

Fecha: 02-01-2025  
 Medio: Diario la Región  
 Supl.: Diario la Región  
 Tipo: Noticia general  
 Título: **Metafísica y la espiritualidad: una tendencia en crecimiento**

Pág.: 15  
 Cm2: 623,7

Tiraje:  
 Lectoría:  
 Favorabilidad:

4.000  
 12.000  
☐ No Definida

# Metafísica y la espiritualidad: una tendencia en crecimiento

**Luego de lanzar su libro «Regreso al Origen» en La Serena, su autora explica algunos de los tópicos que aborda en su obra, conectando ciencia, espiritualidad y misticismo.**



## UNA FORMA DE VER LA VIDA

En general, la temática metafísica, las energías y la espiritualidad, generan gran atracción en las personas, pero siguen siendo una postura ante la vida más que un hecho concreto y aceptado por la parte científica, más allá de que con el tiempo se distinguen puntos de encuentro, lo que con el tiempo se podría consolidar o no.

Lo que sí se puede comprobar, es el aporte que puede generar en las personas que pasan por crisis de vida, generando un foco de interés positivista, tal y como pasó con Iris.

«Me ayudó y veo que a otras personas también. Cuando estamos en esos periodos de crisis existencial, vacío o depresión, normalmente es por desconexión emocional, por centrarse en lo material, externo o físico. Entonces, entender todo ese engranaje, con los diferentes planos y partes de uno mismo, lleva a la plenitud desde dentro».

La espiritualidad, lo esotérico y la energía, son temas que cada vez ganan más popularidad, más aún con las redes sociales, donde los usuarios logran difundir sus intereses y dudas al respecto.

Precisamente durante la semana pasada, la divulgadora española Iris Molina llegó a La Serena a presentar su primer libro, «Regreso al origen: 10 verdades para volver a tí», el cual busca ser una puerta de entrada para el estudio de la metafísica.

## CONEXIÓN LOCAL

Directo desde Madrid, Iris Molina, de 34 años, vuelve a la capital regional después de casi 10 años para retribuir el aprendizaje y cariño que alguna vez recibió en Chile, precisamente en La Serena, donde residió en uno de los momentos más difíciles de su vida, para luego abocarse a ser una divulgadora metafísica y espiritual.

«Entre los 22 y 23 años estuve en un proceso difícil; me sentía vacía, sin darle mucho sentido a la vida. Buscando un cambio, decidí viajar a Latinoamérica y justamente encontré trabajo en Chile, lo que me trajo a La Serena, donde viví un par de años».

Luego de trabajar incluso en la seremía de Medio Ambiente, volvió a España en 2017, donde profundizó en su investigación sobre espiritualidad y comenzó su trabajo divulgatorio.

«Despertaron en mí todas las preguntas que me hacía de niña, y guiada por la influencia de mi tío, siempre rodeado de libros e investigando diversos temas, y mi tía con su lado espiritual, me

instruí más e investigué para luego agrupar toda esa información y empecé mi camino como divulgadora, con un podcast que inició en la pandemia y que hoy continúa bajo el nombre de 'Origen, reflexiones metafísicas'».

## CIENCIA Y ESPIRITUALIDAD

Iris asegura que desde joven tenía la necesidad de entender y cuestionar lo que no le hacía sentido, lo que la ha llevado a conectar la vertiente espiritual con lo tangible de la ciencia, apelando a que, como seres holísticos, el entendimiento de lo invisible con sustento en lo científico es necesario para el crecimiento personal.

«La mecánica cuántica se podría decir que es metafísica, ya que investiga lo intangible, lo subatómico, lo invisible, para describir fenómenos que ya diferentes cosmovisiones en el mundo venían diciendo desde tiempos inmemoriales, lo que enlazaría los caminos entre ciencia y espiritualidad».

Según explica, es en lo invisible donde radica uno de los problemas que impera en la sociedad actual, la desconexión emocional y espiritual originada por el ritmo acelerado en que se vive y el descuido de uno mismo, por lo que considera el entendimiento personal un acto revolucionario.

«La sociedad hoy en día está muy enfocada en desconectarte de ti mismo, en buscar siempre todo fuera en vez de dentro. Estamos tan dispersos, que nuestra atención, nuestra energía y nuestra mente, están controladas

por otras personas, por los medios, por corrientes, etc. Entonces, cuanta más soberanía tú tienes sobre ti mismo, que para mí todo esto te da una soberanía interna, más libre eres y menos le interesa al sistema».

## VIBRACIÓN Y QUÍMICA

En ese camino de integración de ciencia y lo espiritual energético, es que surgen tópicos que en los detractores de lo metafísico han sido razón de parodia; es el caso de la vibración, el vibrar alto o bajo, tema que justamente Iris toca en su libro.

«Nikola Tesla dijo que para entender cómo funciona el universo se debe pensar en energía, frecuencia y vibración, y es que la materia y las partículas son energía en interacción continua, con una frecuencia y vibración. Al igual que lo micro, nosotros somos energía, con nuestros propios campos electromagnéticos».

Según comenta Iris, estos campos que contienen información no solo interactúan con el entorno, sino que son afectados directamente por el mundo emocional y el efecto que este tiene en las señales cerebrales y los hábitos que forman parte del funcionamiento del organismo mismo.

«El miedo vibra muy bajo, el amor, la alegría, vibran muy elevado. Entonces, si tú estás continuamente en miedo, el mensaje que tú estás dando a tu cerebro y que él replica, es que se libere adrenalina o cortisol, provocando que enfermes, generes un cáncer, etc., mientras que vibrar alto liberará citocina, serotonina, etc.».

Por otro lado, también está el tópico del decretar, cuestionado por muchos y defendido por otros. Frente a esto, Iris asegura que sería el mismo control de pensamiento el que influiría en la química cerebral.

«Nosotros hacemos alquimia todo el rato, y cuando te das cuenta de que con energía y pensamiento podemos enviar al cerebro una orden que genera tal tipo de hormona, al final tu cuerpo se va a componer de esos químicos, que podrían generar condiciones óptimas. A veces se habla mucho de decretar, firmar, visualizar y está genial, pero lo que te da lo que mueve la energía es la unión de emoción y pensamiento, y en mantener esa conexión, ese control de la mente está lo difícil».



## FARMACIA PERALTA

Tenemos el agrado de comunicarte la re-apertura de nuestro recetario magistral. Los esperamos para brindarte un servicio personalizado y con los estándares de calidad.

Farmacia
Perfumería

Productos veterinaria
Recetario Magistral

 +569 91490207  
 (51) 2 321000

 Aldunate 947, Coquimbo

 Lun/Vier. 09:30 a 18:30 hrs.  
 Sab. 10:00 a 14:00 hrs.

**"DONDE NADA FALTA"**



Tu salud es lo primero