

LAS MANSIONES DEL XIBALBA

Corresponde al inframundo, a nuestro lado oscuro, donde se esconde el negativismo creado por el ego.

1ª La casa de las tinieblas: Es la ignorancia sobre las enseñanzas que nos pueden auto realizar a través del autoconocimiento, el que nos hace sentir menos que los demás, por lo que aparentamos ser o saber lo que ignoramos, quitar del vocabulario, hubiera, quisiera, ninguna de estas frases nos permite quitarnos la ignorancia.

2ª La casa del tigre: Las astucias y mecanismos que tiene el ego para vencernos, la tentación. Cuando es el ego el que actúa nos sentimos contrariados, nos dice ¿Y qué saben ellos de mí? Cuando no conseguimos la aprobación de los otros nos ponemos en contra. El individuo refleja en el mundo interno, según como le afecte el exterior. Estamos tan llenos de soberbia que ya no somos conscientes de ello.

3º.- La casa de la obsidiana, la casa del CHAYE (cortan): Las críticas y calumnias en las que solemos caer y así nos alejamos del camino, cuando hablamos mal de otras personas, estamos mostrando la parte oscura de nosotros mismos, inconscientemente es un método de defensa también. Todas estas acciones negativas nos envenenan el corazón y nos alejan del camino que queremos hacer.

Algunas veces justificamos nuestras palabras diciendo que decimos la verdad, pero la intención no es buena, existe la libre expresión, pero hay veces lo hacemos por destruir personas buenas. Debemos pensar antes de hablar. La piedra de obsidiana fue y es utilizada como espejo del alma ya que refleja nuestra imagen, para salir de esta prueba debes ser humilde, bondadoso, quitarte la necesidad de venganza y lo que des que sea limpio y bueno porque es lo que vas a recibir, no olvidemos que cada una de nuestras palabras queda escrita en el tiempo y él siempre regresa a nosotros.

4º.- La casa del fuego: Las diferentes circunstancias de la vida, los problemas, que al identificarnos en los mismos caemos en el sueño de la inconsciencia. El camino de la vida es personal, donde encontramos a muchas otras personas cruzándolo, cuando tomamos la dirección equivocada, las personas que encontramos no son las que deberíamos encontrar, nos dejamos llevar por el ritmo de ellos y nos olvidamos qué es lo que queríamos y de quienes somos en realidad.

¿Cuántas veces nos encontramos con situaciones que nos desagradan y nos hacen ser lo que no somos?. Cuando nos vamos relacionando con gente que son negativas, nuestras formas de pensar poco a poco van cambiando, porque a cada paso que damos, nos adentramos más y más en la vida y reacciones de la otra persona. Descubre en tu interior si lo que estás haciendo es castigándote inconscientemente.

La salud no es necesariamente física, es más importante la salud mental, pon cuidado de no dejarte llevar por los sentimientos equivocados de las demás personas, ten el pensamiento: Quiero tomar la responsabilidad y con alegría dirigirme a un jardín de flores y colores, quiero ser el artista que firme la obra de mi vida.

5°.- La casa del murciélago: En este caso el murciélago significa el fanatismo, la ignorancia y el error, durante nuestra vida hemos ido acumulando conceptos acerca de todo lo que nos rodea y la mayoría de ellos son conceptos equivocados, una vez que los tenemos no nos detenemos a analizarlos, solo los utilizamos, nada es completamente bueno o malo, todo depende de las circunstancias en que nos encontremos, es como decir que con un cuchillo podemos cortar un pedazo de pan pero también lo podemos usar para matar. Todo se relaciona a cómo percibimos y utilizamos las energías.

Así como cuando tu computadora está llena de virus y lo que podría demorar media hora, se demora más de una hora, no te queda más opción que llevarla al técnico a que la actualice, cuando te la entrega, todo está en el lugar correcto, igual somos nosotros, debemos hacer una limpieza en nuestra mente, para eliminar lo que está causando un mal funcionamiento.

Estoy consciente que soy en esencia energía con memoria individual que no muere nunca, solo se transforma o se renueva para hacerme mejor cada vez, entonces debo ser yo quien maneje y controle mi mente, emociones, pasiones, obsesiones, frustraciones, tristezas, alegrías, impulsos e inseguridades, porque al hacerlo puedo estar consciente que toda acción que realice moverá una reacción de la cual deberé tomar responsabilidad y aprender las lecciones para poder hacerlo mejor la próxima vez.

Si desconoces en ti la obsesión, observa bien porque lo que te conviene es descubrirla, no protegerla, el fanatismo nos hace inflexibles, al hacerlo nos limita y entristece, la verdadera fuerza nace de la libertad, la naturaleza es sabia y el viento es libre, no olvides que cuando juzgamos, lo hacemos con nuestra medida y filtro, la mayoría de veces ni siquiera sabemos que el filtro que estamos usando ya no funciona, por tanto filtramos todo mal, uno de los secretos de la vida es crecer y dejar crecer en libertad, confianza y amor incondicional, porque de lo contrario el fuego de la pasión te quemará.

6°.- La casa del frío: El frío espiritual, la falta de entusiasmo místico es quien cierra las puertas a la práctica de la enseñanza, el frío espiritual es la falta de sueños e ilusiones que nos hacen crecer, puede hacernos sentir soledad. No es lo mismo disfrutar tu mundo, que tratar de vivir la vida de los demás, sintiéndote luego solo y vacío, porque has hecho de tus sueños la carga de tu vida, olvidando que los sueños vuelan con tus propias alas, así que cuando los demás vuelan con sus sueños, tú los verás desde tierra.

No tengas miedo de tocar las estrellas con las manos, no tengas miedo de entregar tu corazón al buen amor, no tengas miedo de estar contigo mismo; el amor es como cuando vez una hermosa flor en el campo, si la cortas para llevarla contigo morirá, pero puedes venir a ella cada vez que quieras verla y sentirla. Cuando al amor se le trata de poseer, se escapa como el agua entre los dedos. Piensa que no se puede perder lo que realmente es tuyo, así que ¿Por qué tratar de poseer algo cuando ya te pertenece, cuando ya es parte de ti?

¿Qué significa la práctica de la enseñanza?, si te preguntara ¿Qué luz te gusta más, la del sol o la de la luna que responderías? La del sol porque la de la luna es un reflejo de esta, pero hay muchas personas luna, que proyectan en otros sus propias ilusiones y luego se

sienten engañados. ¿Cuál quieres ser tú? No hay que ser un gran maestro para enseñar si tienes algo para compartir.

Para aprender hay que quitarse todas las máscaras y enseñar la propia piel. La vida está llena de cosas hermosas esperando que seas consciente de ella, los árboles y flores siempre nos reciben con sus mejores trajes, como si fuéramos invitados especiales y nosotros ni cuenta nos damos.

LA ENTRADA A XIBALBA

Se encuentran cuatro caminos de cuatro colores diferentes, negro, representación del estado psicológico en el que nos encontramos, es un lugar de conocimiento, donde la persona que unifica conocimiento con experiencia puede manejarse mejor, la mente siempre nos está recordando lo que dejamos de hacer, lo que hubiera pasado. Si estás cansado y cierras los ojos y la mente los vuelve a abrir, es que dejas que la mente te controle y como un río caudaloso que por donde pasa todo lo arrastra, lo mezcla y lo revuelve.

Emociones: Aquí entran las pasiones, hay diferentes formas de entenderlas y manejarlas, por ejemplo si el trabajo que realizas te gusta, te hace verdaderamente feliz y te inspira, se vuelve en una pasión positiva, donde se fundan pensamientos e inspiración, haciendo que puedas canalizar la energía en creación; esto hará que fluya nuevamente, dejando que la inspiración sea la que mueva la acción. La pasión creativa que es acompañada de pureza, consciencia y disciplina, es muchas veces la que nos permite realizar un sueño; a todos nos llega el momento del triunfo, si cuando esperábamos nos hemos preparado.

Es muy diferente cuando la pasión se convierte en el deseo de poseer, controlar o dominar a otra persona, es entonces cuando todo lo negativo que tenemos en nuestro interior despierta como un volcán que estaba dormido, explotando sin medir las consecuencias.

LOS 23 ENEMIGOS QUE NOS ALEJAN DEL ESPÍRITU

Este es un trabajo interactivo, cada uno debe reflexionar y crear su propia definición, yo además de mis propias ideas he colocado aquellas provenientes de Carla, mi maestra Maya, las que identifico con una letra C y las del Hinduismo según las enseñanzas de Nithyananda, que identifico con una N. Por un lado es cierto que la tradición debe mantenerse intacta para que no degenera y se pierda en la banalidad inútil para transformar a las personas, sin embargo hay un aporte que debemos hacer cada uno, debemos reflexionar acerca de cada idea para que nos sirva según la mentalidad propia.

1- TEMOR

C: El que se defiende es el que se siente atacado, el que se siente atacado es el que toma todo personal. Ver las debilidades de la amenaza y tomar las medidas acordes sin tomarlo personalmente.

N: En el momento de la muerte podemos asustarnos y resistirnos, creando una experiencia angustiante, sin embargo, si entendemos que es el fin de nuestros temores

y deseos y nos entregamos a nuestra liberación, la experiencia va a ser positiva.

Muchos temores nos alejan de grandes aprendizajes, poder observar nuestros temores nos pueden llevar a lecciones que están más allá. Es por eso que el temor es el primer enemigo del espíritu.

2- EGOÍSMO

Si no me das lo que quiero te odio dice la pasión por poseer, se debe reconocer que todos deseamos las mismas cosas, felicidad, paz, tranquilidad, etc. y no tenemos que competir unos con otros, porque entonces recibimos lo contrario.

N: La separación proviene de percibir a los demás como realidades separadas y no como realidades internas, extensiones de uno mismo. La falta de autoestima incondicional, producto de la educación competitiva, nos hace buscar externamente valorización, es necesario cambiar de la visión externa a la interna. Somos naturaleza, dentro tenemos todo lo que necesitamos, no tenemos por qué competir, somos herederos del universo y poseedores de todas sus riquezas.

3- LUJURIA

N: Es un parásito de la mente creado por SDHD* = (Del inglés) auto duda, odio a sí mismo y auto negación producen el parásito mental de la lujuria y los celos. Completar con estas pautas matando estos demonios. Amarse incondicionalmente a uno mismo sin desear llenar de afuera el vacío interior.

4- CÓLERA

Nosotros creamos nuestro mundo, si estamos descontentos con lo que tenemos, debemos ver dentro de nosotros qué lo está causando y cambiarlo.

5- ODIO

Es la cólera contra sí mismo por no ser capaz de hacer comprender a otro lo que uno siente, desea o piensa, frustración, incapacidad. Contemplar el problema y buscarle solución, buscar la armonía y la comprensión, perdonar, amarse a sí mismo.

6- CELOS

N: Comienza con la comparación y terminan en la declaración de supremacía. No hay que compararse con otros, cada uno es especial en su propia forma, hay que amarse así como uno es sin comparaciones, sin justificarse ni sentirse superior a otros.

7- IMPACIENCIA

Resultado de la confrontación entre el deseo y el miedo, es necesario resolver la dualidad contemplando el problema,

buscar la solución y darle camino. Es necesario crear paciencia.

8- ENGAÑO

No podríamos engañar si tuviéramos total amor a nosotros mismos, porque no desearíamos lo que no nos corresponde, el deseo produce el auto engaño que son las ilusiones y suposiciones.

9- FALSEDAD

Es producto de la auto negación, la solución es reconocerse y validarse uno mismo por ser un producto único y especial del cosmos, que está en evolución y que tiene todas las posibilidades a su alcance.

10- INSINCERIDAD

Cuando nos encontramos en una situación incómoda porque tenemos miedo a que no se nos conceda lo que queremos inventamos una mentira y luego para cubrirla hay que inventar otra y otra y terminamos viviendo en un castillo de naipes de mentiras. La solución es pararse desnudo y dar cara a la propia inautenticidad y dar cara a la situación y poner el resultado con confianza en manos del cosmos y no tratar de manipularlo.

11- CRUELDAD

12- FALTA DE
COMPASIÓN

13- INJUSTICIA

14- CALUMNIA

15- MURMURACIÓN

16-

IRRESPONSABILIDAD

17- DESHONESTIDAD

Desintegración del ser, tener agendas secretas que no permiten la integración hacia sí mismo y hacia los demás. Con amor incondicional hacia uno mismo se evita ponerse en situaciones que no le causan ningún beneficio.

18- DESLEALTAD

19- VENGANZA

20- PREOCUPACIÓN

21- ENVIDIA

Es la cólera que genera no poder tener lo que otro tiene. La única manera de obtener lo que queremos es hacer el

esfuerzo para obtenerlo, sin quitar al otro lo que le ha costado su esfuerzo, si lo que el otro ha obtenido ha sido en forma ilegítima, tampoco hay por qué envidiarlo porque no podrá retenerlo y se le cuenta en contra y tendrá que pagar con sufrimiento y sin poder disfrutar lo que tiene.

22- HIPOCONDRIA

23- INDECISION

EJERCICIO DE LIMPIEZA EMOCIONAL

Para guía de las notas musicales, si lo necesita puede ir al siguiente link para escucharlas de un piano:

http://www.bgfl.org/bgfl/custom/resources_ftp/client_ftp/ks2/music/piano/pan_pipes.htm

VOCAL	NOTA	PODER	POSICION
iiiiiiii...	La - A	Clarividencia	Entrecejo
eeeeee...	Sol - G	Clariaudiencia	Laringe
ooooo...	Fa - F	Intuición	Corazón
uuuuu...	Re - D	Telepatía	Plexo solar
aaaaa...	Mi - E	Vidas pasadas	Pulmones
mmm...	Do - C	Poder elemental	Coxis
sssss...	Si - B	Poli-videncia	Coronilla

VOCAL	NOTA	EFEECTO
iiiiiiii...	La - A	Se limpia el cerebro y el pensamiento.
eeeeee...	Sol - G	Corrección del verbo, empleo adecuado del lenguaje, limpieza de la garganta.

ooooo...	Fa - F	Limpieza del corazón, eliminación de sentimientos melancólicos y limpieza sanguínea.
uuuuu...	Re - D	Dstrucción de elementos inhumanos, súcubos e íncubos.
aaaaa...	Mi - E	Recuerdo de sí mismo, búsqueda interior.
mmm...	Do - C	Control de las bajas pasiones y nervios.
sssss...	Si - B	Trasmutación consciente y cumplimiento de la voluntad del universo.

LOS 13 UK'UX (Corazón)

1^{er} • Centro: En la muñeca de la mano izquierda, es donde se recibe e inicia la energía, es la que está más cerca del corazón y la que impulsa el primer torbellino, es energía física y corporal.

2^o • • Centro: En el ganglio de la axila izquierda, donde un conjunto de ganglios genera y transforma el primer impulso y lo convierte en dinámica. Es un torbellino que tiene que ver con la voluntad de la persona, una persona sin voluntad puede deberse a que le esté fallando este centro.


3^{er} ■ ■ ■ Centro: En el ganglio de la axila derecha, donde se genera el inicio de la fuerza del impulso que tiene que ver con la intuición.


4^o ♦ ♦ ♦ Centro: En la muñeca de la mano derecha, donde se genera el torbellino de la fuerza, el caminar, el avanzar, sentir la presencia, el transformar.


5^o — y 6^o — • Centros: En los tobillos izquierdo y derecho respectivamente, son terrenales pero importantes en la percepción de energía, sirven para trascender lo físico y ascender en relación con la naturaleza, impregnan de emociones sutiles y hacen comprender que la energía es más que la luz percibida a través del tiempo.


Las otras 7 tienen casi las mismas connotaciones conocidas.


7^o — • • Centro: En la raíz de la columna vertebral, posee la función física del placer y el dolor.


8°  Centro: Unos 5 cm por encima del anterior, eleva a un nivel emocional superior de auto control.

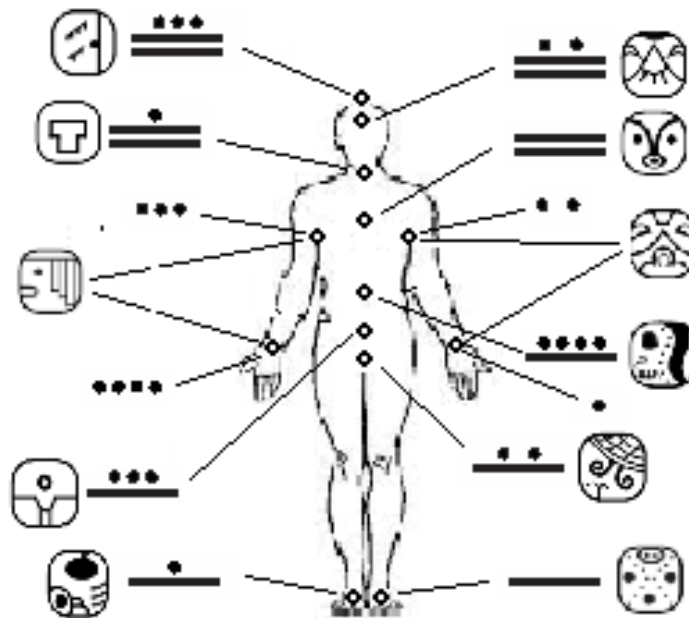
9°  Centro: A la altura del plexo solar, es un orden mental e intelectual, la sensación de pertenecer al mundo de los hechos.

10°  Centro: En el corazón, está en relación con el nivel mental de las personas, sus emociones y su amor.

11°  Centro: En la garganta, donde se genera el auto-confirmación y dominio, la voz clara que esparce sensaciones más allá que el nivel físico, es el canto que trasciende.

12°  Centro: En la glándula pineal, es la percepción y el manejo, el ver con los ojos del alma, el percibir con los ojos cerrados, el soñar y trascender una realidad, la ensoñación que trasciende, es la abstracción del espacio y del tiempo, el saber ver sin estar mirando, es la creatividad y la percepción más allá de lo sensorial.

13°  Centro: Sobre la coronilla de la cabeza, es la conexión con lo espiritual, la trascendencia con lo cósmico, el ir y venir sin estar allá o acá, es la energía en su nivel más alto de manejo. La unión e interdependencia, pensamiento, espacio, tiempo, materia, energía, movimiento y forma, lo que parece ser y ya no es.



LOS NAGUALES Y LAS EMOCIONES:



BAATZ Tocar, agarrar, brazo izquierdo.



EE Comer, región abdominal, 3er chacra.



AAJ Sentir y amar, con los pechos.



IX Caminar, pie izquierdo.



TZIKIN Creatividad y comunicación, brazo derecho.



AJMAQ Oír, oído derecho.



NOJ Pensar, la lengua y su movimiento.



TIJAX Sudor en la cara, metáfora Popol Vu.



KAWOQ Ojos, Mirar.



AJPU Decisión o indecisión en el corazón 4to chacra.



IMOX Coraje, respuesta, región hepática (Hígado).



IIQ Responder, la boca y la respiración 5to chacra.



ACABAL Reír, en la frente, 3er ojo,
la pineal, 6to chacra.



KAT Soñar, bajo vientre 2do
chacra.



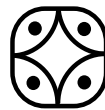
KAAN Placer en los órganos
sexuales externos. 1er
chacra.



KEME Dormir, en la corona de
la cabeza, 7mo chacra.



KIEJ Defecar, en el pie
derecho.



KANIL Equilibrio, oído
izquierdo.



TOJ Orinar, parte del cuerpo
cabello.



T'ZI Oler, nariz.