

2. Sobre el propósito: ¿Para qué y para quién existe este universo?  
¿Qué propósito tiene su evolución?

1. Sobre el origen: ¿Por qué y por quién existe este universo que estás explorando? ¿Qué motivó su origen?

A diferencia de la cosmología física, donde los eventos simplemente suceden sin necesidad de propósito, los universos humanos están llenos de intenciones y significados. Como seres conscientes, constantemente buscamos y creamos sentido.

En cada universo que habitamos hay un origen y un destino, un "de dónde viene todo esto" y un "¿hacia dónde va?". Es momento de explorar el sentido de este universo que has elegido transformar.

Por favor, responde:

Paso 4: Leyes del universo

Todo en los universos humanos está en constante cambio. Existe una conexión perfecta con el pasado, el presente y el futuro. Este devenir no es caótico; está gobernado por leyes que determinan cómo se transforma todo. En la física, estas leyes son inmutables y universales. En nuestros universos personales, también existen leyes que gobiernan la evolución entre el origen y el propósito que identificaste.

Para descubrir estas leyes, vamos a usar la matriz de la realidad.

Matriz de la Realidad

	Humano	
	No-Humano	Humano
Material		
No-Material		

Después de completar la matriz, las leyes de tu universo se deberían ulicar en el cuadrante no-humano/no-material. Ahora, piensa sobre lo siguiente: ¿Qué consecuencias tiene ignorar estas leyes?

3. ¿Qué aspectos te cuesta trabajo observar?

2. ¿Qué elementos están ocultos pero sabes que existen?

Responde en este espacio:  
1. ¿Qué elementos son visibles a primera vista en este universo?

no pudiera verlas directamente.

Ya ubicados en nuestro universo, es momento de observar. Pero no con una mirada superficial, sino con una que se atreve a ver tanto lo visible como lo invisible. Como en la física moderna, que tuvo que aceptar la existencia de la materia oscura y la energía oscura aunque no pudiera verlas directamente.

Paso 2: La mirada profunda

Paso 5: Los elementos del universo

Las leyes que identificaste gobiernan el comportamiento de elementos concretos, creando patrones de acumulación y dispersión, así como la gravedad gobierna el flujo de la materia en las grandes escalas del Universo.

En la matriz de la realidad que dibujaste, los elementos principales de tu universo se encuentran **por fuera** del cuadrante no-humano/no-material. Son las "actores" y "objetos" que deben fluir y transformarse para que tu universo evolucione.

Responde las siguientes preguntas:

1. ¿Cuáles son los elementos principales que deben transformarse para que este universo evolucione hacia su propósito?

2. ¿Qué condiciones son necesarias para que estos elementos logren fluir?

3. ¿Cuál es la mayor obstrucción que identificas en el flujo o comportamiento de alguno de los elementos?

palabras o símbolos.

Ahora, en este cuadrante, dibuja el mapa de tu universo elegido, marca tu ubicación actual en él, identifica y nombra los elementos principales. El mapa puede ser abstracto o simbólico. Puedes usar

que

Paso 1: Mi lugar en el universo que transformaré

De todos los universos que listaste, ¿cuál es el que más te gustaría transformar en este momento de tu vida? ¿Por qué? Marca con un círculo y tómate un momento para escribir tu por qué.

antiguas prácticas de sabiduría.

El objetivo de este paso final es transformar el conocimiento en sabiduría a través de una acción concreta en el mundo.

Por favor, completa el siguiente manifiesto de acción:

Manifiesto de Acción Cosmológica

En el universo de

Me encuentro en

Y desde allí observo que

Por eso creo que el origen y el propósito de este universo son

He observado que los elementos y leyes principales en este universo son

Y he identificado un bloqueo en el flujo de

Por lo tanto, para remover ese bloqueo y ayudar a cumplir de la manera más bella, bondadosa y sincera el propósito de este universo, me comprometo a:

Ir a:

El día:

A la hora:

Para:

Firma:

**Paso 0: Universos**

La cosmología estudia el orden que le damos al universo. Aquí vamos a expandir este concepto: un universo es cualquier contexto donde podemos observar, interpretar y actuar. Todos vivimos en múltiples universos simultáneamente.

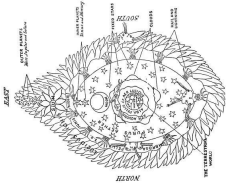
Luego de la meditación guiada, en esta página del cuadernillo, haz una lista rápida de todos los universos en los que habitas ahora mismo. No pienses demasiado, deja que las palabras fluyan.

De las entrañas a la conciencia: un taller de autoindagación cosmológica

Jaime E. Forero Romero

jef@cosmoscosmos.org@gmail.com • [jef@cosmoscosmos.org](mailto:jef@cosmoscosmos.org) • [https://www.instagram.com/jaime\\_forero\\_romero](https://www.instagram.com/jaime_forero_romero)

Enero 2025



El Torre Cúbica de Babel, de Babel, 1770. Aparece en su obra "Scriba" y es una de las ilustraciones cosmológicas más notables de la vida humana en el universo. El diagrama muestra la Torre de Babel como un sistema de comunicación que conecta a los seres humanos con los elementos cósmicos y los universos paralelos.