

“Ley del Ritmo”

Todo fluye y refluye; todo tiene su periodo de avance y de retroceso; todo asciende y desciende; todo se mueve como sí fuera un péndulo; la mediada de su movimiento hacia la derecha, es la misma de su movimiento hacia la izquierda, el ritmo es el equilibrio.

En el Universo todo tiene un movimiento similar al de las olas, de avance y de retroceso. Los científicos ya han comprobado este efecto, a través de los planetas, las estrellas, los soles y de más.

La vida tiene movimiento pendular, el proceso de nacimiento, crecimiento, desarrollo y muerte, y se repite incesantemente en todo.

El mismo movimiento que se da en el plano físico, también se da en los planos emocional y mental. Es decir, que tanto nuestro humor, como nuestros pensamientos también responden a ese ritmo.

Por ejemplo; después de un periodo de gran tristeza y dolor, sucede otro de gran alegría y satisfacción. A veces el cambio de humor se da en el mismo día. Nos podemos sentir entusiastas y alegres y al rato nos sentimos preocupados.

El estudiante de metafísica debe aprender a dominar este movimiento pendular, para evitar el arrastre hacia la polaridad no deseada.

Este principio está muy relacionado con el anterior, el Principio de Polaridad, en cada punta del péndulo, podemos ubicar uno de los polos opuestos y así vemos claramente, como oscilamos de un extremo a otro y rara vez llegamos a los extremos totales.

Nuestro péndulo oscila entre varios grados y así alcanzamos cierto grado de felicidad o de tristeza.

El Kybalion define a este ritmo, como compensación, aún que el movimiento es difícil de medir el número y no sabemos en qué grado se da, podemos determinar en qué fase de movimiento nos encontramos.



Cuando alguien se encuentra en el polo de la tristeza, debe ser que en algún momento la vida, lo llevará al polo de la alegría, lo desee o no.

Cuánto más profunda sea la primera, mayor será la segunda.

El ritmo siempre comienza en el polo negativo y de esto se deduce, que la medida del movimiento negativo, será igual al del movimiento positivo.

El principio del ritmo nos advierte también, que los momentos de felicidad o de éxito no son permanentes, tarde o temprano, el movimiento del péndulo nos llevará a retroceder para luego volver a avanzar.

No significa que tenemos que perder lo que hemos logrado, pero es necesario saber que el periodo de crecimiento o de dicha, no es constante.

Debemos prepararnos tomando la mejor ventaja posible de los buenos momentos, hasta que aprendemos a manejar el principio de ritmo a voluntad.

Por ejemplo; si estamos viendo un momento de crecimiento económico, tendremos que aprovechar y ahorrar parte de ese dinero.

A veces parece que las personas se han quedado atascadas en uno de los extremos del péndulo, se dice que esas personas se han polarizado.

La mayoría suele estancarse en los polos negativos pobreza, soledad, enfermedad etc. Utilizando ciertas técnicas metafísicas, las personas pueden llegar a despolarizarse y mejorar su vida.

Para entender esto, es como nadar en el mar, cuando se nada en contra al movimiento de las olas, se requiere más esfuerzo y a veces ni así, se puede regresar a la costa.

Sin embargo, cuando aprovechamos el empuje de una ola y nadamos en la misma dirección, avanzamos con mayor rapidez y menor esfuerzo.



El estudio del principio del ritmo nos permite sintonizarnos con nuestro propio movimiento pendular, para aprovechar los momentos de avance.

Con el tiempo el metafísico aprende a escapar por completo a este movimiento pendular. Para lograrlo, busca situarte por arriba del péndulo, donde no hay movimiento de arrastre.

De acuerdo con lo que hemos estudiado, sabemos que contamos con espíritu, alma y cuerpo. **El espíritu corresponde a la mente consciente** y gracias a la acción de éste, tomamos decisiones, nos movemos en cierta dirección, aquí está nuestra voluntad. **El alma corresponde a la mente inconsciente**, que es donde almacenamos todas las experiencias vividas.

El alma es la fiel servidora del espíritu y ejecuta aquello que elija. Finalmente el cuerpo, que corresponde a nuestro cuerpo físico, vehículo necesario para vivir las experiencias en este plano.

Al ordenar estos sistemas de arriba abajo:

Espíritu

Alma

Cuerpo

y ubicamos el péndulo en la parte superior, podemos deducir que la parte que más sufre el embate del movimiento, es el cuerpo físico, ya que le toca el recorrido más amplio del péndulo, le sigue el mundo emocional o el terreno del alma y finalmente el plano del espíritu, donde las situaciones, no cambian.

Aquí el movimiento pendular es muy leve o no existe.

Por lo tanto a medida que ascendemos a los planos mayores, el movimiento del péndulo se reduce, hasta que desaparece.

Esto se logra cuando ingresamos en el plano del espíritu, el plano del eterno presente y dicha constante.



Uno de los instrumentos más claros para acceder al espíritu, es la práctica de la meditación. Al meditar, se permanece en un estado sin tiempo, donde las presiones de la vida cotidiana y de nuestro propio ego, desaparecen.

Hay muchas maneras de meditar, cada quien deberá buscar cuál es la manera mejor, según su temperamento.

Meditar significa, concentrar la mente en un sólo pensamiento, que puede ser una palabra determinada Amor, justicia, paz etc.

Algún sonido de la naturaleza, el canto de los pájaros, la lluvia, el viento, el sonido del mar o la repetición de un mantra.

Al realizar una actividad concentrándose totalmente en la misma, se encuentra meditando.

Esta actividad puede ser tanto activa, como pasiva.

Por ejemplo; leer un libro, contemplar la naturaleza, un deporte o la jardinería.

En el Universo todo tiene su propio ritmo, las actividades, los trabajos, las relaciones etc. Cuando uno aprende a fluir con el ritmo, no sufre.

Por ejemplo; hay negocios que funcionan más en verano que en invierno, hay mercancía que se requiere más en ciertas épocas del año que otras.

Hay actividades que se incrementa a fin de año, como las ventas navideñas.

En invierno hay mayor respuesta a los anuncios personales que se publican en los diarios.

Quiere decir que, con el frío, la gente busca más el calor afectivo.

Esto quiere decir que, si uno va a publicar en la sección de romances, con la esperanza de recibir mucha respuesta, deberá hacerlo en esta estación.

Al conocer el ritmo de las actividades, puedes sacar más provecho de estas.

Las relaciones humanas, también tienen su ritmo y cumplen ciclos.



Cuando alguien cree que ya ha encontrado el ritmo de su vida y que todo estará siempre bien, tarde o temprano se decepcionará, porque se encontrará sumido en una crisis o problema. Esto no es un mal augurio, si no por el contrario, implica reconocer que la vida tiene ese movimiento pendular.

En las parejas las crisis son peores, cuando este movimiento no se da en sincronía. Uno de ellos puede estar viviendo un momento de crecimiento y el otro no.

Al principio hay que aprender a fluir con el péndulo, para luego mantenerse en el punto que desee, sin tener que dejarse arrastrar por el movimiento negativo.

La naturaleza nos recuerda este movimiento rítmico de muchas maneras. El ritmo de nuestro corazón, la respiración, las olas del mar, las mareas, el cambio de estaciones, el día y la noche etc.

El cuerpo femenino también responde a un ritmo determinado y por eso se dice, que la mujer percibe intuitivamente los ciclos de la vida.

“El ritmo del planeta”

Según el principio del ritmo, todo en el planeta tiene un movimiento pendular. Cuánto más lejos ha llegado el péndulo en el polo negativo tristeza, dolor, sufrimiento etc. más se inclinará hacia el otro extremo alegría, éxito, felicidad etc.

De acuerdo con el Kybalion, el movimiento siempre comienza en el extremo negativo y nunca al revés. Si estás viviendo un momento feliz, no quiere decir que luego vas a sufrir. El proceso es al revés, si has vivido un gran dolor, luego la vida te compensará con una gran alegría.



El movimiento pendular se reduce en la medida que nos elevemos espiritualmente y terminará, cuando nos hacemos en el terreno del espíritu.

Es entonces cuando se alcanza el estado de dicha constante y de paz.

Al llegar a ese punto, nos podemos sentir bien con una pareja o sin ella, con familia, dinero y demás. Esto es, cuándo nos hemos situado por encima del péndulo.

Mientras uno oscile emocional o mentalmente, es porque todavía está siendo arrastrado por el péndulo.

El balance puede lograrse en ciertas áreas primero y luego en las demás.

Por ejemplo; se puede tener solucionada tu vida económica, pero no la afectiva y viceversa.

El planeta tierra también tiene su ritmo y no solamente gira en su propia órbita alrededor del sol, sino que también gira sobre su propio eje, tiene su ritmo interno, gobernado por la influencia de la luna.

De igual forma que la luna produce el aumento o la disminución de las mareas, también produce cambios en el humor de las personas.

El movimiento de la luna muestra dos fases, creciente y decreciente, cada una de ellas dura aproximadamente 14 días, a su vez las fases se dividen en cuartos, que duran alrededor de 7 días. **A partir de día que hay luna nueva, comienza su fase creciente.** Mientras la luna se encuentra en esta fase, el planeta está recibiendo una energía de crecimiento, ideal para empezar cualquier tipo de actividad.

Todo lo que se inicie durante este tiempo, crecerá con facilidad especialmente los 7 primeros días.

Si quieres que tu cabello crezca rápido y fuerte, deberás cortarlo en este momento.

Esta fase es buena para iniciar negocios, comenzar estudios, mudarse, hacer dietas, empezar a escribir un libro, comenzar **cualquier tipo de proyecto** o diseño.



A partir de la luna llena, empieza su fase decreciente, esta fase es ideal para finalizar todo lo iniciado con anterioridad, especialmente los 7 primeros días, es el momento de terminar un trabajo incompleto, realizar algún trámite legal, divorciarse o separarse, de esta manera no se vuelve con la misma persona.

Regresar de viaje, cerrar una compañía, finalizar un libro o proyecto, renunciar a un puesto, cortarse el cabello para que crezca lentamente, etc.

De acuerdo con las fases de la luna, podemos identificar el ritmo del planeta y elegir el momento más apropiado para nuestras actividades personales.

"El fin del romanticismo"

Otra de las manifestaciones del principio del ritmo es la música, la música es ritmo y tiene su propio movimiento pendular.

El tipo de música que uno prefiere, denota en gran medida, la velocidad del péndulo en el cual uno está oscilando.

Si te gusta la música romántica, el péndulo oscilará más lentamente, si prefieres la salsa o el rock, estará moviéndose a una mayor velocidad.

Hemos aprendido que para programar a nuestra mente, debemos analizar primero, qué pensamos, decimos y sentimos.

La música por lo general reúne estos 3 elementos y en muchos casos, lo hace para expresar drama y dolor.

Por ejemplo; no podré vivir sin ti, no podré resistir sin tu amor, toda la vida coleccionando mil amores, haciendo juegos malabares, para no amarte en exclusiva!

Pasarán más de mil años, el mundo es y será una porquería, ya lo sé!



Cuando uno canta estas canciones, repite las palabras con entusiasmo, se visualiza con claridad lo que está cantando y finalmente se pone el ingrediente más importante, la emoción. Utiliza todos los ingredientes metafísicos necesarios para manifestar algo.

Por lo tanto **si alguien canta, "no soy nada sin ti" la mente tomará esa frase como un orden y hará todo lo posible para ejecutarla**, haciendo que la persona se sienta en la miseria al estar separada de su pareja.

Probablemente después de saber esto, cada vez que escuches una canción romántica tengas que usar a menudo la palabra "**cancelado**" para no permitir que lo negativo se grabe en tu cerebro.

Si analizas el contenido de las letras de las canciones que escuchas a diario, te darás cuenta de cómo nos identificamos con los dramas, muy fácilmente.

En este proceso de evaluación personal que has elegido, debemos hacer un viaje consciente y esto incluye seleccionar cuidadosamente la música que vamos a escuchar. Debemos elegir canciones que sean positivas y que eleven nuestro nivel vibratorio personal.

El peligro real existe, cuándo la persona se identifica con el drama, lo afirma con sus palabras, lo visualiza claramente y lo siente en lo más profundo de su corazón!

Lo más probable es que su drama se haga realidad o que se afirme más, si ya lo está viviendo.

Las canciones que despiertan nostalgia, son las que encadenan fuertemente a las personas a su pasado. La solución que se ha encontrado a las canciones románticas muy dramáticas es cantárselas a Dios y nunca a alguien.

Si le cantas a Dios, no podré vivir sin ti o tú eres la luz de mi vida, estarás afirmando una gran verdad y buscarás identificarte con él.



Si se lo cantas a una persona, estarás poniendo el eje de tu vida en ella y todo dependerá, de su humor y grado de estabilidad.

La música instrumental también habla y cuenta historias.

Hay cierta música instrumental que levanta el ánimo y otras que, al contrario, deprime.

Cada tema musical tiene su vibración propia.

Debemos de ser muy cuidadosos y elegir todo lo que nos lleve a elevarnos y sentir dicha.

“Adaptar la melodía”

Piensa en las canciones que te gustan y elige la que sea tu favorita, recuerda la letra en especial, el estribillo. Analiza el contenido y así te darás cuenta de los mensajes que has estado cargando en tu mente subconsciente.

Recuerda canciones de tu infancia, analiza las letras, si aún las recuerdas y si son negativas, comienza a cancelarlas.

Dile a tu mente que representan tu pasado, que renuncias a lo que ellas significan, porque no representan aquello que eliges ahora en el presente.

Cambia la letra de tus canciones preferidas que sean muy negativas, elige otro final para la historia que cuentan y busca aquel, que te inspire confianza y alegría.

Impregna tu conciencia con música estimulante y alegre, de esta manera, tu vida se transformará para bien.



"El efecto subibaja"

El principio del ritmo también afecta a las relaciones humanas, de acuerdo al movimiento de nuestro péndulo personal, atraemos personas más positivas o negativas en determinado momento.

Existe un fenómeno conocido en la psicología, como el efecto subibaja, que afecta a las relaciones más cercanas, alterando el equilibrio emocional.

Para entenderlo mejor tenemos **por ejemplo**; en un matrimonio, visualiza a cada uno de ellos, como tanques de agua, conectados en su base, por una válvula.

Vemos que los dos recipientes están conectados entre sí e intercambian su contenido. Cuando el contenido de uno de ellos desciende , aumenta el otro y viceversa.

Este fenómeno de vasos comunicados, ocurre también entre dos personas que están enlazados emocionalmente y por el contrario, todas las emociones que reprime uno de ellos, las expresa el otro.

El esposo lee el periódico cómodamente en la cocina, ella habla, pero él sólo murmura algo. En el fondo se molesta con la interrupción. En lugar de expresar su verdadera emoción, la reprime. Ella se siente incómoda y se enoja, él continúa leyendo el diario y reprimiendo la energía.

Todo lo que él reprime, surgieron del otro lado, haciendo que ella se enoje más. La represión continua y pronto llega a su límite.

En apariencia él sigue en silencio y ella totalmente fuera de sí!
Él dice excusándose, " ¡pero si yo no hice nada!"

Así se explica que **a veces sentimos emociones ajenas a nosotros mismos o porque llegamos a límites indeseados.**

A veces al conocer a una persona nueva, podemos sentir emociones que nos son propias.



Se puede sentir la necesidad de complacer al otro y brindarse desmedidamente. Querer estar todo el tiempo con esa persona.

Esto responde a la gran necesidad que tiene el otro de recibir, lo está pidiendo intensamente, pero sin palabras y en estos casos surgen preguntas cómo;
¿Por qué estoy sintiendo esto?

La persona puede imaginar que está viviendo un gran amor y sólo está recibiendo toda la neurosis de la otra persona.

En esos casos nos encontramos canalizando la furia, la tristeza, la desilusión o la angustia de la persona con la que nos relacionamos.

Esto es más cierto, aun cuando las emociones no son lógicas o coherentes, con lo que nos está ocurriendo en ese momento.

Lo podemos comparar con la contaminación de los tanques, al estar conectado entre sí, uno recibe la parte tóxica del otro.

El efecto subibaja se continúa en los miembros de una familia, del padre pasa a la madre, de la madre al hijo o hija mayor y así sucesivamente.

Este efecto suele incluir también a los animales domésticos.

En conclusión, todo lo que reprimen los mayores, lo manifestarán los menores.

Esta es la razón por la cual suelen enfermarse los niños o algunas mascotas.

La represión nunca es buena y termina por explotar.

El problema es cuando perdemos nuestro propio eje, nos damos cuenta que estamos haciendo o sintiendo emociones que nos incomodan.

Se da una especie de aceleramiento y agotamiento.

Recuerda el cuerpo físico siempre nos da 2 mensajes básicos, comodidad o incomodidad.

De acuerdo con su mensaje, podemos darnos cuenta, si nos estamos envolviendo en un intercambio de energía favorable o no.



Muchas veces cambiamos este mensaje con el pensamiento, ella o él va a cambiar o el tiempo mejorará la relación.

Desde el principio sabemos, si una persona será favorable para nosotros o no. La solución es hacernos conscientes del efecto subibaja y luego buscar neutralizarlo. Para lograrlo lo más efectivo es la comunicación verbal y la expresión abierta de las emociones.

Volviendo al ejemplo anterior de los tanques de agua, la válvula de escape sería la boca, cuando uno expresa lo que piensa y siente, libera la energía y se corta el efecto subibaja. En caso de enojo siempre es más saludable discutir y terminar el tema en ese momento, en lugar de reprimirlo.

El principio del ritmo se manifiesta en todas nuestras relaciones, cuanto mayor sea el grado de intimidad, más grande es el intercambio de energía que se produce.

Para poder corregir el movimiento pendular, también podemos recurrir al uso de afirmaciones, decretos y tratamientos espirituales.

Una afirmación es una oración positiva, en tiempo presente.

Las afirmaciones se repiten muchas veces al día, con el fin de sembrar, una nueva idea en nuestra conciencia.

Generalmente se utilizan para crear algo, que todavía no se ha manifestado. Y para detectar cuáles son las resistencias internas.

Los decretos se pronuncian una sola vez y en forma rotunda. Son más imperativos y se hacen con la seguridad, de que lo que se afirma, ya es una realidad, no hay duda. Con este instrumento se hace uso de la voluntad y el poder personal.

Los tratamientos espirituales son semejantes a los decretos, pero tiene una mayor elaboración.



1.- Reconocimiento se debe ver las características de Dios en lo que se quiere manifestar. Por ejemplo; para el amor, se debe comenzar afirmando, "**Dios es amor.**" Si quieres reparar problemas económicos, afirma "**vivo en un Universo de abundancia.**"

2.- Unificación, reconocer que uno es parte de Dios y del Universo, aceptando mi capacidad de amar y la aceptación de la abundancia. Generalmente se empieza con "**Yo soy**"

3.- Realización, aquí se incluye el decreto de lo que quiero manifestar, "**encuentro la pareja perfecta para mí,**" "**mis ingresos aumentan cada día.**"

4.- Agradecimiento, este paso es muy importante en el proceso, es un acto de fe, por el cual se agradece aquello que se está pidiendo, como si ya estuviera concedido.

5.-Liberación, se entregan todos los pensamientos al Universo, para su manifestación.

Después no se habla más, ni se piensa en el asunto.

Se confía plenamente en la ley que todo lo manifiesta en el momento justo y necesario.

- 1.- Reconocimiento- hola Dios.
- 2.-Unificación- yo soy (nombre)
- 3.-Realización- yo quiero.
- 4.-Agradecimiento- gracias.
- 5.-Liberación- hasta luego.



Ejemplo de prosperidad

- 1.-La abundancia del Universo se manifiesta en forma constante permanente e inagotable.
- 2.-Yo soy parte de este gran Universo y estoy receptivo a todo lo bueno para mí.
- 3.-Por eso hoy acepto mi prosperidad económica y la veo manifestarse en armonía con mi vida.
- 4.-Doy gracias por todo lo que se me concede ahora y por todo lo que vendrá, que sé que es mucho y abundante.
- 5.-Entrego todos mis pensamientos a la ley que todo manifiesta en el momento justo y necesario. Así es.

Se pueden hacer tratamientos espirituales para otras personas, afirmando el bien que se merecen, seguros de que la otra persona, lo desea.

El gran enemigo de estos tratamientos metafísicos es la duda, la duda provoca la disolución de la fuerza puesta en las afirmaciones y decretos.

La duda tiene su raíz en la idea de no merecer, en el miedo y la baja autoestima.

Todos tenemos cierto nivel de dudas y de miedos. Por lo tanto, todos tenemos nuestro trabajo por hacer.

Hay que ser amorosos y pacientes con uno mismo, hasta incorporarlos.

La duda es una servidora de la mente, es normal sentir dudas cuando elegimos crear nuevos pensamientos, pero tenemos que seguir hasta hacer desaparecer toda duda en nuestro interior.