

Introducción a la Fisiosofía

¿Qué es la Fisiosofía?

Acabamos de ver la etimología de la palabra Fisiosofía para entender de dónde procede su significado y, precisamente, los múltiples significados que posee. Esto es así porque una sola palabra no puede nunca encerrar una vivencia. La Fisiosofía, precisamente, si tuviéramos que definirla con palabras, sería eso: **vivencias y experiencias saboreadas**.

¿Por qué lo defino así?

Porque la vida (**vivencias**) está hecha de **experiencias** que te vuelven un experto (debido a que lo has experimentado) y **saborear** cada vivencia/experiencia te permite Conocer la Verdadera Sabiduría.

Los conceptos teóricos quedan muy atrás cuando vivimos una experiencia Real. **La Fisiosofía es ese estilo de vida que trata de vivir** y, sobre todo, **vivir acorde a la sabiduría** (entendiendo sabiduría como lo que acabamos de ver) **de lo natural**. Como hemos visto, la sabiduría es la destreza magistral de carácter práctico. Esto quiere decir que dentro de la Fisiosofía **no basta con promulgar sus principios** ni sus definiciones, sino que hay que ser **consecuente y coherente con ellas**.

Al margen de las disputas de qué es esa fuerza que inicia todo movimiento, evitando así los debates de la Grecia antigua, no le pongo nombre a ese principio que todo lo mueve, que todo lo inicia. Si tuviera que poner un nombre, por unificar y al margen de cualquier tipo de religión, lo llamaría Dios. Subrayo la importancia de alejarme del concepto de Dios según la Iglesia católica o cualquier otra religión, y subrayo la importancia primera y fundamental del respeto hacia cualquier creencia. Cuando hablo de Dios, hablo de esa Conciencia que nos envuelve, del Amor que todo lo rige y dirige, de ese entramado que todo lo une y que si, cerramos los ojos o nos fijamos muy bien, lo podemos Ver y ver.

Cualquier concepción que se tenga de Dios, si la defendemos - y, además, si la defendemos con gran intensidad - nos está hablando de que es una creencia o algo aprendido o heredado. Es decir, no es nada intrínseco a uno mismo, no es algo que haya brotado de nosotros mismos porque cuando algo brota de nosotros mismos sabemos que es Verdad y sabemos que el resto de personas también lo han sentido, por lo que ya no tiene sentido defenderlo.

Al defender un concepto estamos defendiendo nuestra idea de ese concepto. Por lo tanto, quiere decir que el resto de ideas no tienen el mismo valor que la nuestra.

Por eso, no me verás defender “mi idea” de Dios porque ya carecería de seguir los principios de la Fisiosofía y, por lo tanto, del mundo, de la naturaleza, de lo natural. ¿Qué sentido tiene ir en contra de lo natural? Cada vez me lo pregunto más.

La Fisiosofía nos sirve para interactuar con nosotros mismos y con el mundo exterior. No es ningún puente de unión sino que es nuestra propia proyección, de dentro hacia afuera y, también de afuera hacia dentro.

Así es como comienza este nuevo camino en el que te adentras.

De todas formas, este inicio que acabas de leer es tan solo eso: un inicio. Fisiosofía está dando sus primeros pasos en el sentido literal de la palabra y en el sentido material de la palabra. Es decir, tan solo comienza a andar materialmente y, a su vez, es un conocimiento teórico-práctico que lleva muchísimas horas de vuelo.

En este pequeño eBook no te vas a llevar la “definición” o acercamiento a qué es la Fisiosofía, sino un breve acercamiento a los módulos que estarán dentro para darle sentido y para servir de explicación de la realidad.

Como iremos viendo, dicha explicación nos servirá para vivir desde los máximos puntos o aproximaciones posibles la Realidad. Y, sobre todo, vivirla de forma nítida, transparente, honesta, sincera y sencilla. De este modo, viviremos desde la Salud y se verá reflejado en todas las áreas de nuestra vida o, como prefiero decir, en cada paso que demos, ya sea laboral o personal.

Un último detalle, antes de pasar a la siguiente página:

*La **Fisiosofía** puede ser útil y aplicable para todas las áreas de la vida. A la par que la filosofía es aplicable como metodología de vida - por ejemplo, el estoicismo, tan de auge en estos momentos históricos - la Fisiosofía nos sirve para acompasarnos al ritmo natural de las cosas. El estoicismo, en sus tiempos incipientes, nació como un medicamento. Algo muy útil para el contexto sociocultural en el que estaban en aquella época. Algo que servía de apoyo a las personas que lo necesitaran. Algo que servía de consuelo y, sobre todo, una alternativa a la vida, en muchas ocasiones opresiva, de la época griega y romana. No fue hasta tiempos de Marco Aurelio que sus coetáneos conocieron lo que era la diligencia en el poder. Y, Marco Aurelio, es un conocido estoico. La Fisiosofía, en cambio, **surge de la calma** (y también de la necesidad de ella) y la **certeza**; surge de sentir el compás y el ritmo de la vida y la imperiosa visión de exteriorizar que la paz y la Salud es lo que realmente Somos.*

¿De qué se compone la Fisiosofía?

De momento, va a constar de 5 módulos abiertos. Como veremos, una vez dentro, no serán 5 sino que serán 6. Cada uno de ellos estará en constante evolución. Esto quiere decir que, como la vida misma, la Fisiosofía es dinamismo y tendrán un (o varios) hilo conductores. Los módulos son los siguientes:

Módulo 1: Intuición.
Módulo 2: Intención.
Módulo 3: Identidad.
Módulo 4: Integración.
Módulo 5: Información.

El módulo 6 me lo guardo para cuando estés dentro. También me reservo la explicación de cada uno de ellos. Aún no es el momento de desvelar qué significan y qué incluyen, ni de decirte que dentro de uno de ellos hay otros 4 submódulos que en vez de empezar por "i" comienzan con la letra "a" y una de esas palabras es la de autoconocimiento (algo que se antoja indispensable).

Pero, como digo, aún no es el momento de ver esto con detalle.

Fisiosofía es filosofía, terapia y estilo de vida. Esto quiere decir que dentro de cada uno de los módulos vas a encontrar conocimiento aplicado que hará que el éxito personal y profesional sea, sencillamente, inevitable.

Como ves, todos empiezan con la letra i y esto tiene un motivo concreto que te desvelo dentro del programa. Es más, en el inicio, el programa se denominó 5I. Decir un sí a la Salud y Plenitud es lo que harás al estar dentro de este programa y abrigar - y *dejarte abrigar por* - a la Fisiosofía.

A medida que vayas adentrándote en ella te notarás cada vez más relajado/a, tranquilo/a, pleno/a. Serán sensaciones normales que, después y vuelvo a utilizar la palabra inevitable, inevitablemente se notará en tus tratamientos y en tu día a día. Con ello, ¿qué sucederá? Por el simple ejemplo que vas a ir promoviendo, tu alrededor también evolucionará/avanzará al nivel que necesiten evolucionar/avanzar.

En Fisiosofía, igual que dentro del Programa 5I, igual que en cada sesión de Terapia Resolutiva, ahondamos hasta la profundidad. Nunca nos quedamos en la superficie ya que, en la superficie aparecen los problemas; en la profundidad se halla las soluciones. Durante todo el proceso y el recorrido dinámico que vas a vivir dentro, verás que ni yo, ni las explicaciones que doy, son superficiales. Tampoco lo son los tratamientos que realizo ni los que te voy a enseñar a realizar.

Este eBook te lo descargas al apuntarte a la Masterclass introductoria y en ella vemos, con una ligera profundidad, la Intención. Como te he dicho en el breve acercamiento a qué es la Fisiosofía, vamos a experimentar la vida y a saborearla para así, adquirir el conocimiento y llevarlo a la práctica.

¿Qué es la intención?

Podemos entender la intención desde la visión de tener un plan, o desde la visión de poner foco. Para vislumbrar esta definición, si te pido que pongas tu atención en la o con tilde de la palabra atención, tu mente es capaz de concentrarse tanto que las letras de alrededor se verán borrosas. Eso no es algo negativo, sino todo lo contrario. Cuando nos focalizamos, prestamos atención o nuestra intención es dirigida, aparece ante nuestros ojos lo que debe aparecer. Sea lo que sea, conectamos con algo más allá de la o con tilde para que nuestra mente emita una señal en forma de sensación, emoción, pensamiento, visión, sonido o la señal que quiera para que caigamos en la cuenta de algo importante para nosotros.

Eso es el resultado de la intención.

La intención, como te digo, también es sinónimo de la palabra plan pero en esta ocasión no vamos a profundizar en ello. Esto lo vemos dentro del Programa 5I.

Potenciamos, brevemente, la intención para que observes y sientas su verdadero poder:

- Quiero que busques un árbol o arbusto que tengas cerca de donde estes. Una vez localizado, quiero que lo mires fijamente y SIN parpadear. Es muy importante ese detalle, por eso lo he destacado utilizando el formato de las mayúsculas. Quédate, de manera intencionada, mirando sin parpadear al árbol o arbusto y observa qué sucede.

No te quiero condicionar así que no te voy a decir qué debes o qué no debes ver. Tan solo déjate llevar por el poder de la intención y cuando lo hagas, coméntame qué has observado.

Este, tan solo, es el primer paso para descubrir un nuevo mundo. Un mundo de intuición y una sabiduría escondida de la mejor manera posible: está justo delante de nosotros.

Si quieres averiguar más, este es tu camino.

Espero que pongas en práctica este simple y sencillo ejercicio (todo lo que hay dentro del Programa 5I comparte esas dos premisas: sencillez y simpleza) y lo pongas en común conmigo.

δ