



LAS 7 LEYES QUE RIGEN EL UNIVERSO

Una mirada diferente para comprender lo que vivimos y empezar a aplicarlo en nuestra vida cotidiana.

¿Te pasa que hay situaciones en tu vida que no sabés cómo resolver, por dónde salir o por qué parecen repetirse? En este material vamos a acercarnos a siete principios de la tradición hermética y a explorar cómo pueden convertirse en una mirada práctica sobre nuestra vida cotidiana.

El propósito no es que aceptes estas ideas como verdades absolutas, sino que conozcas la mirada que propone esta tradición, observes qué resonancia tiene en vos y descubras qué preguntas o prácticas pueden ayudarte a comprender mejor tu propia experiencia.

La física estudia fenómenos del mundo físico y formula modelos y leyes para describirlos. La tradición hermética, en cambio, propone principios para interpretar la realidad desde una perspectiva filosófica y espiritual. En este material nos acercamos a esos principios como una herramienta de reflexión y observación personal.

Las siete leyes o principios

1 Principio del Mentalismo: EL TODO es MENTE; el universo es mental.

2 Principio de Correspondencia: Como es arriba es abajo, como es abajo es arriba.

3 Principio de Vibración: Nada descansa, todo se mueve, todo vibra.

4 Principio de Polaridad: Todo es Dual, todo tiene dos polos, los opuestos son idénticos en naturaleza pero opuestos en grado, los extremos se encuentran.

5 Principio de Ritmo: (Ley del Péndulo) Todo va y vuelve, sube y baja, la oscilacion del pendulo se manifiesta en todo, la misma medida de oscilación a la derecha es hacia la izquierda

6 Principio de Causa y efecto: (Ley de Causalidad) Toda causa tiene su efecto, todo efecto tiene su causa, la casualidad no existe.

7 Principio de Género: Todo en este universo contiene energía masculina y femenina. Este principio no se refiere a la sexualidad o al género físico, sino a las características arquetípicas de los géneros.

Las siete leyes y su aplicación cotidiana

Principio del Mentalismo: EL TODO es MENTE; el universo es mental

En este punto, es donde aparece una de las claves más profundas.

“El universo, no es solo materia...”

“El universo... es mente...”

Todo lo que ves, todo lo que vivís, todo lo que experimentas, primero fue un pensamiento.

Esto no es una creencia, es un principio, lo que algunos llaman universo, otros llaman Dios y otros llaman conciencia universal, en realidad es una mente, y todo lo que existe nace desde ahí...

En otras palabras, con un pensamiento más científico:

EL TODO, es la verdad fundamental, la realidad sustancial, está más allá de toda denominación verdadera.

EL TODO, es ESPÍRITU, que en sí mismo es INCOGNOSCIBLE e INDEFINIBLE, pero que puede ser considerado y concebido como UNA MENTE UNIVERSAL, INFINITA Y VIVIENTE, nada sino EL TODO mismo puede comprender su propia naturaleza y ser.

Pero mientras que la naturaleza esencial del TODO es incognoscible, hay verdades conectadas con su existencia que los humanos debemos aceptar:

EL TODO es todo lo que realmente ES. No puede haber nada existiendo fuera del TODO, de otro modo no sería EL TODO.

EL TODO debe ser INFINITO, infinito en el tiempo, o ETERNO. Como no hay nada fuera de Él, no hay nada que lo hubiera podido crear, y algo nunca puede desarrollarse a partir de nada.

EL TODO es MENTE VIVIENTE INFINITA, los Iluminados lo llaman ESPÍRITU. El espíritu trasciende nuestra comprensión, y usamos el término a fin de que podamos hablar del TODO.

Si el universo existe, es mutable y está compuesto de muchos elementos no es El Todo, entonces, siguiendo el principio de correspondencia, estamos justificados en considerar que EL TODO crea el universo MENTALMENTE, de una manera semejante al proceso por el que el hombre crea imágenes mentales.

Y aquí es donde el dictamen de la razón concuerda con el dictamen de los iluminados:

EL UNIVERSO, Y TODO LO QUE CONTIENE, ES UNA CREACIÓN MENTAL DEL TODO.

Este principio explica la verdadera naturaleza de «energía», «poder» y «materia», y el por qué y el cómo están todos éstos subordinados a la maestría de la mente.

Uno de los viejos maestros herméticos escribió hace mucho tiempo: «El que capta la verdad de la naturaleza mental del universo está bien avanzado en el sendero hacia la maestría.»

Estas palabras son tan verdaderas hoy, como en el tiempo en que fueron escritas por primera vez (muchos siglos AC).

Cómo aplicarlo

Percibimos las cosas de acuerdo a nuestros pensamientos. El mundo es como es, pero nosotros lo vemos de la manera en que pensamos, dependiendo de nuestros miedos y creencias.

Las acciones hacen que nuestros pensamientos tengan una existencia física. Nuestros pensamientos y nuestras acciones deben estar en total armonía.

Para crear cualquier cosa en tu vida, primero debes dirigir tus pensamientos, de una forma clara y sensitiva, de esta manera creas o modificas tu realidad.

Ahora, llevémoslo a la práctica:

Hay un concepto que puede cambiar por completo la forma en la que ves tu vida:

“Todo lo que existe, tiene un origen mental.”

¿Alguna vez notaste, que según cómo pensás, ves el mundo de una manera diferente?

Que cuando estás con miedo, todo parece amenazante, y cuando estás en calma, todo se ordena...

“No es el mundo el que cambia, es tu forma de percibirlo...”

Tus pensamientos, no son algo menor, son el punto de partida de tu realidad.

Porque lo que pensás termina convirtiéndose en acción, y lo que hacés, termina construyendo tu vida.

Ahora te propongo algo simple, pero no menos importante:

Durante el día de hoy, observa tus pensamientos, pero no los cambies, no los juzgues, solo míralos, como si fueras un testigo, como si vieras nubes pasar, y luego preguntate.....

“¿Esto que estoy pensando, me acerca a la vida que quiero, o me aleja?”

Porque cuando empezás a ver esto, algo cambia...

Dejás de vivir en automático siguiendo las reglas que te impone el sistema en que vivimos y empiezas a crear conscientemente.

Este es solo el comienzo, no tenés que entender todo hoy, solo, empezar a observar tus pensamientos, y permitirte dar el primer paso.

La auto observación es una herramienta muy valiosa.

Principio de Correspondencia: Como es arriba es abajo, como es abajo es arriba (Ley de Atracción)

En este punto, aparece otra de las leyes fundamentales que nos ayudan a comprender cómo funciona la realidad.

Este principio incorpora la verdad de que hay siempre correspondencia entre las leyes y fenómenos de los diversos planos de existencia y vida.

Hay planos más allá de nuestro conocimiento, pero cuando aplicamos el principio de correspondencia somos capaces de comprender muchas cosas y fenómenos, que de otro modo nos habrían sido incognoscibles.

Este principio es de aplicación y manifestación universal, en los diversos planos del universo material, mental y espiritual; es una ley metafísica universal.

Como es adentro, así afuera. Lo que existe en lo invisible, existe en lo visible. Lo que sentís y crees internamente, se manifiesta externamente.

La ley de correspondencia a menudo se conoce como la ley de la atracción.

Este principio propone que si quieres cambiar lo que está fuera de ti, debes enfocarte en tu interior, todo lo que sucede en un plano superior luego desciende a un plano inferior y se manifiesta.

En otras palabras:

Este principio nos habla de una correspondencia constante entre los distintos planos de existencia.

Lo que ocurre en lo interno, tiene su reflejo en lo externo. Lo que vivimos afuera, tiene su origen en lo que sucede adentro, nada está separado, todo está conectado.

Desde la mirada hermética, existen tres grandes y diferentes planos:

El plano físico, el plano mental, y el plano espiritual, que aunque parezcan distintos, en realidad están profundamente relacionados entre sí.

Lo que sucede en uno impacta en los otros, por eso, este principio nos invita a comprender algo esencial:

Lo que vivimos en nuestra realidad, es una manifestación.

Aquello que sostenemos en nuestro mundo interior (pensamientos, emociones, creencias, etc.) termina tomando forma en nuestra experiencia externa de nuestra vida.

Por eso muchas veces, sin darnos cuenta, repetimos situaciones: relaciones, conflictos, o incluso logros.

Porque hay algo dentro nuestro que lo está generando o sosteniendo.

Dijimos que este principio también es conocido como la Ley de Atracción, pero más allá del nombre, su verdadero sentido no es “atraer” cosas como un deseo superficial, sino comprender la coherencia entre lo que somos por dentro y lo que vivimos por fuera, nos muestra que tenemos que hacer internamente, para cambiar cosas de nuestra realidad externa.

Cómo aplicarlo en nuestra vida diaria:

Si queremos ver un cambio en nuestra vida, no alcanza solo con intentar modificar lo externo, el verdadero cambio comienza desde adentro.

En cómo pensamos, en cómo sentimos, en lo que creemos posible o imposible.

Ahora llevémoslo a algo concreto:

¿Alguna vez te pasó que cambiando tu forma de ver una situación, la situación misma empezó a cambiar?

¿O que al modificar una actitud interna, las respuestas del entorno fueron diferentes?

Eso es correspondencia, por eso, aplicar este principio implica empezar a hacer un trabajo interno consciente.

Observar qué estás pensando, qué estás sintiendo, y desde qué lugar estás actuando.

Porque si lo que está adentro cambia, lo que está afuera, inevitablemente también cambiará.

Te propongo algo simple:

Elegí hoy una situación de tu vida que te genere incomodidad, puede ser un vínculo, una decisión, o algo que se repite, y en lugar de enfocarte en lo externo, preguntate:

“¿Qué hay dentro mío que está conectado con esto?”

“¿Qué estoy sosteniendo que hace que esto siga apareciendo?”

No para juzgarte, sino para comprender la raíz de la situación.

Porque cuando empezás a ver esta relación, dejás de sentir que la vida “te pasa”, y empezás a entender que también estás participando en lo que creás, sos consciente de que sos artífice de tu propio destino.

Y desde ese lugar..., aparece algo muy valioso:

La posibilidad real de transformar tu realidad, desde adentro hacia afuera.

La correspondencia no es teoría, es una experiencia que se revela cuando empezás a observarte con más profundidad. Otra vez aplicamos la auto observación una herramienta fundamental que deberíamos tener incorporada constantemente en la vida diaria.

Si esto se comprende, no solo cambia lo que vivís, cambia la forma en la que te relacionas con la vida.

Ahora una descripción de los diferentes planos de existencia:

Para entender este principio de correspondencia, hay algo importante que tenés que ver:

La realidad no funciona en un solo nivel, lo que vivís, no ocurre sólo afuera, en el plano físico, en lo tangible, ocurre en distintos planos, todos los planos de existencia están relacionados, y lo que ocurre en uno influye también en el otro.

Podríamos resumirlo en tres grandes niveles:

Plano físico: Es el que conocés, lo que ves, lo que tocás, lo que vivís en tu día a día, pero esto es solo la superficie.

Plano mental: Acá es donde todo empieza, tus pensamientos, tus creencias, tus ideas, antes de que se manifiesten en tu vida diaria. Primero pasa por tu mente.

Plano espiritual: Este es el más profundo, donde yace tu conciencia,, donde están tus emociones más verdaderas, donde se conecta tu esencia, aunque no siempre lo veas...

Influye en todos los demás. Todo lo que se manifiesta en un plano superior, luego desciende a un plano inferior.

Estos tres planos, no están separados, se reflejan entre sí, lo que pasa adentro, se manifiesta afuera, lo que sostenés en tu mente influye en tu realidad, lo que sentís, puede tomar forma.

Bajando lo dicho a la vida real: Si estás en conflicto por dentro, lo vas a ver reflejado afuera:

En tus decisiones, en tus relaciones, en tu humor, podés somatizar el conflicto y que se manifieste como un problema de salud, etc.

Por lo tanto cuando empezás a ordenar lo interno, (tus pensamientos del plano mental, tus emociones del plano espiritual) lo externo también empieza a cambiar.

¿Por qué esto es importante? Porque deja de ser algo abstracto, y se vuelve práctico

Ya no se trata de entender planos, sino de darte cuenta en qué lugar se están manifestando las causas que después se manifiestan en tu vida diaria, para poder cambiar tu realidad.

Principio de Vibración: Nada descansa, todo se mueve, todo vibra.

Este principio explica que las diferencias entre las manifestaciones diferentes entre materia, energía, mente, e incluso espíritu, tienen que ver con las diferentes frecuencias de vibración de esos estados.

Desde EL TODO, que es espíritu puro, (vibración de frecuencia alta) bajando hasta la forma más grosera de materia, (vibración de frecuencia más baja) todo está en vibración, cuanto más alta la frecuencia de vibración, más alta la posición en la escala.

La frecuencia de vibración del espíritu es en un rango de intensidad y rapidez infinitas tal que está prácticamente en reposo, igual que una rueda moviéndose rápidamente parece inmóvil, en el otro extremo de la escala, hay formas groseras de materia cuyas vibraciones son tan bajas como para parecer en reposo.

Entre estos dos polos hay millones sobre millones de grados variables de vibración, es decir frecuencias de vibración diferentes.

Desde el corpúsculo y el electrón, del átomo y la molécula, hasta los mundos y universos, todo está en frecuencias vibratorias diferentes.

Esto también es verdad en los planos de energía y fuerza (que no son sino grados diversos de frecuencia de vibración); y también en los planos mentales, si estamos contentos vibramos más alto que si estamos tristes o enojados, e incluso en los planos espirituales.

Un entendimiento profundo de este principio, con las fórmulas apropiadas, capacita a los estudiantes a controlar sus propias vibraciones mentales, así como las de otros.

En este punto... empezamos a comprender algo que cambia por completo la forma en la que percibimos la realidad.

Este principio nos invita a desarrollar una mayor sensibilidad hacia lo que estamos sintiendo.

Porque lo que sentimos, no queda solo dentro nuestro, se expresa, se transmite, y termina influyendo en nuestra realidad o la de otros.

Ahora llevémoslo a lo cotidiano:

¿Alguna vez entraste a un lugar, y sin que nadie diga nada sentiste el ambiente pesado?

¿O al contrario lugares donde se sentí calma, liviandad y bienestar?

La diferencia entre esos espacios y cómo nos afectan o cómo los sentimos tiene que ver con las diferencias de vibración entre esos ambientes.

Lo mismo pasa con las personas. Hay estados internos que elevan y otros que densifican. Esto no es para juzgar, es para comprender.

Porque cuando empezás a observar esto, aparecen una preguntas importantes:

“¿En qué frecuencia estoy viviendo la mayor parte del tiempo?”

“¿Esa frecuencia me acerca a la vida que quiero, o me aleja?”

Entonces, aplicar este principio no significa forzarte a “estar bien” todo el tiempo, sino empezar a hacer pequeños ajustes conscientes.

Por ejemplo:

Cuando te das cuenta de que estás en un estado de tensión, podés hacer algo simple:

frenar, respirar, observar, y permitir que ese estado empiece a cambiar.

También podés elegir con qué te rodeas, las conversaciones que tenés, lo que consumes, los ambientes en los que estás, etc., todo influye en tu vibración.

Incluso algo tan simple como:

Escuchar música, salir a caminar, tomar contacto con la naturaleza, puede ayudarte a modificar tu estado interno, pero hay algo aún más profundo: tus pensamientos y emociones sostenidas en el tiempo, terminan definiendo tu frecuencia base.

Por eso, no se trata de cambiar un momento aislado, sino de construir, poco a poco, un estado interno más coherente con lo que querés vivir.

Te propongo algo simple, pero muy valioso:

Durante el día de hoy, detente en distintos momentos, y hazte esta pregunta:

“¿Cómo me estoy sintiendo ahora?”

Sin corregirlo, sin rechazarlo, sólo registrarlo. Si sentís que ese estado no te hace bien, en lugar de pelearte con él, hacé un pequeño cambio consciente, una respiración...un cambio de foco...un momento de silencio, etc.

Porque cuando empezás a intervenir en tu estado interno, aunque sea de forma mínima, tu vibración empieza a cambiar.

Y cuando tu vibración cambia, tu experiencia también cambia. Nada está fijo, nada está determinado, todo está en movimiento, y eso incluye a tu posibilidad de transformarte.

Este principio es muy poderoso cuando se empieza a practicar, no desde la teoría, sino desde la observación diaria.

Debemos alinear nuestra vibración a las que deseamos atraer. Cuanto más fuerte vibremos en esa frecuencia, más rápido será el efecto de atracción. Es decir, atraemos la misma frecuencia que vibramos.

Tomemos una actitud interna de que lo que deseamos está disponible para nosotros, entonces debemos alinearlos y elevarnos a esa frecuencia para lo cual más adelante recibiremos diferentes herramientas para hacerlo.

Principio de Polaridad: Todo es dual, todo tiene dos polos; los opuestos son idénticos en naturaleza, pero diferentes en grado o frecuencia.

Los opuestos son lo mismo, difiriendo sólo en grado»; los pares de opuestos pueden ser reconciliados»; «los extremos se encuentran»; «todo es y no es, al mismo tiempo»; «todas las verdades no son sino medias verdades»; «toda verdad es medio falsa»; «hay dos lados para todo», etc.

Explica que en todo hay dos polos, o aspectos opuestos, y que los «opuestos» son realmente, los dos extremos de la misma cosa, con muchos grados variables entre ellos.

Para ilustrar esto: calor y frío, aunque «opuestos», son realmente la misma cosa, es decir que los opuestos en realidad son grados de la misma cosa (temperatura).

Si observamos el termómetro no podríamos descubrir dónde termina el «calor» y comienza el «frío»! NO hay tal cosa como el «calor absoluto» o el «frío absoluto» los dos términos «calor» y «frío» indican simplemente grados variables de lo mismo, y esa «misma cosa» que se manifiesta como «calor» y «frío» es meramente una forma, una variedad y una frecuencia de vibración.

Así que «calor» y «frío» son simplemente los «dos polos» de eso que llamamos «temperatura» y los fenómenos que le acompañan en consecuencia son manifestaciones del principio de polaridad.

El mismo principio se manifiesta en el caso de «luz y oscuridad», que son la misma cosa, consistiendo la diferencia de grados variables entre los dos polos del fenómeno. La oscuridad, es ausencia de luz.

Y lo mismo sucede con nosotros. La tristeza y la alegría, el miedo y la confianza, la angustia y la calma, no son estados aislados, son diferentes niveles de vibración de una misma cosa, diferenciada por una experiencia, determinada.

Y acá empieza lo más importante, porque muchas veces, cuando aparece un estado que no nos gusta, tratamos de rechazarlo, de evitarlo o de escapar.

Pero este principio nos propone algo distinto: Comprender que ese estado, también forma parte del proceso de aprender, y que no es algo “equivocado”, sino un punto dentro de un rango más amplio, y que así como podés estar en un extremo, también podés desplazarte hacia el otro, no de golpe, pero sí gradualmente.

Este principio no niega lo que sentís, lo incluye, y desde ahí, te da la posibilidad de transformarlo.

Cómo aplicarlo

Aplicar este principio en la vida diaria implica empezar a relacionarte de otra manera con tus propios estados internos.

En lugar de decir: “No quiero sentir esto”, podés empezar a observar: “¿En qué punto de este rango estoy?”

Por ejemplo: Si sentís miedo, en lugar de rechazarlo, podés reconocerlo como un grado dentro de una escala, donde en el otro extremo, está la confianza.

Eso cambia todo, porque ya no estás atrapado en ese estado, ahora estás ubicado dentro de un proceso donde estás en un punto del cual también podés moverte.

Seguramente, no pases del miedo a la calma total en un instante, pero sí podés dar pequeños pasos.

Un pensamiento distinto, una acción diferente, una nueva forma de interpretar lo que te pasa, y poco a poco, esa polaridad empieza a desplazarse hacia el otro extremo.

Ahora llevémoslo a algo concreto:

¿Alguna vez te sentiste muy mal por algo, y con el tiempo, esa misma situación cambió completamente tu forma de verla, y al mirar tiempo atrás te diste cuenta que esa situación era necesaria para obtener un beneficio mejor?

Eso es polaridad en movimiento, lo que en un momento fue dolor, con el tiempo, puede transformarse en aprendizaje.

Lo que hoy es confusión, mañana puede ser claridad.

Pero no porque algo externo cambió, sino porque vos te moviste dentro de ese mismo eje.

Por eso, este principio también nos invita a desarrollar algo muy valioso: La paciencia interna.

Entender que los estados no son definitivos, que no son permanentes, Y que dentro de cada experiencia,

existe la posibilidad de transformarla.

Te propongo algo simple, pero profundo:

La próxima vez que sientas una emoción que te incomoda, no la rechaces automáticamente, detente un momento y respira pausadamente y pregúntate:

“¿Cuál es el otro extremo de esto que estoy sintiendo?”

Si es miedo, será confianza. Si es angustia, será calma. Si es enojo, será comprensión.

Y sin forzarlo, empieza a dar un pequeño paso hacia ese otro lado, sin negar lo que sentís, sino para transformarlo.

Porque cuando entendés esto, dejás de pelearte con lo que te pasa, y empezás a trabajar con eso y ahí, aparece algo muy poderoso:

La capacidad de transformar tu experiencia interna.

Nada está fijo, nada es absoluto, todo tiene dos polos, y vos tenés la posibilidad de moverte entre ellos.

Este principio, cuando se empieza a vivir, trae mucha más comprensión de uno mismo y mucha más suavidad en el proceso personal.

Principio de Ritmo: (Ley del Péndulo): Todo fluye y refluye; todo tiene sus períodos de avance y retroceso; todo asciende y desciende

Todo va y vuelve, la oscilación del péndulo se manifiesta en todo, la misma medida de oscilación a la derecha es hacia la izquierda.

Hay siempre una acción y una reacción; un avance y un retroceso; una elevación y un hundimiento.

Esto es así en los asuntos del universo, soles, mundos, hombres, animales, mente, energía y materia.

Esta ley se manifiesta en la creación y destrucción de mundos; en la elevación y caída de naciones; en la vida de todas las cosas; y finalmente en los estados mentales del hombre (y es con este último que los hermetistas encuentran el entendimiento del principio sumamente importante).

Los hermetistas han captado este principio, encontrando su aplicación universal, y han descubierto también ciertos medios de superar sus efectos en ellos mismos por el uso de los ejercicios y métodos apropiados.

Aplican la ley mental de neutralización. No pueden anular el principio, o hacer cesar su operación, pero han aprendido cómo escapar a sus efectos sobre ellos mismos hasta un cierto grado dependiendo de la maestría del principio.

Han aprendido cómo usarlo, en vez de ser USADOS POR él. En este método y en otros similares, consiste el arte de los hermetistas.

El maestro de las enseñanzas herméticas se polariza en el punto en el que desea reposar, y neutraliza entonces la oscilación rítmica del péndulo que tendería a llevarlo al otro polo.

Todos los individuos que han alcanzado algún grado de elevación o despertado su conciencia, hacen esto hasta un cierto grado, más o menos inconscientemente, pero el objetivo es hacerlo conscientemente, y por el uso de la voluntad, alcanzando un grado de aplomo y firmeza mental imposible de creer por las masas que son balanceadas hacia atrás y hacia adelante como un péndulo.

Este principio y el de polaridad han sido estudiados estrechamente por los hermetistas, y los métodos de contrarrestarlos y usarlos a tu beneficio forman una parte importante de la alquimia mental hermética.

Este principio hermético, nos invita a observar algo que está presente en toda la vida, aunque muchas veces, no lo notamos.

Todo tiene un ritmo, nada permanece estático, nada se mantiene siempre igual. La vida se mueve en ciclos.

Como el día y la noche, como las estaciones del año, como la respiración.

Todo va y todo vuelve, como un péndulo, pero ese movimiento no es casual, es una Ley fundamental, que nos muestra que todo tiene momentos de expansión y momentos de contracción, momentos de claridad y momentos de confusión, momentos en los que sentimos que avanzamos, y otros en los que parece que retrocedemos.

Pero acá aparece algo muy importante: ese “retroceso” no es un error, es parte del movimiento.

Muchas veces, cuando estamos en un momento bajo, pensamos que algo está mal, o que estamos fallando, que perdimos lo que habíamos logrado.

Pero este principio nos invita a mirar eso de otra manera, como una parte natural del proceso.

Así como una ola sube, también baja, y no porque haya fallado, sino porque ese es su ritmo.

Lo mismo sucede con nosotros, hay momentos en los que estamos más conectados, más claros, más en eje y otros, en los que nos sentimos más dispersos, más sensibles, más confundidos, eso también es parte del camino.

Es esencial que te muevas al ritmo de la vida. Es importante que no nos comparemos ni adaptemos al ritmo de los demás, sino que comprendamos que nuestra vida tiene su propio ritmo, mantenernos elevados en el momento que el péndulo baja para que no nos arrastre.

Todo es cuestión de mantenerse elevado que significa vibrar alto, y para ello debemos aprender cómo elevar nuestra vibración. Existen ejercicios concretos para hacerlo, que podremos desarrollar más adelante.

Cómo aplicarlo

Aplicar este principio en la vida diaria implica empezar a reconocer nuestros propios ciclos, sin rechazarlos, dejar de exigirnos estar siempre bien, siempre arriba, siempre en control y empezar a desarrollar algo más profundo, como la comprensión de nuestros propios procesos.

Porque cuando entendés el ritmo, dejás de pelearte con los momentos bajos y eso cambia completamente la experiencia.

Ahora llevémoslo a algo concreto...

¿Alguna vez te pasó que después de un momento de mucha claridad vino una etapa de confusión?

¿O después de sentirte muy bien apareció un bajón sin explicación clara?

Eso es ritmo.

No es que hiciste algo malo, no es que “perdiste” lo que habías logrado, es que estás dentro de un movimiento.

Entender eso te permite atravesarlo de otra manera, en lugar de resistirlo podés acompañarlo, en lugar de frustrarte, podés observarlo y desde ahí sostenerte.

Pero hay algo aún más profundo en este principio, cuando empiezas a reconocer tus propios ritmos, también podés aprender a no reaccionar automáticamente a ellos.

Es decir, aunque el péndulo se mueva, vos podés empezar a encontrar un punto de equilibrio interno.

No para frenar el movimiento sino para no ser arrastrado por él.

Te propongo algo simple, pero transformador:

La próxima vez que sientas que estás en un “momento bajo”, no lo etiquetes como algo negativo de inmediato, detente. respira, y preguntate:

“¿Estoy en una fase del ciclo?”

Y en lugar de exigirte salir rápido de ahí, date el permiso de transitarlo con conciencia, seguramente en ese momento, no viene a frenarte, sino a mostrarte algo.

A integrar, a soltar, a comprender, porque muchas veces, los momentos más incómodos, son los que generan los cambios más profundos.

Y cuando el ciclo vuelve a subir, ya no sos el mismo.

Hay más comprensión, más conciencia y más profundidad.

Nada es permanente, nada es lineal, todo fluye, todo va, y todo vuelve, Y cuando empezás a vivir en coherencia con ese ritmo, aparece algo muy valioso:

Una forma más tranquila de habitar la vida.

Este principio no solo se entiende, se empieza a sentir, cuando dejás de resistir el proceso

Ahora te doy una forma diferente de aplicarlo:

Hay algo muy común que le pasa a muchas personas, y que genera mucha frustración.

Momentos en los que sienten que estaban bien, y de repente, vuelven a estar mal.

Tal vez empezaste a sentirte más en calma, más ordenado, más conectado con vos y sin darte cuenta,

volvió la ansiedad, la confusión, o ese estado que pensabas que ya habías superado, y ahí aparece el pensamiento:

“Estoy retrocediendo”, “No sirvió de nada”, “Volví al mismo lugar”

Pero desde este principio, podemos verlo de otra manera.

No estás retrocediendo, estás dentro de un ciclo, el problema no es el “bajón”...

El problema es cómo lo interpretas, porque cuando pensás que estás fallando, te frustras, te exiges, y terminás generando más tensión.

Pero si entendés que ese momento es parte del ritmo, algo cambia, dejás de pelearte con lo que te pasa, y empezás a acompañarlo con más conciencia.

Entonces... ¿Qué podés hacer en ese momento?

En lugar de intentar salir rápido de ese estado podés probar esto:

Frená un momento, y observa, bajá el ritmo, dejá de exigirte estar bien y preguntate algo diferente:

“¿Qué necesita este momento de mí?”

Tal vez necesita descanso, tal vez silencio, tal vez procesar algo que venías evitando, etc.

Porque muchas veces, los momentos bajos no vienen a frenarte, vienen a equilibrarte, Y cuando dejás de resistirlos, empiezan a transformarse más rápido.

Con el tiempo, vas a empezar a notar que esos ciclos ya no te arrastran como antes, y que hay una parte tuya que observa y se sostiene, es cuando aparece un cambio profundo:

Ya no dependes tanto de cómo te sentís, para estar bien con vos, y eso es un nivel completamente distinto de estabilidad.

Principio de Causa y efecto: (Ley de Causalidad) Toda causa tiene su efecto, todo efecto tiene su causa; todo sucede de acuerdo a la Ley.

Toda causa tiene su efecto, todo efecto tiene su causa, la casualidad no existe.

Este principio incorpora el hecho de que hay una causa para todo efecto, la causa puede provenir de cualquier plano a cualquier otro.

Muchas veces nos preguntamos, por qué nos suceden ciertas cosas y no le encontramos una razón, este principio establece que existe una razón para todo lo que nos sucede, es decir que la casualidad no existe.

Los seguidores del hermetismo, entienden el arte de elevarse por encima del plano ordinario de causa y efecto, hasta un cierto grado, y elevándose mentalmente (espiritualmente) a un plano superior se vuelven causantes en vez de efectos.

Las masas de gente son conducidas, obedientes al entorno; a las voluntades y deseos de otros más fuertes que ellos, a la herencia; a la sugestión, y a otras causas externas que les mueven de un lado para otro como peones en el tablero de ajedrez de la vida.

Pero, aprendiendo a elevarse a un plano superior, se puede dominar el humor, el carácter, entre otras cosas, así como el entorno que te rodea, y podés convertirte en conductor de tu vida en vez de ser conducido por el entorno o las voluntades de otros.

Usar este principio en tu propio beneficio, en vez de ser usado por él.

Esta Ley metafísica, nos invita a ver la vida desde un lugar mucho más consciente, porque nos muestra algo que, aunque no siempre lo veamos, está ocurriendo todo el tiempo.

Nada sucede por casualidad, la casualidad no existe, existe la causalidad, nada aparece porque sí, todo lo que ocurre tiene un origen.

Toda causa, genera un efecto y todo efecto, proviene de una causa.

Esto no siempre es evidente, porque muchas veces solo vemos el resultado, pero no el proceso que lo generó, y ahí es donde solemos confundirnos.

Pensamos que lo que nos pasa es “azar”, o “suerte”, o “mala suerte”, pero desde este principio lo que vivimos, tiene una relación directa con algo previo.

No necesariamente inmediato, pero sí conectado. Esto no es para generar culpa, es para generar conciencia, porque cuando empezás a ver esto, dejarás de sentir que la vida te pasa, y empezás a entender que también participás en lo que vivís.

Nota: Muchos efectos que nos suceden en diferentes relaciones tienen causas en vidas pasadas por eso nos cuesta comprender esas causas, existen formas de conocerlas mediante lecturas de vidas pasadas, también llamadas lectura de registros akáshicos, que luego profundizaremos más adelante.

Uno puede generar la causa en los planos superiores, para que luego se precipite a tu propio plano, mediante ejercicios de meditación en ciertos estados de conciencia, adquiriendo un método de trabajo concreto en función del efecto que se quiere conseguir.

Todo lo que se genera en un plano superior, luego se precipita a un plano inferior “Como es arriba es abajo”. Existen ejercicios concretos para hacerlo, que ampliaremos en otros cursos.

Cómo aplicarlo a nuestra vida: Hay una situación muy común, que genera mucha frustración en las personas:

Sentir que siempre te pasan las mismas cosas, mismos conflictos con diferentes personas, mismos tipos de relaciones, los mismos resultados, etc., y aparece la pregunta:

“¿Por qué siempre me pasa esto?”

Desde este principio, esa pregunta puede transformarse, en lugar de mirar solo el resultado, podemos empezar a mirar más profundo:

“¿Qué estoy haciendo, pensando o sosteniendo y que genera este resultado?”

Y esto cambia completamente el enfoque, porque ya no estás en un lugar pasivo, estás en un lugar de observación consciente.

Por ejemplo:

Si en tus relaciones aparece siempre el mismo tipo de conflicto, si repetís decisiones que te llevan al mismo resultado, hay causas que están generando esos efectos.

Y muchas veces, esas causas no son visibles a simple vista.

Pueden ser, creencias, hábitos, formas de reaccionar, o decisiones automáticas que ni siquiera cuestionamos, entonces, ¿qué podés hacer con esto?

En lugar de quedarte solo en el resultado, probá hacer este ejercicio:

Elegí algo en tu vida que se esté repitiendo, algo que te genere incomodidad o frustración, y en lugar de preguntarte:

“¿Por qué me pasa esto?” pregúntate:

“¿Qué lo está generando?”, “¿Qué estoy haciendo (o no haciendo) que contribuye a que esto siga pasando?”

No desde la culpa, sino desde la claridad, porque cuando ves la causa, aparece la posibilidad de cambiar el efecto y la carga se alivia notablemente.

Y ahí es donde este principio se vuelve muy poderoso, porque entendés que no necesitás cambiar todo de golpe, solo necesitás intervenir en el origen, y a veces, un pequeño cambio en una decisión, en una respuesta, en una forma de pensar, puede modificar completamente el resultado.

Con el tiempo, empezás a notar algo: Ya no vivís en piloto automático, y empezás a elegir con más conciencia al ver que los resultados empiezan a cambiar, no por azar, sino porque cambiaste la causa.

Cuando comprendes esto profundamente, aparece algo muy valioso: La responsabilidad consciente.

No como carga, sino como poder, porque si hay una causa, una posibilidad de transformación, nada es casual nada es aislado, todo tiene un origen y todo puede ser comprendido.

Este principio... cuando se empieza a aplicar de verdad, te saca del lugar de víctima, y te lleva a un lugar mucho más activo y consciente en tu vida.

Principio de Género: Todo en este universo contiene energía masculina y femenina. Todo tiene su principio másculino y femenino; el género se manifiesta en todos los planos.

Este principio no se refiere a la sexualidad o al género físico, sino a las características de los géneros.

El oficio del género es solamente el de crear, producir, generar, etc., y sus manifestaciones son visibles en todo plano de fenómenos.

No existe mayor poder que crear vida y ello sucede con la fusión de la energía masculina con la femenina.

Lo masculino es la energía penetrativa, asertiva, progresiva, conquistadora y exploratoria que impulsa el progreso. Lo femenino es la energía receptiva, sagrada, atesorada y protectora, que mantiene la tradición y honra la prioridad de lo más importante, nutre lo que es más esencial para la vida.

Este principio... nos invita a comprender algo muy esencial de la vida:

Todo lo que existe, contiene dos energías.

Una energía activa y una energía receptiva, una que impulsa, y otra que gestiona.

A esto, el hermetismo lo llama: principio masculino y principio femenino

Pero es muy importante entender algo, esto no tiene que ver con el género físico, no se refiere a hombre o mujer, sino a energías que existen en todo, en vos, en tus pensamientos, en tus decisiones, en la forma en la que transitas en la vida.

El principio masculino está relacionado con, la acción, la dirección, la voluntad y el impulso

El principio femenino está relacionado con, la receptividad, la intuición, la gestación, la capacidad de sostener y dar forma,

Y ambos, son necesarios, porque todo proceso de creación, necesita de los dos:

Una idea (femenino), y una acción que la lleve a la realidad (masculino). Una intención, y una ejecución. Una percepción, y una decisión.

Cuando estas dos energías están en equilibrio entonces las cosas fluyen, pero cuando hay un desequilibrio, aparecen los conflictos.

Cómo aplicarlo

Hay algo muy común que le pasa a muchas personas, sentir que tienen intención, pero no avanzan,

Ideas, proyectos, deseos de cambio, pero todo queda en la mente.

O al revés, personas que hacen mucho, pero sin claridad, se mueven, toman decisiones, pero sin conexión interna, y terminan agotadas o desorientadas.

Eso es un desequilibrio entre estas dos energías, cuando predomina demasiado el principio femenino,

puede haber mucha percepción, pero poca acción.

Cuando predomina demasiado el masculino, puede haber mucha acción, pero sin dirección real.

En ambos casos aparece la frustración, entonces, ¿cómo lo llevamos a la práctica?

Primero, observando, ¿En qué lado te encuentras más frecuentemente?

¿Te cuesta avanzar, aunque sabés lo que querés?

¿O te movés mucho... pero sin claridad interna?

Y a partir de ahí, empezar a equilibrar, si sentís que estás muy en la idea, en la espera, en la duda...

El paso es accionar, aunque sea pequeño, aunque no sea perfecto, porque el movimiento activa.

Y si sentís que estás en constante acción, pero desconectado, agotado, el paso es frenar, escuchar,

Volver a vos.

Porque la claridad no aparece en el ruido, aparece en el espacio interno.

Te propongo algo simple:

Pensá en algo que hoy quieras resolver, o avanzar en tu vida, y preguntate:

“¿Qué parte me está faltando acá?”, ¿Más claridad interna?, ¿O más acción concreta?

Y desde esa respuesta, haz un pequeño ajuste. porque cuando estas dos energías empiezan a trabajar juntas, las decisiones se vuelven más claras, las acciones más efectivas y los procesos más fluidos

No se trata de hacer más, ni de pensar más, se trata de integrar, porque todo en la vida, se crea a partir de esa unión.

Este principio, cuando se empieza a aplicar, ordena mucho la forma en la que nos movemos en la vida, y trae algo muy valioso:

Coherencia entre lo que sentimos, y lo que hacemos.

Una última práctica

Elegí una situación de tu vida que hoy te genere una pregunta. No intentes resolverla de inmediato. Preguntate simplemente: ¿qué estoy observando en mí?, ¿qué patrón se repite?, ¿qué podría mirar de otra manera? Anotá lo que aparezca, sin juzgarlo. A veces, una nueva pregunta es el comienzo de una nueva forma de comprender.

Para seguir recorriendo el camino

Si algo de esta experiencia resonó con vos, podés seguir profundizando en los contenidos de Experiencias Saludables o comunicarte con nosotros de manera simple y voluntaria.

WhatsApp: +54 9 11 3013-2566

SEGUIR EL CAMINO EN EXPERIENCIAS SALUDABLES

Este material puede ser un primer paso. Comprender estas leyes es interesante, pero lo verdaderamente valioso comienza cuando una nueva manera de mirar empieza a transformar tu experiencia cotidiana.

Por eso estamos preparando el canal de YouTube de Experiencias Saludables como un recorrido pensado para acompañarte paso a paso. Allí estos temas no quedan solamente en conceptos: cada episodio propone una experiencia, una pregunta o una herramienta para llevar a la vida cotidiana y observar qué empieza a cambiar en vos.

El recorrido estará organizado en temporadas. Cada episodio forma parte de un proceso y prepara el siguiente, para que puedas avanzar sin necesidad de querer resolver todo de una vez.

La Temporada 1 abre el camino. Las temporadas siguientes profundizan distintos aspectos del desarrollo interior, incorporando nuevas experiencias y herramientas. Y a partir del episodio 7 de la Temporada 2 se sumará Pausa Consciente, un encuentro de la comunidad que se emitirá los sábados para integrar lo vivido, compartir preguntas y dudas, profundizar en los temas y seguir trabajando juntos.

Todavía estamos preparando el comienzo de las emisiones. Por eso, si sentís que este camino puede acompañarte, podés suscribirte ahora al canal y activar la campanita. Así, cuando publiquemos los primeros episodios, YouTube te avisará y vas a poder comenzar el recorrido desde el principio.

No hace falta que tengas todas las respuestas. Tampoco que sepas hasta dónde querés llegar. A veces alcanza con sentir que querés comprenderte un poco más, estar más en paz con tu propia mente y empezar a vivir con mayor conciencia.

Quizás estas siete leyes hayan abierto una pregunta. Y a veces una pregunta es suficiente para que el camino empiece.

CANAL DE YOUTUBE — EXPERIENCIAS SALUDABLES

Suscribite al canal y activá la campanita para recibir el aviso cuando comience el recorrido.

Email: experienciassaludables.pablo@gmail.com

YouTube: <https://www.youtube.com/@experienciassaludables2852>

Instagram: <https://www.instagram.com/experienciassaludables.arg/>

Facebook: <https://www.facebook.com/profile.php?id=100083810766317>

Web: <https://www.experienciassaludables.com.ar>