

INSTRUCCIONES PARA ENRAIZAR NUESTRA VIDA

El CALENDARIO SAGRADO MAYA QUICHÉ, el Cholqu'ij Haab, es el Reglamento Cósmico. Son las leyes que nos permiten conectar nuestra Vida con el fluir de la Tierra, con su magnetismo, con el orden del Cosmos, con nuestro ser profundo.

Necesitamos recuperar y sostener, la consciencia de la conexión con la RAÍZ. Si visualizamos la raíz de un árbol, si nos convertimos en raíz, sentimos cómo nos nutre, cómo facilita la nutrición para el eje, la dirección, el crecimiento en la esencia y en la forma.

La Tradición Maya Quiché, nos recuerda: “nos quitaron el fruto, nos cortaron las ramas, nos cortaron el tronco, pero la raíz está intacta, y de ella estamos retoñando”

La raíz viva y consciente nos permite retoñar desde la profundidad del Misterio de la Vida. Nos facilita ser quienes realmente somos.

El Calendario Sagrado Maya Quiché, es la raíz. Necesitamos conectar en cada día, en cada instante, con el Cosmos manifestado en la Tierra, con la Tierra, que es Cosmos. Con nuestra Alma, que es Tierra y Cosmos.

Y el Calendario Sagrado, es la clave. Es la guía. Es la raíz. Es el cauce.

¿Cómo podemos lograr y sostener la consciencia de la raíz?

INSTRUCCIONES PARA ENRAIZAR

- Tener consciente qué Abuelo del Tiempo nos bendice cada día.
- Cada día, y en cada instante en que lo sentimos necesario, observar el glifo.
- Respirar profunda y conscientemente.
- Inhalar.
- Sostener.
- Soltar.
- Vacío.

Repetir cuatro veces, este ciclo respiratorio.

Luego:

- Inhalar el diseño del glifo del Abuelo del Tiempo del día.
- Sentir cómo nos habita, cómo nos abraza.
- Soltar el aire suave y profundamente.
- Vacío.

Repetir cuatro veces.

Luego:

Pronunciar en voz alta o en silencio, el nombre del Abuelo del Tiempo del día.

- Inhalar ese sonido.
- Sentir cómo nos habita, cómo nos abraza.
- Soltar el aire suave y profundamente.
- Vacío.

Repetir cuatro veces.

Auto-observarnos. ¿Cómo me siento, luego de realizar este proceso?

Sería nutritivo para todos, que nos lo compartas en el whatsapp grupal.

ESTUDIAR

ESTUDIAR EL CALENDARIO SAGRADO MAYA QUICHÉ, es una instrucción muy importante.

Aplicar las capacidades de enfoque, concentración, entendimiento, memoria, sensibilidad, razonamiento. Dedicación. Voluntad. Disciplina.

Estudiar y practicar cada día. Es el REGLAMENTO CÓSMICO, tiene infinitas capas para descubrir y atravesar.

La aventura es maravillosa. La raíz nos sostiene y nutre. Son instrucciones y herramientas de la **LUZ DE LA CIENCIA MAYA.** Manos a la Obra!!!!

BENDICIONES. Autora: Mabel Flores

