

TEST DE EVALUACIÓN: ¿QUÉ TAN ENJAULADO ESTÁS?

Una Herramienta de Autodiagnóstico para Reconocer tu Nivel de Consciencia sobre las Jaulas que Habitas

INTRODUCCIÓN

Este test no es un cuestionario convencional. No busca clasificarte, etiquetarte o juzgarte. Su propósito es mucho más radical: crear un espejo donde puedas verte claramente, donde reconozcas el nivel de consciencia que tienes sobre las jaulas que habitas, donde entiendas exactamente dónde estás en tu camino hacia la libertad.

Durante miles de años, la humanidad ha vivido dentro de estructuras de control tan sofisticadas que se han vuelto invisibles. Estas estructuras no son solo externas; están interiorizadas en tu consciencia, en tus creencias, en tus patrones de pensamiento. La educación, el trabajo, el dinero, la familia, la religión, la política, la medicina: todas son jaulas. Pero la mayoría de las personas no las ven como jaulas; las ven como la realidad misma, como la naturaleza de la vida.

Este test está diseñado para ayudarte a ver lo que has estado mirando sin ver. No hay respuestas “correctas” o “incorrectas”. Solo hay honestidad. Solo hay la verdad de tu situación actual.

El test consta de 10 secciones temáticas, cada una explorando un aspecto diferente de las jaulas en las que vives. Cada sección contiene preguntas que se cruzan, que se refuerzan mutuamente, que te llevan a lugares incómodos de tu propia consciencia.

CÓMO USAR ESTE TEST

1. **Lee cada pregunta cuidadosamente.** No busques la respuesta “correcta”. Busca la verdad de tu situación.
 2. **Responde con honestidad.** Este test solo funciona si eres completamente honesto contigo mismo. Nadie más lo verá. No hay vergüenza aquí, solo claridad.
 3. **Toma notas.** A medida que avanzas, anota las respuestas que te sorprendan, que te causen incomodidad, que te hagan cuestionarte.
 4. **No te apresures.** Este test no es para completar en 10 minutos. Tómate el tiempo que necesites. Reflexiona profundamente sobre cada pregunta.
 5. **Al final, evalúa tu nivel.** Basándote en tus respuestas, identifica en cuál de los 5 niveles te encuentras.
 6. **Crea tu plan de acción.** Usa el plan específico para tu nivel para comenzar tu camino hacia la libertad.
-

LOS 5 NIVELES DE ENJAULAMIENTO

NIVEL 1: COMPLETAMENTE ENJAULADO - NO HAS RECONOCIDO QUE ESTÁS EN UNA JAULA

En este nivel, la jaula es tan completa, tan omnipresente, que no la ves. La realidad que percibes es la única realidad que crees que existe. Las estructuras de control no son vistas como control; son vistas como naturaleza, como la forma en que las cosas son, como inevitable.

Características:

- Aceptas todas las estructuras como naturales e inevitables
- No cuestionas la autoridad, las instituciones, los sistemas
- Vives en piloto automático, repitiendo patrones sin consciencia
- Crees que la realidad es objetiva, que no hay alternativa
- Tu vida es una repetición de lo que se espera de ti

- No experimentas incomodidad significativa porque no ves alternativas
- Justificas las jaulas, las defiendes, las promocionas

Síntomas:

- Dices cosas como “así es la vida”, “no hay alternativa”, “siempre ha sido así”
- Te sientes cómodo dentro de la estructura, aunque no estés feliz
- Criticas a aquellos que cuestionan el sistema
- Crees que los problemas están en otros, no en el sistema

NIVEL 2: PARCIALMENTE ENJAULADO - RECONOCES QUE ALGO ESTÁ MAL, PERO NO VES LA JAULA

En este nivel, experimentas incomodidad. Sientes que algo no está bien, pero no puedes identificar qué es. Ves problemas específicos, pero no ves el patrón general que los conecta.

Características:

- Sientes que algo está mal, pero no sabes qué es
- Culpas a circunstancias externas, a otros, al “sistema”, pero no reconoces tu participación
- Tienes momentos de cuestionamiento, pero luego vuelves a la aceptación
- Ves problemas específicos (trabajo estresante, relaciones difíciles, dinero insuficiente), pero no ves que todos son síntomas de la misma jaula
- Buscas soluciones dentro del sistema (mejor trabajo, más dinero, mejor relación), pero no cuestionas el sistema mismo
- Experimentas frustración, ansiedad, depresión, pero atribuyes esto a circunstancias personales

Síntomas:

- Dices cosas como “algo está mal”, “no sé qué es”, “me siento atrapado pero no sé por qué”
- Cambias de trabajo esperando que sea mejor, pero el patrón se repite
- Buscas terapia, medicinas, distracciones para aliviar el malestar

- Culpas a tu jefe, tu pareja, tu familia, pero no al sistema que los crea

NIVEL 3: DESPERTANDO - RECONOCES QUE ESTÁS EN UNA JAULA

En este nivel, la venda cae. Ves claramente las jaulas, reconoces los mecanismos de control, entiendes que la realidad es una proyección de consciencia. Este es el punto de no retorno; una vez que ves, no puedes dejar de ver.

Características:

- Ves claramente las jaulas, reconoces los mecanismos de control
- Entiendes que la realidad es una proyección de consciencia
- Cuestionas la autoridad, las instituciones, los sistemas
- Buscas alternativas, exploras nuevas formas de ser
- Experimentas rabia, frustración, desesperación al ver la jaula
- Comienzas a conectar los puntos, a ver los patrones
- Te sientes solo, incomprendido, porque la mayoría aún no ve

Síntomas:

- Dices cosas como “ahora lo veo”, “cómo no lo vi antes”, “todo es un sistema de control”
- Experimentas rabia al ver cómo otros están enjaulados
- Buscas información, estudias, investigas
- Comienzas a hacer cambios pequeños en tu vida
- Te sientes separado de aquellos que aún no ven

NIVEL 4: ASOMÁNDOTE A LA PUERTA - RECONOCES LA JAULA Y COMIENZAS A SALIR

En este nivel, has pasado del reconocimiento a la acción. Has comenzado a cambiar tu consciencia, a re proyectar tu realidad. Dejas de participar en la lógica de la jaula en áreas específicas de tu vida.

Características:

- Has comenzado a cambiar tu consciencia, a re proyectar tu realidad

- Dejas de participar en la lógica de la jaula en áreas específicas
- Asumes tu causalidad interna, reconoces tu poder
- Vives con mayor coherencia, alineación, libertad
- Experimentas momentos de verdadera libertad, verdadera alegría
- Tomas decisiones basadas en tu verdad, no en las expectativas externas
- Comienzas a ver que la libertad es posible

Síntomas:

- Dices cosas como “estoy saliendo”, “estoy viendo diferente”, “tengo poder”
- Haces cambios concretos en tu vida (dejas un trabajo, terminas una relación, cuestionas una creencia)
- Experimentas miedo y libertad simultáneamente
- Te sientes más auténtico, más vivo
- Otros notan el cambio en ti

NIVEL 5: TRASPASANDO LA PUERTA - YA NO ESTÁS EN LA JAULA

En este nivel, has transformado completamente tu consciencia. Ya no estás en la jaula, aunque la jaula siga existiendo a tu alrededor. Vives desde la soberanía, desde la causalidad interna. Proyectas una realidad diferente.

Características:

- Has transformado completamente tu consciencia
- Vives desde la soberanía, desde la causalidad interna
- Proyectas una realidad diferente, basada en coherencia y creación
- Eres un nodo activo en la transición de Densidad 3 a Densidad 4
- Experimentas libertad verdadera, no como ausencia de restricción, sino como presencia de poder
- Tu vida es una expresión de tu verdadera naturaleza
- Contribuyes a la liberación de otros a través de tu ejemplo

Síntomas:

- Dices cosas como “soy libre”, “estoy creando mi realidad”, “estoy en coherencia”
 - Tomas decisiones desde tu verdad sin buscar validación
 - Experimentas paz, alegría, propósito
 - Tu vida es radicalmente diferente a lo que era
 - Otros buscan tu guía, tu sabiduría
-

LAS 10 SECCIONES DEL TEST

SECCIÓN 1: LA JAULA DEL TRABAJO Y LA PRODUCTIVIDAD

El trabajo es donde pasas la mayor parte de tu vida consciente. Es donde tu energía, tu creatividad, tu tiempo, son convertidos en dinero para otros. Esta sección explora tu relación con el trabajo y lo que dice sobre tu nivel de enjaulamiento.

Preguntas de Exploración:

1. ¿Cuántas horas al día dedicas a un trabajo que no te nutre? ¿Cuántas horas dedicas a algo que realmente te importa? ¿Cuál es la proporción?
2. Si perdieras tu trabajo mañana, ¿cuál sería tu primera reacción? ¿Miedo, pánico, o una sensación de alivio? ¿Qué te dice eso sobre tu relación con el trabajo?
3. ¿Cuál es tu valor como ser humano? ¿Es un número (tu salario), o es algo más profundo que no puede ser cuantificado?
4. ¿Trabajas para vivir, o vives para trabajar? ¿Puedes distinguir la diferencia en tu vida?
5. ¿Cuánto de tu creatividad es canalizada hacia objetivos que no son tuyos? ¿Cuánto de tu creatividad es realmente tuya?
6. ¿Aceptarías un trabajo que no te gusta si pagara lo suficiente? ¿Qué te dice eso sobre tu relación con el dinero y tu soberanía?
7. ¿Cuándo fue la última vez que hiciste algo solo porque te importaba, sin esperar recompensa o reconocimiento?
8. ¿Tu trabajo define quién eres? ¿Si cambiaras de trabajo, cambiarías quién eres?

9. ¿Cuánta de tu identidad está ligada a tu profesión? ¿Qué pasaría si perdieras esa profesión?
10. ¿Cuánto tiempo tienes para descansar, para crear, para ser, después de trabajar? ¿Es suficiente?

Análisis Cruzado:

- Si respondiste que trabajas más de lo que vives, estás en Nivel 1 o 2
 - Si respondiste que tu valor es tu salario, estás en Nivel 1 o 2
 - Si respondiste que aceptarías un trabajo que no te gusta por dinero, estás en Nivel 2 o 3
 - Si respondiste que has comenzado a hacer cambios en tu relación con el trabajo, estás en Nivel 3 o 4
 - Si respondiste que tu trabajo es una expresión de tu verdadera naturaleza, estás en Nivel 4 o 5
-

SECCIÓN 2: LA JAULA DEL DINERO Y LA SEGURIDAD

El dinero es la jaula más sofisticada porque es invisible. Es un acuerdo colectivo que se ha vuelto tan real que determina si vives o mueres. Esta sección explora tu relación con el dinero.

Preguntas de Exploración:

1. ¿Cuánto dinero crees que necesitas para estar seguro? ¿Esa cantidad siempre está fuera de tu alcance?
2. ¿Cuántas decisiones importantes en tu vida están determinadas por dinero? ¿Cuántas decisiones tomarías diferente si el dinero no fuera un factor?
3. ¿Crees que el dinero es escaso, que hay que competir por él? ¿O crees que hay suficiente para todos?
4. ¿Cuánta de tu ansiedad está relacionada con dinero? ¿Cuánto de tu miedo es miedo a no tener suficiente?
5. ¿Posees tus cosas, o tus cosas te poseen a ti? ¿Cuánto tiempo dedicas a mantener, proteger, mejorar tus posesiones?

6. ¿Cuál es tu deuda total? ¿Cuántos años de trabajo te quedan para pagarla? ¿Cómo te hace sentir eso?
7. ¿Podrías vivir sin dinero? ¿Qué te lo impide? ¿Es la realidad, o es tu creencia sobre la realidad?
8. ¿El dinero te da seguridad, o te da miedo? ¿Por qué?
9. ¿Cuánto de tu vida sacrificas por dinero? ¿Es un sacrificio que estés dispuesto a hacer?
10. ¿Qué pasaría si perdieras todo tu dinero mañana? ¿Quién serías sin dinero?

Análisis Cruzado:

- Si respondiste que el dinero determina tus decisiones, estás en Nivel 1 o 2
 - Si respondiste que el dinero es escaso, estás en Nivel 1 o 2
 - Si respondiste que estás endeudado indefinidamente, estás en Nivel 2 o 3
 - Si respondiste que has comenzado a cuestionar tu relación con el dinero, estás en Nivel 3 o 4
 - Si respondiste que el dinero no determina tu vida, estás en Nivel 4 o 5
-

SECCIÓN 3: LA JAULA DE LA EDUCACIÓN Y EL CONOCIMIENTO

La educación es donde aprendes a vivir en jaulas. Te enseñan qué pensar, no cómo pensar. Te enseñan a reproducir, no a crear. Esta sección explora tu relación con el conocimiento y el aprendizaje.

Preguntas de Exploración:

1. ¿Cuándo fue la última vez que aprendiste algo solo porque te interesaba, sin esperar una calificación o un certificado?
2. ¿Confías en tu propia intuición y observación, o siempre buscas validación de una autoridad externa?
3. ¿Cuánto de lo que crees que es verdad has verificado personalmente? ¿Cuánto simplemente has aceptado porque una autoridad te lo dijo?

4. ¿Cuál es tu título, tu credencial? ¿Cuánto de tu valor como persona está ligado a eso?
5. ¿Te enseñaron a pensar, o te enseñaron a reproducir? ¿Cuál es la diferencia que ves?
6. ¿Cuántas preguntas haces en tu vida cotidiana? ¿Cuántas aceptas sin cuestionar?
7. ¿Qué es lo que más miedo te da aprender? ¿Por qué?
8. ¿Cuándo fue la última vez que tu maestro te dijo “no sé”? ¿Qué te dice eso sobre la educación?
9. ¿Crees que la educación te liberó, o te enjauló?
10. ¿Qué es lo que desearías haber aprendido en la escuela, pero no aprendiste?

Análisis Cruzado:

- Si respondiste que confías en autoridades externas, estás en Nivel 1 o 2
 - Si respondiste que tu valor está ligado a tu credencial, estás en Nivel 1 o 2
 - Si respondiste que has comenzado a cuestionar lo que te enseñaron, estás en Nivel 3 o 4
 - Si respondiste que confías en tu propia intuición, estás en Nivel 4 o 5
-

SECCIÓN 4: LA JAULA DE LA AUTORIDAD Y EL PODER

La autoridad es la jaula más fundamental. Es la creencia de que necesitas que alguien más te diga qué hacer. Esta sección explora tu relación con el poder y la autoridad.

Preguntas de Exploración:

1. ¿A quién le das tu poder? ¿A tu jefe, a tu pareja, a tus padres, a los expertos, a los gobiernos?
2. ¿Cuándo fue la última vez que tomaste una decisión importante sin buscar validación de alguien más?
3. ¿Confías en ti mismo para saber qué es mejor para ti? ¿O crees que otros saben mejor?

4. ¿Cuántas de tus decisiones son realmente tuyas, y cuántas están determinadas por lo que otros esperan de ti?
5. ¿Qué pasaría si dejaras de buscar aprobación? ¿Qué miedo surge cuando piensas en eso?
6. ¿Cuál es tu relación con la autoridad? ¿La respetas, la temes, la cuestionas?
7. ¿Podrías vivir tu vida completamente diferente a como vives ahora? ¿Qué te lo impide?
8. ¿Cuándo fue la última vez que dijiste “no” a una autoridad? ¿Qué pasó?
9. ¿Crees que necesitas permiso para ser libre?
10. ¿Quién es realmente el dueño de tu vida? ¿Tú, o alguien más?

Análisis Cruzado:

- Si respondiste que buscas validación constantemente, estás en Nivel 1 o 2
 - Si respondiste que confías en autoridades externas, estás en Nivel 1 o 2
 - Si respondiste que has comenzado a tomar decisiones por ti mismo, estás en Nivel 3 o 4
 - Si respondiste que eres el dueño de tu vida, estás en Nivel 4 o 5
-

SECCIÓN 5: LA JAULA DE LA IDENTIDAD Y LAS ETIQUETAS

Tu identidad es una construcción. Es lo que otros esperan de ti, lo que has aceptado como verdad sobre ti mismo. Esta sección explora tu relación con tu identidad.

Preguntas de Exploración:

1. ¿Quién eres realmente, sin tus roles (padre, madre, profesional, nacionalidad, género)?
2. ¿Cuánto de tu identidad es tuya, y cuánto es una construcción de lo que otros esperan de ti?
3. ¿Cuáles son las etiquetas que llevas? ¿Cómo te limitan esas etiquetas?

4. ¿Qué pasaría si pudieras ser completamente diferente mañana? ¿Qué te lo impide?
5. ¿Cuántas decisiones tomas basado en “quién se supone que debo ser” en lugar de en “quién quiero ser”?
6. ¿Aceptas quién eres, o estás constantemente intentando ser alguien más?
7. ¿Cuál es la versión de ti que el mundo ve? ¿Es la versión real de ti?
8. ¿Cuándo fue la última vez que actuaste completamente auténtico?
9. ¿Qué parte de ti estás ocultando? ¿Por qué?
10. ¿Si nadie te juzgara, quién serías?

Análisis Cruzado:

- Si respondiste que tu identidad está completamente ligada a tus roles, estás en Nivel 1 o 2
 - Si respondiste que actúas constantemente, estás en Nivel 2 o 3
 - Si respondiste que has comenzado a ser más auténtico, estás en Nivel 3 o 4
 - Si respondiste que eres completamente auténtico, estás en Nivel 4 o 5
-

SECCIÓN 6: LA JAULA DE LA FAMILIA Y LAS RELACIONES

La familia es donde aprendes a vivir en jaulas. Es donde heredas traumas, patrones, creencias. Esta sección explora tu relación con la familia y las relaciones.

Preguntas de Exploración:

1. ¿Cuáles son los patrones que heredaste de tu familia? ¿Los estás repitiendo o los estás transformando?
2. ¿Cuánto de tu vida está determinado por lo que tu familia espera de ti?
3. ¿Estás en relaciones que te nutren, o estás en relaciones que perpetúan tus jaulas?
4. ¿Buscas completitud en otros, o reconoces que ya eres completo?

5. ¿Cuánto de tu miedo a la soledad te mantiene en relaciones que no te sirven?
6. ¿Podrías dejar una relación que no te nutre? ¿Qué te lo impide?
7. ¿Qué lecciones sobre el amor aprendiste de tu familia? ¿Son lecciones que quieres pasar a otros?
8. ¿Cuándo fue la última vez que pusiste tus necesidades antes que las de tu familia?
9. ¿Crees que debes sacrificarte por tu familia? ¿Por qué?
10. ¿Qué relaciones en tu vida te liberan, y cuáles te enjaulan?

Análisis Cruzado:

- Si respondiste que repites los patrones de tu familia, estás en Nivel 1 o 2
 - Si respondiste que buscas completitud en otros, estás en Nivel 1 o 2
 - Si respondiste que has comenzado a transformar los patrones, estás en Nivel 3 o 4
 - Si respondiste que estás en relaciones que te nutren, estás en Nivel 4 o 5
-

SECCIÓN 7: LA JAULA DE LA SALUD Y EL CUERPO

Tu cuerpo es una jaula. Es donde experimentas la realidad, donde vives el dolor, donde experimentas el placer. Esta sección explora tu relación con tu cuerpo y tu salud.

Preguntas de Exploración:

1. ¿Confías en tu cuerpo, o desconfías de él? ¿Escuchas sus mensajes, o los ignoras?
2. ¿Cuándo fue la última vez que experimentaste dolor o enfermedad? ¿Qué intentaba comunicarte tu cuerpo?
3. ¿Cuántos medicamentos tomas? ¿Entiendes por qué los tomas, o simplemente haces lo que te dicen que hagas?
4. ¿Cuánta de tu vida está limitada por tu cuerpo? ¿O es tu mente la que limita tu cuerpo?

5. ¿Aceptas tu cuerpo tal como es, o estás constantemente intentando cambiarlo?
6. ¿Cuándo fue la última vez que sentiste verdadera salud, verdadera vitalidad?
¿Qué era diferente entonces?
7. ¿Cuánto de tu ansiedad está relacionada con tu cuerpo, con tu apariencia, con tu salud?
8. ¿Cuándo fue la última vez que escuchaste a tu cuerpo en lugar de a un doctor?
9. ¿Crees que tu cuerpo es sabio, o crees que es un enemigo?
10. ¿Cuánto de tu vida estás viviendo plenamente, en tu cuerpo, en el presente?

Análisis Cruzado:

- Si respondistes que desconfías de tu cuerpo, estás en Nivel 1 o 2
 - Si respondistes que tomas medicamentos sin entender por qué, estás en Nivel 1 o 2
 - Si respondistes que has comenzado a escuchar a tu cuerpo, estás en Nivel 3 o 4
 - Si respondistes que confías en tu cuerpo, estás en Nivel 4 o 5
-

SECCIÓN 8: LA JAULA DE LA POLÍTICA Y LA IDEOLOGÍA

La política es donde la jaula es más invisible. Te dicen que tienes libertad de elegir, que tu voto importa, cuando en realidad todas las opciones sirven al mismo sistema. Esta sección explora tu relación con la política y la ideología.

Preguntas de Exploración:

1. ¿En qué crees? ¿Has verificado esas creencias personalmente, o simplemente las heredaste?
2. ¿Cuál es tu ideología política? ¿Por qué crees en eso? ¿Cuándo fue la última vez que cuestionaste eso?
3. ¿Crees que tu voto importa? ¿Crees que el cambio es posible a través de la política?
4. ¿Cuánto de tu identidad está ligada a tu ideología política?

5. ¿Ves a aquellos que piensan diferente como enemigos, o como personas con perspectivas diferentes?
6. ¿Cuáles son las creencias que no cuestionarías? ¿Por qué?
7. ¿Qué pasaría si todas tus creencias fueran incorrectas? ¿Podrías vivir con esa incertidumbre?
8. ¿Cuándo fue la última vez que cambió una de tus creencias fundamentales?
9. ¿Crees que hay una sola verdad, o múltiples verdades?
10. ¿Qué es lo que más miedo te da cuestionar?

Análisis Cruzado:

- Si respondistes que heredaste tus creencias, estás en Nivel 1 o 2
 - Si respondistes que ves a otros como enemigos, estás en Nivel 1 o 2
 - Si respondistes que has comenzado a cuestionar tus creencias, estás en Nivel 3 o 4
 - Si respondistes que crees en múltiples verdades, estás en Nivel 4 o 5
-

SECCIÓN 9: LA JAULA DE LA REALIDAD Y LA PERCEPCIÓN

La realidad no es objetiva. Es una proyección de tu consciencia. Esta sección explora tu relación con la realidad y cómo la percibes.

Preguntas de Exploración:

1. ¿Crees que la realidad es objetiva, o que es una proyección de consciencia?
2. ¿Cuánto de lo que percibes es realmente lo que está pasando, y cuánto es tu interpretación?
3. ¿Cuándo fue la última vez que tu percepción de algo fue completamente diferente a la de otros? ¿Quién tenía razón?
4. ¿Crees que hay una sola verdad, o múltiples verdades?
5. ¿Qué es lo que más miedo te da ver? ¿Por qué?

6. ¿Cuántas realidades alternas crees que son posibles? ¿Cuál de ellas estás viviendo?
7. ¿Podrías cambiar tu realidad cambiando tu percepción? ¿Has intentado?
8. ¿Cuándo fue la última vez que viste algo completamente diferente después de cambiar tu perspectiva?
9. ¿Crees que tu percepción es la verdad, o crees que es solo una perspectiva?
10. ¿Qué realidad estás proyectando ahora mismo?

Análisis Cruzado:

- Si respondistes que la realidad es objetiva, estás en Nivel 1 o 2
 - Si respondistes que hay una sola verdad, estás en Nivel 1 o 2
 - Si respondistes que has cambiado tu realidad cambiando tu percepción, estás en Nivel 3 o 4
 - Si respondistes que estás proyectando conscientemente tu realidad, estás en Nivel 4 o 5
-

SECCIÓN 10: LA JAULA DE LA LIBERTAD Y LA ELECCIÓN

La libertad es el estado donde reconoces que eres el creador de tu realidad. Esta sección explora tu relación con la libertad y tu capacidad de elegir.

Preguntas de Exploración:

1. ¿Te sientes libre? ¿Qué te hace sentir que no estás libre?
2. ¿Cuáles son tus limitaciones reales, y cuáles son limitaciones que has aceptado?
3. ¿Si pudieras hacer cualquier cosa sin consecuencias, qué harías? ¿Por qué no lo haces ahora?
4. ¿Cuántas de tus decisiones son realmente tuyas, y cuántas están determinadas por circunstancias externas?
5. ¿Qué precio estás dispuesto a pagar por tu libertad? ¿Cuál es el precio que estás pagando ahora?

6. ¿Qué es lo que más te gustaría cambiar en tu vida? ¿Por qué no lo has cambiado?
7. ¿Crees que el cambio es posible? ¿Crees que tu cambio es posible?
8. ¿Cuándo fue la última vez que elegiste algo completamente diferente a lo que se esperaba de ti?
9. ¿Tienes miedo a la libertad? ¿Por qué?
10. ¿Qué es la libertad para ti?

Análisis Cruzado:

- Si respondistes que no estás libre pero no sabes por qué, estás en Nivel 1 o 2
 - Si respondistes que tus limitaciones son reales, estás en Nivel 1 o 2
 - Si respondistes que has comenzado a elegir diferente, estás en Nivel 3 o 4
 - Si respondistes que eres libre, estás en Nivel 4 o 5
-

CÓMO EVALUAR TUS RESPUESTAS

Este no es un sistema de puntuación numérica. Es un sistema de análisis cualitativo donde observas los patrones en tus respuestas.

Paso 1: Lee tus respuestas Después de completar el test, lee todas tus respuestas nuevamente. No las juzgues, solo obsérvalas.

Paso 2: Identifica los patrones ¿Qué patrones ves? ¿Hay temas recurrentes? ¿Hay áreas donde eres más consciente que en otras?

Paso 3: Observa dónde experimentas incomodidad Las preguntas que más incomodidad te causaron son las que más te dicen sobre dónde estás enjaulado.

Paso 4: Identifica tus niveles en cada sección Para cada sección, identifica en cuál nivel te encuentras. No necesariamente estarás en el mismo nivel en todas las secciones. Puedes estar en Nivel 3 en trabajo, pero en Nivel 2 en relaciones.

Paso 5: Identifica tu nivel general Tu nivel general es el promedio de todos tus niveles en las 10 secciones. Pero también observa en cuáles áreas estás más enjaulado y en cuáles estás más despierto.

INTERPRETACIÓN DE TUS RESULTADOS

Si la mayoría de tus respuestas te sitúan en NIVEL 1

Estás completamente enjaulado. No has reconocido que estás en una jaula.

Esto no es un juicio. Es una observación. Significa que la jaula es tan completa en tu vida que no la ves como jaula. Significa que aceptas las estructuras como naturales. Significa que vives en piloto automático.

La buena noticia es que el hecho de que hayas completado este test significa que algo en ti está buscando más. Algo en ti está cuestionando. Eso es el primer paso.

Si la mayoría de tus respuestas te sitúan en NIVEL 2

Estás parcialmente enjaulado. Reconoces que algo está mal, pero no ves la jaula.

Esto significa que experimentas incomodidad, pero no sabes de dónde viene. Significa que buscas soluciones dentro del sistema, pero el sistema es el problema. Significa que estás en el borde del despertar.

El desafío en este nivel es que es fácil quedarse aquí indefinidamente, buscando soluciones que nunca llegan. El siguiente paso es reconocer que el problema no es específico, sino sistémico.

Si la mayoría de tus respuestas te sitúan en NIVEL 3

Estás despertando. Reconoces que estás en una jaula.

Esto significa que ves claramente. Significa que entiendes los mecanismos de control. Significa que has pasado el punto de no retorno; una vez que ves, no puedes dejar de ver.

El desafío en este nivel es que ver la jaula sin poder salir de ella puede ser doloroso. Puedes experimentar rabia, frustración, desesperación. El siguiente paso es comenzar a tomar acción.

Si la mayoría de tus respuestas te sitúan en NIVEL 4

Te estás asomando a la puerta. Reconoces la jaula y comienzas a salir.

Esto significa que has comenzado a cambiar tu consciencia. Significa que estás tomando decisiones basadas en tu verdad. Significa que experimentas momentos de verdadera libertad.

El desafío en este nivel es mantener la coherencia, no volver a caer en los patrones antiguos. El siguiente paso es profundizar tu transformación.

Si la mayoría de tus respuestas te sitúan en NIVEL 5

Estás traspasando la puerta. Ya no estás en la jaula.

Esto significa que has transformado tu consciencia. Significa que vives desde la soberanía. Significa que proyectas una realidad diferente.

El desafío en este nivel es mantener tu libertad mientras vives en un mundo que aún está enjaulado. El siguiente paso es contribuir a la liberación de otros.

PLANES DE ACCIÓN POR NIVEL

PLAN DE ACCIÓN PARA NIVEL 1: COMPLETAMENTE ENJAULADO

Objetivo: Comenzar a ver la jaula

Paso 1: Observación sin Juicio (Semana 1-2)

- Cada día, dedica 15 minutos a observar tu vida sin juzgarla
- Observa tus patrones: cuándo te despiertas, qué haces, cuándo trabajas, cuándo descansas
- Anota lo que observas sin intentar cambiarlo
- Pregúntate: ¿Quién decidió esto? ¿Yo, o alguien más?

Paso 2: Hacer una Pregunta Diferente (Semana 3-4)

- Cada día, haz una pregunta que normalmente no harías

- Pregunta: ¿Por qué? ¿Por qué hago esto? ¿Por qué creo esto? ¿Por qué acepté esto?
- No busques respuestas, solo haz las preguntas
- Anota las preguntas y las respuestas que surgen

Paso 3: Buscar Información (Semana 5-8)

- Lee, escucha, observa perspectivas diferentes
- Busca información que cuestione lo que has aceptado
- No necesariamente tienes que estar de acuerdo, solo expón tu mente a otras formas de ver
- Anota lo que resuena, lo que no resuena, lo que te causa incomodidad

Paso 4: Conectar con Otros que Ven (Semana 9-12)

- Busca comunidades, grupos, personas que estén cuestionando
- Escucha sus historias
- Observa cómo viven diferente
- Permite que sus perspectivas influyan en la tuya

Métricas de Progreso:

- ¿Hago más preguntas que antes?
- ¿He notado patrones que antes no veía?
- ¿He cuestionado algo que antes aceptaba?
- ¿He sentido incomodidad al ver algo diferente?

PLAN DE ACCIÓN PARA NIVEL 2: PARCIALMENTE ENJAULADO

Objetivo: Conectar los puntos, ver el patrón general

Paso 1: Mapear tus Jaulas (Semana 1-2)

- Crea una lista de todas las áreas donde experimentas incomodidad
- Para cada área, identifica qué está mal
- Observa si hay un patrón común en todas las áreas

- Pregúntate: ¿Cuál es el sistema común que genera todos estos problemas?

Paso 2: Investigar el Origen (Semana 3-4)

- Para cada jaula que identificaste, investiga su origen
- ¿Cuándo comenzó? ¿Quién la creó? ¿Por qué?
- Entiende que no es accidental, es diseñado
- Anota tus descubrimientos

Paso 3: Reconocer tu Participación (Semana 5-8)

- Este es el paso más difícil: reconocer que estás participando activamente en tu propia jaula
- No es culpa tuya, pero es tu responsabilidad
- Pregúntate: ¿Cómo estoy perpetuando esto? ¿Qué estoy haciendo que mantiene la jaula?
- Sé honesto contigo mismo

Paso 4: Hacer un Cambio Pequeño (Semana 9-12)

- Elige una jaula donde puedas hacer un cambio pequeño
- No intentes cambiar todo, solo una cosa
- Haz el cambio y observa qué sucede
- Anota cómo te sientes, qué cambia, qué no cambia

Métricas de Progreso:

- ¿He identificado el patrón común?
- ¿He reconocido mi participación?
- ¿He hecho un cambio pequeño?
- ¿He experimentado miedo o resistencia al cambio?

PLAN DE ACCIÓN PARA NIVEL 3: DESPERTANDO

Objetivo: Pasar de la observación a la acción

Paso 1: Aceptar la Rabia (Semana 1-2)

- La rabia es natural cuando ves la jaula
- Permítete sentir la rabia, la frustración, la desesperación
- No intentes suprimirla o transformarla prematuramente
- Escribe sobre tu rabia, grita, expresa

Paso 2: Dejar de Participar (Semana 3-4)

- Identifica en cuáles áreas puedes dejar de participar en la lógica de la jaula
- Comienza a hacer cambios concretos
- Estos cambios pueden ser pequeños o grandes, pero deben ser reales
- Ejemplos: dejar un trabajo que no te nutre, terminar una relación que te enjaulan, cuestionar una creencia que heredaste

Paso 3: Explorar Alternativas (Semana 5-8)

- Busca formas diferentes de vivir
- Experimenta con nuevas formas de ser, de pensar, de actuar
- No todas funcionarán, pero algunas resonarán
- Mantén lo que funciona, descarta lo que no

Paso 4: Encontrar tu Tribu (Semana 9-12)

- Conecta con otros que están despertando
- Comparte tu viaje, escucha sus viajes
- Crea comunidad con aquellos que ven
- Apóyense mutuamente en el proceso

Métricas de Progreso:

- ¿He hecho cambios concretos?
 - ¿He dejado de participar en algo que me enjaulaba?
 - ¿He explorado alternativas?
 - ¿He encontrado comunidad?
-

PLAN DE ACCIÓN PARA NIVEL 4: ASOMÁNDOTE A LA PUERTA

Objetivo: Profundizar la transformación, mantener la coherencia

Paso 1: Alinear tu Vida Completamente (Semana 1-4)

- Observa dónde aún estás participando en la lógica de la jaula
- Identifica dónde hay incoherencia entre lo que crees y lo que haces
- Haz cambios para alinear tu vida con tu verdad
- Esto puede significar cambios radicales

Paso 2: Profundizar tu Práctica (Semana 5-8)

- Desarrolla prácticas que te mantengan en coherencia
- Meditación, escritura, movimiento, cualquier cosa que te ayude a mantenerte conectado con tu verdad
- Practica diariamente
- Observa cómo tu consciencia se profundiza

Paso 3: Contribuir a la Liberación de Otros (Semana 9-12)

- Comparte tu viaje, tu sabiduría, tu ejemplo
- No necesariamente tienes que enseñar, solo vive tu verdad
- Otros verán tu libertad y serán inspirados
- Contribuye de formas que resuenen contigo

Paso 4: Continuar Evolucionando (Semana 13+)

- La libertad no es un destino, es un proceso continuo
- Continúa cuestionando, continuando explorando, continuando evolucionando
- Observa cómo tu consciencia continúa transformándose
- Mantente abierto a nuevas formas de ver

Métricas de Progreso:

- ¿Mi vida está alineada con mi verdad?
- ¿Estoy viviendo con mayor coherencia?

- ¿Estoy contribuyendo a la liberación de otros?
 - ¿Continúo evolucionando?
-

PLAN DE ACCIÓN PARA NIVEL 5: TRASPASANDO LA PUERTA

Objetivo: Mantener la libertad, profundizar la creación

Paso 1: Vivir tu Verdad Completamente (Continuo)

- Tu vida es una expresión de tu verdadera naturaleza
- Continúa viviendo desde la soberanía, desde la causalidad interna
- No hay nada que “hacer”, solo continúa siendo

Paso 2: Contribuir a la Transición Colectiva (Continuo)

- La humanidad está en transición de Densidad 3 a Densidad 4
- Tu libertad contribuye a esa transición
- Comparte tu sabiduría, tu ejemplo, tu energía
- Ayuda a otros a despertar

Paso 3: Explorar Nuevas Fronteras (Continuo)

- La libertad no es un destino, es una puerta a nuevas posibilidades
- Continúa explorando, creando, evolucionando
- Descubre nuevas formas de ser, de crear, de contribuir
- Mantente en la vanguardia de la evolución

Paso 4: Mantener la Humildad (Continuo)

- No creas que has llegado al final
- La evolución es infinita
- Mantente abierto a aprender, a crecer, a transformarte
- Reconoce que siempre hay más

Métricas de Progreso:

- ¿Continúo viviendo desde la libertad?

- ¿Estoy contribuyendo a la liberación de otros?
 - ¿Continúo evolucionando?
 - ¿Estoy en coherencia con mi verdadera naturaleza?
-

REFLEXIÓN FINAL

Este test es un espejo. Lo que ves en el espejo es la verdad de tu situación actual. No es una sentencia, es una observación. No es un juicio, es una claridad.

La pregunta ahora es: ¿Qué harás con esta claridad?

La jaula es real, pero no es inevitable. La jaula existe porque la proyectas, porque la aceptas, porque participas en su lógica. Y eso significa que puedes dejar de proyectarla, puedes dejar de aceptarla, puedes dejar de participar en su lógica.

La libertad no está en un lugar lejano. La libertad está aquí, ahora, en tu reconocimiento de que eres el creador de tu realidad, en tu capacidad de cambiar tu consciencia, en tu poder de re proyectar tu mundo.

El camino comienza ahora. El cambio comienza ahora. La libertad comienza ahora.

¿Estás listo?

RECURSOS ADICIONALES

Para profundizar en tu transformación, considera:

- Leer sobre la Ley de Proyección Causal
- Explorar las densidades de consciencia
- Conectar con comunidades que están despertando
- Trabajar con un mentor o guía que entienda estos conceptos
- Desarrollar prácticas diarias que te mantengan en coherencia
- Continuar cuestionando, explorando, evolucionando

La libertad es tu derecho inherente. El despertar es tu destino. El cambio es tu responsabilidad.

Comienza ahora.