractas.

Unos se sienten reconfortados en la confianza de sus propios intelectos y convicciones, mientras que en otros casos, experimentan una cómoda naturalidad en la búsqueda o la necesidad de captación e incorporación de nuevos conceptos.

La abstracción de los condicionantes sociales incorporados es un hecho posible de experimentar, aunque poco frecuentes, por lo que se recae en la normativa de pensamiento y razonamiento conceptualizado en el inconsciente colectivo.

Este es un concepto, acuñado por el psiquiatra suizo Carl Gustav Jung, quien postuló la existencia de un sustrato común a los seres humanos de todos los tiempos y lugares del mundo, constituido por símbolos primitivos con los que se expresa un contenido de la psique que está más allá de la razón. Por el cual no podemos separarnos de ello, ya que abarca inclusive hábitos pasados heredados antes de nuestros propios nacimientos.

Tanto que la genética misma, es alterada por los hábitos previos de las generaciones que nos precedieron, como en la actualidad también estamos modificando las futuras.

Nuestro propio sistema de creencias fue engendrado en el pasado por nuestros ancestros y evoluciona en nosotros en cada momento hacia las próximas generaciones.

Si analizamos la historia de nuestras sociedades, podemos observar que el dominio, la manipulación y el engaño, fueron herramientas recurrentes utilizadas para establecer poder y control sobre los demás. Desde las tácticas de intimidación y coerción hasta las formas más sutiles de propaganda y control social, estas estrategias han sido empleadas por individuos, grupos y naciones para imponer su voluntad sobre otros. Por tal motivo, en efecto traslativo, podría asociar que también en este momento presente estamos siendo impregnados por ese mismo tipo de acciones.

Para poder abstraernos de los condicionantes colectivos y establecer una conexión con la información del plano sutil, es importante lograr en primer término permitirse ceder ante razonamientos y juicios establecidos.

Se trata de detectar los propios límites del raciocinio para cesar de sostenerlos, de cuestionar nuestras propias ideas y estar dispuestos a considerar otras perspectivas para habilitar la posibilidad de que nuevos paradigmas puedan ser descubiertos.

El proceso de "desaprender" implica resignificar los hechos, este ejercicio nos permite desafiar nuestras propias preconcepciones y abrirnos a la posibilidad de nuevas hipótesis y cosmovisiones.

¿QUÉ ES UNA COSMOVISIÓN?

Es una forma de ver e interpretar el mundo que nos rodea. Es un conjunto de creencias, valores y percepciones que nos ayudan a comprender la existencia, a tomar decisiones, a conectar con los demás y a mantener nuestra identidad.

Todas las personas tienen una cosmovisión, aunque no siempre sean conscientes de ella. Son dinámicas y pueden cambiar con el tiempo a medida que los individuos y las sociedades adquieren nuevas experiencias y conocimientos.

Nuestra existencia individual se basa en nuestro propio sistema de creencias, dependiendo de la sociedad o de la época en que vivamos. A veces dando crédito a situaciones inculcadas como verdades naturales, y otras poniéndolas en cuestionamiento y adoptando diferentes perspectivas. Esto se da en todas las escalas, desde temas sutiles como la forma correcta de sostener un cubierto, así como otras profundas, como el sentido de la vida, o lo que sucede al morir.

Si bien cada persona tiene una visión propia y particular, en general las sociedades se auto regulan, y los individuos suelen alejarse de formulaciones radicalmente diferentes a las aceptadas, por lo que se establecen las cualidades de los pensamientos, entre propios e impropios, entre sensatos e insensatos.

La cosmovisión es inseparable del ego, el cual está asociado con la identidad personal, el sentido de uno mismo como individuo separado de los demás. En términos generales, puede verse como la parte del yo que está preocupada por sí misma y por sus propios intereses. Es el aspecto de la personalidad que busca el placer, evita el dolor y se esfuerza por mantener la autoestima.

La relación entre la cosmovisión y el ego es única para cada individuo.

Cuando nuestra cosmovisión y nuestro ego están alineados, podemos experimentar una sensación de paz y equilibrio, y mayor claridad en nuestro propósito. Sin embargo, cuando hay una disonancia entre los dos, puede conducir a sentimientos de confusión, ansiedad y depresión.

Una cosmovisión centrada en la espiritualidad puede enfatizar la conexión entre todas las cosas y la importancia de la compasión. Esto puede conducir a un ego más humilde y compasivo.

Una cosmovisión centrada en el individualismo puede enfatizar la importancia de la autosuficiencia y el logro personal. Esto puede conducir a un ego más asertivo y ambicioso.

Una cosmovisión centrada en el materialismo puede enfatizar la importancia de la riqueza y las posesiones. Esto puede conducir a un ego más codicioso y egocéntrico.

Por ejemplo, la cosmovisión más aceptada actualmente por el ser humano, coincide con la definición de que somos seres vivos, que interactuamos con los demás organismos en un mundo tridimensional conformado por materia.

Otros ejemplos de cosmovisión que puedo nombrar:

Indígena: Duelen enfatizar la conexión entre los humanos y la naturaleza.

Cristiana: Se basa en las enseñanzas de la Biblia y se centra en la salvación a través de Jesucristo.

Científica: Se basa en el método científico y busca explicar el mundo de manera objetiva y racional.

Solipsismo: Postula que lo único que uno puede estar seguro es de la existencia de su propia mente.

Realidad Simulada: Propone que toda la existencia que percibimos es una creación artificial generada por una computadora u otro sistema avanzado.

Plantear nuevos paradigmas es un ejercicio amplificador del pensamiento que nos pueden aportar resultados reales para nuestro bienestar.

Por más que estas posibilidades puedan parecer descabelladas para muchos, alguna de estas teorías, son conceptualmente admisibles, ya que existe en el universo un orden regido por las matemáticas, por números maestros y proporciones áureas que denotan un claro orden lógico. Esos patrones recurrentes están presentes desde la disposición de los pétalos de una flor hasta la estructura de las galaxias, en una concha de un caracol, en la distribución de las hojas en un tallo o en la estructura de los átomos. Estos patrones podrían ser expresiones de un orden matemático fundamental que gobierna el cosmos, parangonable con el lenguaje binario de un ordenador.

El lenguaje binario, compuesto por ceros y unos, forma la base fundamental de las computadoras. De manera similar, si el universo está regido por un orden matemático subyacente, los patrones matemáticos observados en la naturaleza podrían ser expresiones de este orden, codificando información y dictando el funcionamiento del cosmos. Algunas de las cosmovisiones ponen en duda inclusive nuestra presencia física, o tienen el valor de asumir que no hay forma de demostrar definitivamente que otras mentes o el mundo físico existen fuera de nuestra propia mente.

Existe la posibilidad de que solo tú existas, ya que no tienes evidencia que apoye o refute la idea de que no sea así. Solo eres tú, una consciencia que está leyendo esto ahora, proyectando una meta realidad, en la cual todo lo que sucede ante ti, es una simulación.

Esta abstracción radical, te invita a reflexionar. Si bien desde la inconsciencia podrías actuar con exceso de individualismo y falta de empatía, sin embargo, también puedes verlo como una oportunidad para desarrollar la autoconciencia. Al reconocer que la única realidad que puedes conocer con certeza es la tuya, empezar a explorar las profundidades de tu propio ser y llevarte a un mayor autoconocimiento y

aceptación para poder elegir vivir tu vida de la mejor manera posible, independientemente de si la realidad es real o simulada.

Creo oportuno transcribir citas de alguno de los pensadores más grandes de los que tengamos registro.

“Todo es mente” Hermes Trismegisto

“Pienso, luego existo” Descartes.

“Sois Dioses pero lo habéis olvidado” Platón

Se suele vivir con fuertes convicciones sobre conceptos inculcados, y cualquier variante de pensamiento en muchos casos están señalados socialmente, por lo que naturalmente los individuos suelen descartar la posibilidad de análisis de otras posibilidades más abstractas, pero no por ello quedan descartadas como alternativas tan concretas como cualquier otra.

Considero muy positivo adentrarse y sostenerse en un juego de pensamientos y razonamientos en donde todo es posible, atreverse e independizarse del ideario colectivo, y emanciparse hacia la libertad de pensamientos abstractos, para llegar a entender desde otra perspectiva y en escala, la importancia de nosotros mismos.

Los manuales de Psiquiatría establecen con claridad, hasta donde una persona es apta socialmente, o si por el contrario pertenece a alguno de los diagnósticos patológicos normados. Todo aquello que tenga un razonamientos o afirmaciones diferentes a ellas, son pasibles de un grado de insania mental.

Estos manuales establecen, como lo hace un país con sus leyes, lo que está permitido y lo que es prohibido. Tienden a que el sistema de creencias sea limitado dentro de los parámetros de normalidad con una imposición psicológica forzosa autocontrolada en donde cada persona no se permite traspasar las normas, y a su vez señala a quien lo hiciera.

Esta normalización aleja la posibilidad de que los individuos descubran libremente sus propias particularidades innatas y entorpece el camino de su desarrollo personal más profundo.

Situaciones como estas en las cuales los cúmulos de información son tan determinantes y condicionantes, ocasionan que la persona se aleje de su libertad de pensamiento, y crea un ámbito propicio para originar emociones y sentimientos de represión, de sufrimiento y de vacío existencial, condicionando el potencial innato del ser.

En los manuales actuales por ejemplo se consideran patológicas a las personas que escuchan voces internas, o aquellos que tienen visiones, o quienes perciben información telepática, se los medica o encierra en manicomios. Mientras que en ciertas culturas indígenas, esos mismos seres eran venerados como vidente o chamanes, y eran conducidos hacia un ámbito propicio para que sus dones puedan desarrollarse libremente para el bien propio y el de los integrantes de sus comunidades.

¿Cuánto te animas a separarte de tus creencias, al menos temporalmente, para adentrarte en un nuevo paradigma?

Serás capaz de no juzgar de antemano a nuevos razonamientos que planteen una nueva cosmovisión?

¿Qué posibilidades tienes de aceptar un pensamiento absurdo que desafíe los cánones de tus creencias?

Es un punto extremadamente importante en el camino filosófico y espiritual del autodescubrimiento, el hecho de entender quién es ese SER verdadero, conocerlo para luego darle un significado a la razón de nuestra propia existencia, y con ello obtener más claridad en la búsqueda de un sentido y una misión.

La evolución de la búsqueda del ser humano ha sostenido durante su historia diferentes creencias que se tomaron como verdades absolutas y perduraron durante un mayor o menor tiempo, Pero siempre fueron

cambiando o se encuentran en el proceso de hacerlo aunque nos cueste visualizar.

Solemos creer que nuestra cultura es la más válida, la más acertada y razonable de todo el camino humano, y es por eso que probablemente la sigas eligiendo. Pero al observar la historia de las creencias de las anteriores generaciones, podemos concluir que la nuestra tampoco será la definitiva para el ser humano del futuro.

Hay una amplia sensación social que establece que si nos enfocamos en nosotros mismos incurrimos en el egoísmo, aunque paradójicamente, esa acción es altamente positiva en el camino de la autopercepción en la búsqueda del sentido del ser.

El término “egoísmo” se usa a menudo de manera negativa y crítica, de alguna forma es tergiversado, ya que no se cumple al poner el foco en uno mismo, sino más bien en que un individuo por su propio beneficio, ejerza una acción sobre el otro para conducirlo a pensar o actuar para su propio beneficio, lo que implica que alguien solo se preocupa por sí mismo y no le importan los demás.

Sin embargo, el verdadero egoísmo implica manipular o explotar a otros para beneficio personal, despreciar los sentimientos y necesidades de los demás y actuar sin considerar las consecuencias de las propias acciones sobre los demás.

Centrarse en uno mismo, se enfoca en cuidar el propio bienestar para poder presentarse como la mejor versión de uno mismo para los demás. Por lo tanto trasladando este concepto a los manuales de psiquiatría que rigen nuestra normalidad, los que establecen los correctos patrones de comportamientos que debemos cumplir, pero fueron creados por otros, podríamos asociar a que desde cierta perspectiva cumplen con algunas particularidades del egoísmo.

Al no poder ser naturales, somos aquel artificial.

Permitir un nuevo paradigma que considere a tú ser individual como centro del enfoque y ya no desde la perspectiva egocéntrica tradicional. Es constructivo que ese ser sea asumido por ti, y que permitas un nuevo análisis, con la premisa de que el centro seas tú. Independientemente de todo lo externo ajeno a ti.

“Tenemos un único compromiso, y es con nosotros mismos”

Es nuestra misión álmica, venimos a dar lo mejor de nosotros. Para ello es fundamental

enfocarte en ti para encontrar las más profundas motivaciones.

Podrás pasar la vida viajando, pero deberás volver a ti.

Son hermosos los logros externos y las posesiones materiales, pero la verdadera paz y realización se encuentra en el interior.

Y en esa armonía accionar sin esfuerzo de acuerdo con el flujo natural del universo, sin forzar ni resistirse. Se trata de dejar ir el control y permitir que las cosas se desarrollen de forma natural y fluida. Desde la intención y no desde la obsesión.

Existe el denominado efecto Pigmalión por el cual las creencias moldean realidades.

El origen del término se remonta a la mitología griega, donde Pigmalión, un escultor, se enamoró de una estatua de marfil que él mismo había creado. Sus expectativas y creencias sobre la belleza y el potencial de su creación fueron tan fuertes que la estatua cobró vida.

En el ámbito de la psicología, el Efecto Pigmalión se refiere a la tendencia a convertir nuestras expectativas en realidades. Si creemos que podemos lograr algo, es más probable que pongamos el esfuerzo y la dedicación necesarios para alcanzarlo. Por el contrario, si creemos que algo es imposible, es más probable que nos rindamos antes de siquiera intentarlo. El Efecto Pigmalión, también conocido como la profecía autocumplida, es un fenómeno que nos resume el poder que tienen nuestras expectativas sobre nuestros propios resultados y sobre los de los demás.

El potencial de la intención como un poder creador puede considerarse en diferentes niveles de creencia según la cosmovisión de la persona. Desde una cuestión de meras probabilidades, hasta la de incorporarlo con verdadera convicción desde la fe.

Sus resultados será proporcional a ese nivel de creencia.

Existe la genuina posibilidad de que lo de afuera no te defina, sino que tú moldeas lo externo a partir de haberte asumido como generador de tu visión externa.

Es interesante hacer el ejercicio como lo hizo Pigmalión.

Para poder comenzar, observate a ti mismo internamente y reconoce que esta acción per sé, es un hecho fáctico y real. Tan concretamente fáctico, que es el único hecho que puedes aseverar que existe, ya que el resto de las cosas que no sea esa presencia de pensamiento pueden no ser reales.

Al asumirlo te reconoces a ti mismo como el único ser genuino, y puedes observar lo externo como una proyección que proviene de ti mismo.

Tú mismo observándote a ti mismo, ninguna otra cosa más que tú mismo como verdad.

Tu única verdad es que estás aquí, en el proceso de reconocimiento de ti mismo y nada más que eso.

Tu eres tu mundo, eres todo el universo porque nada más externo existe si no pones tu foco en eso. Un pensamiento ajeno a los límites de la materia es tu universo.

Este pensamiento reconoce que todo lo demás ya no es lo que era. Que todo es creado si tu mente se enfoca en ello, asumes el poder de habilitar o no que lo demás exista y de qué manera quieres que exista.

Los estímulos sensoriales que antes eran medios pasivos que absorbían información proveniente del afuera, hoy son reconfigurados en un nuevo concepto, en el cual hay una interrelación fluida entre la manifestación exterior con la intención proveniente de tu interior. La relación con la

materia es dinámica, conducida por el pensamiento, y los estímulos sensoriales son los conductores que los expanden.

Los sentidos se alinean para crear lo que proviene de esos pensamientos, a modo de impresora tridimensional para concretar una nueva visión del mundo.

¿Cuántas posibilidades hay de que la relación de tú mismo con la materia sea así? y cuantas como solía creer?

Desde las estadísticas matemáticas podríamos decidir que un 50% le corresponde a cada una.

Si das crédito a esto y asumes el control del pensamiento, tienes la posibilidad concreta de que todo ya no sea como era antes.

Ahora el pensamiento proveniente de ti mismo, antecede a lo que ocurrirá exteriormente.

Tú mismo eres la única verdad de ti mismo.

Tú eres quien crea a partir de ti mismo todo lo que surge después.

La abstracción mayor eres tú mismo.

Tú mismo eres el todo, el universo se crea a partir de ti, porque de no ser tú, de no existir tú, no tendrías la seguridad de que el resto siga siquiera existiendo.

Lo que tú crees, es. Eres el centro y tienes el poder creador divino.

No es un delirio místico asumirse como Dios, aunque nuestras arraigadas creencias hacían imposible semejante responsabilidad, y preferíamos trasladar ese poder creador a un paradigma externo condicionante. No se trata de engrandecerse a uno mismo, sino de reconocer el potencial inherente y el poder creador.

No como un poder hacia la dominación de los otros, sino para aplicar su significado hacia ti. Dominarse a uno mismo es asumirse, pero ya no negativamente, sino desde la construcción de una nueva identidad, valorada y no denigrada, poderosa y no débil, responsable y no

victimizada. Desapegada de los condicionantes de un inconsciente colectivo ajeno a nuestro verdadero ser.

Responsabilizándote del control dominante de las fuerzas que te han sido dadas, desde un estado de consciencia sin dudas, el control absoluto de que todo lo externo que antes creías aleatorio o separado de ti, ahora depende solo de tu pensamiento, desde tu mismo hacia el exterior, desde adentro hacia afuera.

Tu ser antecede a lo externo a ti.

Tu pensamiento antecede a lo que sucederá luego.

Tu poder es creador.

Piensas, luego existes.

¿VIVIMOS EN UN MUNDO DE MATERIA?

La ciencia es un proceso dinámico de descubrimiento basado en la evidencia empírica, que se obtiene mediante experimentos, observaciones y análisis rigurosos.

Cada etapa de la histórica que atravesó fue convincente en que sus descubrimientos y teorías eran los que regían la realidad. Sin embargo, la ciencia está limitada por su metodología y la naturaleza de los fenómenos que estudia. Y no todos los aspectos de la realidad son directamente observables o medibles, y algunas preguntas pueden estar fuera del alcance de esa investigación.

En este entorno aparece una ola refrescante de conceptos de la mano de la física cuántica, la cual plantea nuevos paradigmas que hasta ahora no se habían presentado.

La física cuántica es un área de la física cuyos principales objetos de estudio son los elementos que se encuentran a nivel microscópico.

Átomos, electrones y moléculas son ejemplos de estructuras que habitan el mundo subatómico

Sucedo que a medida que más evolucionaron en esta observación, fueron detectando que lo que sucedía no aplicaba a las mismas leyes que la ciencia tradicional había aceptado.

Al observar un átomo a nivel cuántico, colapsó su función de onda. Esto significa que forzaron a la partícula a adoptar una posición y un estado definidos.

Lo que se ha descubierto que, al colapsar la función de onda, la mayor parte de la región donde podría estar la partícula resulta vacía. Las partículas subatómicas ocupan solo una pequeña fracción del espacio dentro del átomo, y el resto está compuesto por un "mar de vacío".

Este descubrimiento ha tenido un impacto profundo en nuestra comprensión de la materia. Nos ha mostrado que en su nivel más

fundamental, no es sólida ni impenetrable, sino que está compuesta principalmente por vacío.

Otro experimento revelador fue el de la doble rendija. En el cual se utiliza un plano con dos rendijas verticales cercanas una con la otra. Se dispara luz hacia ellas, la cual se proyecta en otro plano detrás. Si la luz fuera como pelotitas, pasaría por las rendijas y dejaría dos líneas en la pared detrás. Pero la luz también se comporta como una ola, creando un patrón de interferencia similar al de las olas en el agua.

Lo más extraño fue cuando observaron con instrumental por qué rendija pasaba cada fotón, (partícula de luz), el patrón proyectado cambió. Como si la luz "supiera" que la estaban observando y cambió su comportamiento. Este experimento, demuestra la dualidad onda-partícula de la luz y el papel de influencia del observador en el mundo cuántico.

Al retirar el detector o interferir con la medición, se elimina la "perturbación" que causa el colapso de la función de onda y la luz vuelve a exhibir su naturaleza ondulatoria, creando el patrón de interferencia característico.

En resumen, la presencia del observador y la interacción con el sistema cuántico son claves para determinar el comportamiento de la luz en el experimento de la doble rendija. Al retirar el observador, la luz se manifiesta como una onda, mientras que la observación en sí misma hace que se comporte como una partícula.

Este experimento es uno de los pilares de la mecánica cuántica y nos ayuda a comprender la naturaleza fundamental de la realidad a nivel atómico y subatómico, donde las reglas tradicionales intuitivas del mundo microscópico dejan de ser válidas.

Esto implica que la observación no es un acto pasivo, sino que participa activamente en la determinación de la realidad.

La conciencia como observador juega un papel fundamental en el experimento y nos ayuda a comprender que la realidad no es algo

predefinido, sino que se co-crea en el momento de la observación. La conciencia del observador participa activamente en la creación de la realidad cuántica.

Nuestra conciencia tiene el poder de influir en nuestras experiencias y en el mundo que nos rodea.

¿DE DÓNDE VENIMOS?

Los seres humanos, estamos conformados por células, las que contienen toda la información genética de nuestros padres, de nuestros antepasados tan lejanos que se trasladan hasta el primer hombre, mujer, inclusive hasta la especie que fuimos antes de ser humanos, o de que fuéramos organismos vivos.

Todo lo que alguna vez integramos prevalece en nosotros, en las células y en nuestro ADN.

Me parece interesante vincular esto con la energía del calor.

Nuestros cuerpos poseen una temperatura que ronda normalmente en 36.5 grados centígrados. El organismo se encarga de mantenerla, y son los alimentos, combinados con el aire y el agua los medios que proporcionan el combustible para que ese ciclo sea sostenible.

Pero cuando nacemos, venimos al mundo con esa temperatura ya internalizada, gracias a que nuestras madres nos lo transmitieron. Ese mismo calor que recibimos a su vez fue transferido a ellas por nuestras abuelas, y a ellas por nuestra bisabuelas, lo mismo que se viene repitiendo generación tras generación ininterrumpidamente desde que el primer ser nos engendró. El calor es un legado intergeneracional.

Por lo tanto esa energía calórica, ese electromagnetismo que nos mantiene vivos, es el mismo que generó la vida por primera vez.

El concepto religioso de la “chispa divina” es la demostración de que el poder creador prevalece en nosotros, es una energía que se mantiene, y la manifestamos en la dimensión tridimensional a través de nuestros cuerpos.

Con esta reflexión te invito a reformular tu noción sobre ti mismo, de la concepción de realidad y de la relación entre tu mente y la materia, de la importancia de la claridad sobre tu cosmovisión personal y tu ego en relación al todo.

A que atraveses las fronteras de las capacidades limitadas que asumías tener.

A que amplíes tu interacción con otras dimensiones más abstractas y sutiles.

Que observes tus objetivos, y actúes en coherencia en cada pensamiento, cada palabra y en cada decisión para que esté alineado a tu propósito, sabiendo que las buenas decisiones están constantemente a tu alcance.

Que la abundancia está siempre disponible a la espera de que sepas aceptarla y recibirla, de que te sientas merecedor de ella.

Que vivas en un fluir con la naturaleza de las situaciones que se te presentan sin conflicto, sino con una sensación de gratitud por cada desafío que se presente, interpretándolo como nuevo aprendizaje a transitar hacia tu evolución.

Que tienes el poder si logras superar los límites que te habían y te habías impuesto.

Eres tú y solamente tú el único responsable de asumir la creencia que más te beneficie, como así también la que más beneficie a los demás.

Todo es una cuestión de tu decisión personal.

El impulso creador está ilimitadamente en ti.

Tu lograrás todo lo que te propongas.

Gracias!

"Hacia tu propia Cosmovisión"

Un Viaje de empoderamiento. Abes Nes, artista plástico, músico y arquitecto, nos invita a embarcarnos en un viaje de auto descubrimiento en su primer libro.

Esta obra profunda explora la importancia de alcanzar claridad en nuestra visión personal de la existencia y cómo el ego juega un papel fundamental en su configuración.

En este su primer libro, Abes nos guía a través de un proceso de reflexión y análisis para comprender cómo nuestras creencias, valores y experiencias moldean nuestra percepción de la realidad.

Nos ofrece herramientas valiosas para dismantelar las limitaciones personales y construir una cosmovisión más auténtica y alineada con nuestro verdadero ser. A través de ejemplos inspiradores, Abes nos acompaña en el camino hacia la transformación personal y la creación de una vida más plena y significativa.

www.abesnes.com

Instagram: @abes.nes



ECONOMÍA EMPODERATIVA

Inspirado bajo sus
principios y valores

