

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

METAMORFOSIS

REVISTA DIGITAL PARA EL CRECIMIENTO DEL ESPÍRITU

NÚMERO 27

LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA



METAMORFOSIS ESTÁ PATROCINADA POR:



ALCÁNTARA PSICOLOGÍA Y ESPIRITUALIDAD

Alcántara, 67 - 2º B - 28006 Madrid

91 401 55 70 - 627 12 09 47

www.solucionespsicologia.com

mariadoloresdetoro@hotmail.com

SUMARIO



- ✓ **Luna Cósmica de la Tortuga: Página 3**
- ✓ **Meditación del Puente Arco Iris Circumpolar: Página 6**
- ✓ **La Bandera de la Paz a través de la Cultura: Página 9**
- ✓ **Astrología y Alimentación: Página 11**
- ✓ **Lo que viene: Un mundo sin miedo: Página 23**
- ✓ **Las Casas de la Rueda Zodiacal: Los campos de la experiencia humana: Página 31**
- ✓ **La ética del Árbol de la Vida Cabalístico – Décima Esfera: Página 42**
- ✓ **El por qué de recuperar el poder personal en Shamballa; Página 49**
- ✓ **Los cambios de la Tierra nos están salvando: Página 52**
- ✓ **El rincón de la meditación: Página 62**
- ✓ **Perlas de Sabiduría Perenne: Página 67**
- ✓ **Alcántara Psicología y Espiritualidad – Agenda para Julio 2011: Página 71**
- ✓ **Libros recomendados: Página 75**

LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA



El próximo lunes 27 de Junio comienza la **LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA**, la número trece de las lunas o meses que tiene cada anillo del calendario Maya que, según su visión del mundo, comienza el 26 de Julio de cada año.

El Sincronario Maya es un calendario de trece lunas de 28 días cada una, lo que hace un total de 364 días, a los que hay que añadir un día fuera del tiempo: 25 de Julio, para obtener los 365 días con los que nosotr@s nos manejamos según el calendario gregoriano y solar.

A cada día del sincronario maya le corresponden un sello y un tono, relacionados con energías y tareas propias del día, con las que podemos sintonizar y vibrar, tanto física como mental, emocional y espiritualmente. Cada Luna, por lo tanto, comienza con un sello y un tono determinados y termina con otros, siguiendo todos ellos un orden sincrónico y formando una Cuenta Sagrada o Tzolkin.

En la Cosmología Maya hay veinte sellos y trece tonos que, combinados entre sí, hacen un total de 260 posibilidades o energías, todas ellas reflejadas en el mencionado sincronario, que recibe el

METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA AÑO III

nombre de Tzolkin. Esta cifra coincide con el período de gestación humana, que aun hoy en día sigue contándose por lunas en lugar de por meses, recordando también la importancia que tiene este satélite en todo lo relacionado con los líquidos y, por extensión, con la vida, porque es en el medio acuoso donde ésta puede desarrollarse y extenderse.

Los veinte sellos maya se agrupan en cuatro razas: roja, blanca, azul y amarilla, contando cada una de ellas con cinco energías diferentes.

La gran ventaja de esta manera de medir el tiempo, es que todas las lunas duran cuatro semanas completas, de siete días cada una, dándonos una base estructural uniforme, con los consiguientes beneficios internos y externos que esto supone.

Cada una de las cuatro semanas en que se dividen las trece lunas, corresponden a un ciclo solar en el que todos los días incluidos en ella están regidos por un principio:

1. Primera semana: El conocimiento inicia la visión.
2. Segunda semana: La humildad refina la meditación.
3. Tercera semana: La paciencia transforma la conducta.
4. Cuarta semana: El poder madura los frutos.

Para beneficiarnos cotidianamente de las características energéticas y espirituales de cada día, podemos localizar en un sincronario de las trece lunas la fecha correspondiente al calendario gregoriano. En cada día aparecerá un símbolo: el sello o glifo de esa jornada y un número escrito con punto y raya: el tono, relacionados con las cualidades diarias a absorber, manifestar, integrar...

La **LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA** comienza el mencionado **27 de Junio** y termina el **24 de Julio**. A continuación de ella está el día fuera del tiempo: **25 de Julio**, dedicado a celebrar la vida, a meditar y a reflexionar, antes de entrar en el nuevo anillo que comienza el día **26 de Julio**.

La **Luna Cósmica de la Tortuga** es la luna de la perdurabilidad, ya que el movimiento continuo de las metas queda exaltado como un movimiento trascendente, que no tiene sentido en y por sí mismo sino como parte de uno mayor.. Cada forma cumple su propósito y trasciende hacia otras metas de orden evolutivo superior. Sólo puede perdurar aquello que trasciende los límites evolutivos alcanzados con el fin de lograr otros más amplios y elevados. Y aquello que trasciende es precisamente la Esencia, una vez ha realizado su propósito. En consonancia con esto, las preguntas principales que nos plantea la **Luna Cósmica de la Tortuga** son: **¿Cómo puedo trascender para comprender? ¿Cómo puedo expandir mi alegría y mi amor?**

METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA AÑO III

El espíritu animal que guía a esta Luna es la **tortuga**, que con su caparazón de trece sectores es la guardiana del Tiempo de Cuarta Dimensión, tan sutil que no sentimos su transcurrir, como ocurre con el movimiento lento de la tortuga. Todo tiene un comienzo, un desarrollo y un final, sólo para continuar con otra etapa, con otro ciclo de una serie de ciclos que se suceden sin interrupción en el No Tiempo.

Al **27 de Junio** le corresponde el sello de la **Serpiente** (raza roja), relacionado con la fuerza vital, la supervivencia y el instinto, así como el tono **tres** (eléctrico), que representa la actividad, la unión y el servicio. El nombre completo de este día es **SERPIENTE ELÉCTRICA ROJA** y el Kin es el **185**. La frase correspondiente a la misión y tarea de esta jornada es: **Activo mi energía creativa.**

Al **24 de Julio** le corresponde el sello del **Humano** (raza amarilla), relacionado con la libre voluntad, la sabiduría y el influir, así como el tono **cuatro** (autoexistente), que representa la definición, la medida y la forma. El nombre completo del día es **HUMANO AUTOEXISTENTE AMARILLO** y su Kin es el **212**. La frase correspondiente a la misión y tarea de esta jornada es: **Soy concret@ y creativ@ en mi servicio.**

Os deseo una trascendente y expansiva **Luna Cósmica de la Tortuga**, en la que ofrezcáis al Gran Espíritu, con todo el amor de vuestro corazón, cuanto hayáis hecho a lo largo y ancho de las lunas anteriores y, por lo tanto, del anillo de la **Luna Entonada Roja** que también finaliza con ella, para que tengamos la oportunidad de comenzar y vivir un nuevo ciclo, lenta e ininterrumpidamente, sin principio ni final, trascendiendo siempre las metas alcanzadas y logrando cada vez unas cotas más altas de evolución y elevación de la conciencia.

Si queréis celebrar el día 25 de Julio, dedicado al Festival Mundial de la Paz a través de la Cultura, podéis realizar desde el amanecer al anochecer la meditación del puente arco iris circumpolar, que incluyo en el artículo siguiente, así como también participar en algún festival de arte.

Que el **AMOR**, la **PAZ** y la **LUZ** os acompañen y guíen vuestro camino. Namasté y hasta los próximos Anillo y Luna.

María Dolores Sánchez-Villacañas

Muluc Uuk – 189

MEDITACIÓN DEL PUENTE ARCOIRIS CIRCUMPOLAR



Podemos hacer esta meditación sol@s o en grupo, desde el amanecer hasta el anochecer, imaginando a miles de personas alrededor del mundo que nos están acompañando.

Respiramos profundamente, inhalando la energía discordante y de baja vibración, transmutándola en nuestro interior y exhalándola positiva, purificada y con una vibración elevada.

Cerramos los ojos y visualizamos que estamos en el centro de la Tierra. A continuación, visualizamos un gigantesco corazón cristal en forma de octaedro. Cuatro caras del cristal tienen la terminación en punta en la dirección del eje polar Norte. Las otras cuatro se reúnen en un punto alineado con el eje polar Sur. En torno al cristal octaedro gigante está la membrana interior de la Tierra, como un tambor resonando en la superficie de la parte externa de la Tierra.

La mitad del Norte del cristal tiene dos caras rojas y dos blancas; la mitad del Sur tiene dos caras azules y dos

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

amarillas.

Ahora nos vamos dentro del cristal. En el centro de este cristal gigante hay un punto intenso fulgurante de luz blanca. Una columna de luz se extiende hacia el Norte y el Sur, desde el punto central fulgurante, y por las extremidades del octaedro yendo para los polos Norte y Sur en el exterior de la Tierra. Alrededor de ese eje vertical etéreo, magnético, de luz hay dos tubos de flujos entrelazados por los cuales la energía plasmática pasa continuamente. Moviéndose en espiral alrededor de cada uno, como dos hélices de ADN, los tubos de flujo tienen los colores azul y rojo. Ellos emiten plasmas, iones cargados eléctricamente, para el punto fulgurante en el centro de la Tierra.

En secuencia, alrededor del lado del eje Norte de esa columna de luz, con los dos tubos de flujos entrelazados, está el átomo del tiempo rojo. Alrededor del eje Sur de luz está el átomo del tiempo azul. Los átomos polares de tiempo rojo y azul giran en direcciones opuestas: el átomo de tiempo rojo del lado Norte gira en la dirección horaria y el átomo de tiempo azul del lado Sur gira en dirección contraria. Los átomos de tiempo consisten en siete puntos: un punto central, dos puntos en cada extremidad del eje vertical, y dos puntos cada uno - cuatro puntos en total - equidistantes cada uno a cada lado del eje central. Los seis puntos exteriores, de los átomos de tiempo tienen casi el formato hexagonal, de una figura de seis lados.

El plano gravitacional del cristal octaedro emana horizontalmente del centro luminoso fulgurante del cristal, extendiéndose para los cuatro puntos que marcan los bordes del cristal donde se encuentran las cuatro caras del lado Norte y las cuatro caras del lado Sur. El plano gravitacional que conecta estos cuatro puntos es como la base de dos pirámides - una pirámide se extiende de esa base con cuatro caras para el punto Norte del octaedro y de las otras cuatro caras para el punto Sur. A lo largo de ese plano gravitacional, están otros dos átomos de tiempo, exactamente en oposición uno al otro: uno blanco y otro amarillo. Estos dos átomos de tiempo gravitacionales tienen exactamente la misma construcción de los átomos de tiempo polares, rojo y azul, excepto que sus dos puntos axiales están alineados con el plano gravitacional, bordeando sus lados como estaban y perpendicular a los átomos de tiempo polares. Estos átomos del tiempo blanco y amarillo giran como ruedas de palas haciendo un movimiento lento circular, en sentido contrario a las agujas del reloj, de

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

derecha a izquierda, alrededor del punto central de la luminosidad fulgurante.

Una vez hemos visualizado el núcleo de cristal octaedro de la Tierra con sus ocho caras, los cuatro átomos de tiempo, la columna etérica de luz y los dos tubos de flujo, visualizamos que del centro del cristal, una corriente de luz multicolor llena de plasma, se proyecta para ambas direcciones de los dos polos de la Tierra.

Ahora, nos dirigimos del centro de la Tierra hacia un punto afuera en el espacio desde donde vemos toda la Tierra. En cuanto podemos ver el cristal octaedro en el centro de la Tierra, de los polos Norte y Sur la corriente de luz se proyecta hacia afuera para convertirse en un gran puente arco iris doble: el alternador de día y el alternador de noche del campo magnético de la Tierra que se hace visible.

Dos corrientes de arco iris conectan los polos Norte y Sur de la Tierra, exactamente a 180° grados distantes una de la otra. A medida que la Tierra gira lentamente alrededor de su eje, este puente arco iris se mantiene firme, constante e inmóvil. Cuando completamos esta visualización, tomamos toda la Tierra girando en el puente arco iris y la colocamos en nuestro corazón.

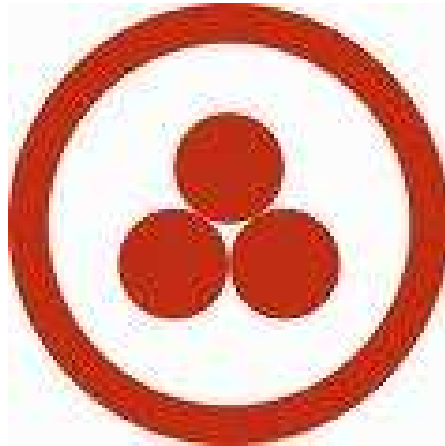
Imaginamos las dos corrientes de luz proyectándose por nuestra columna vertebral, encima de la cabeza y debajo de los pies. Formando un puente arco iris semejante, alrededor del cuerpo, alineando el aura de cada un@. Ahora, nosotr@s y la Tierra somos Uno. El Puente Arco Iris de la Paz Mundial es real. Hay una ciencia detrás de todo esto: Lo que existe primero en la imaginación, siendo visualizado por grupos de personas en una onda telepática de amor, con el tiempo será realidad.

IN LAK'ECH: YO SOY OTRO YÚ

HALA KEN: TÚ ERES OTRO YO

**EL TIEMPO ES ARTE Y EL ARTE ES VIDA: ¡DISFRÚTALOS Y
COMPÁRTELOS!**

LA BANDERA DE LA PAZ A TRAVÉS DE LA CULTURA



Desde tiempo inmemorial, los guerreros han llevado banderas a la guerra. **Ésta es una bandera para la paz.**

Este símbolo es uno de los más antiguos del mundo. Sus tres esferas fueron diseñadas por Nicholas Roerich, como la síntesis de todas las artes, todas las ciencias y todas las religiones dentro del círculo de la cultura. Él definió la cultura como el cultivo del potencial creativo en el ser humano. Creyó que alcanzar la paz a través de la cultura, es un propósito para ser realizado a través de la voluntad humana.

Donde quiera que esta bandera es desplegada, se reconocen los grandes alcances del pasado, del presente y del futuro. Estimula a la persona a esforzarse para realizar su alto potencial, embelleciendo todos los aspectos de la vida. Estimula a cada persona a asumir responsabilidad por la evolución del planeta. Significa ser constructor/a de la paz y simboliza la transformación individual y social. Representa la cooperación: la piedra angular de la cultura planetaria emergente, en todos los aspectos de la actividad humana.

Nicholas Roerich fue un artista mundialmente reconocido, filósofo, arqueólogo y escritor, Creó un tratado internacional: el Pacto de Roerich y la Bandera de la Paz. Proponía que esta bandera ondeara en todos los monumentos históricos e instituciones

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

educacionales, artísticas y científicas, para indicar protección especial y respeto en tiempos de guerra y de paz. Reconoce que los tesoros culturales son de valor duradero para toda la gente, como patrimonio común de la humanidad.

El Pacto fue presentado por Roerich en Nueva York, en 1929, siendo nominado para el Premio Nobel de la Paz. El 15 de Abril de 1935, Franklin Delano Roosevelt presidió la ceremonia en la Casa Blanca en la que, veinte países latinoamericanos y Estados Unidos, firmaron este documento histórico.

Nicholas Roerich dijo: **Creatividad Positiva es la cualidad fundamental del espíritu humano. Demos la acogida a todos aquellos que superen dificultades personales... impulsemos sus espíritus a la tarea de la construcción de la paz, de esta manera aseguramos un futuro radiante.**

**Donde hay Paz, hay Cultura.
Donde hay Cultura, hay Paz.
Nicholas Roerich (1874-1947)**



ASTROLOGÍA Y ALIMENTACIÓN

LOS DOCE SIGNOS ASTROLÓGICOS Y SU ALIMENTACIÓN

Cada uno de los signos astrológicos pertenece, de acuerdo con su composición energética, tanto a un elemento o triplicidad como a una cualidad de la energía correspondiente o cuadruplicidad, formándose así las doce constelaciones astrológicas o campos energéticos zodiacales, comúnmente denominados signos del Zodíaco. Cada uno de ellos resulta de una combinación de los cuatro elementos naturales con las tres modalidades energéticas o cualidades propias de cada uno. La operación es muy sencilla: consiste en multiplicar cuatro por tres, cuyo resultado es evidentemente doce. Cada uno de los cuatro elementos: fuego, aire, agua y tierra se puede expresar de tres maneras o con cualidades distintas: cardinal, fija y mutable, surgiendo de la combinación del elemento con cada una de las tres cualidades una constelación astrológica. Expresado esto geoméricamente da lugar a la Rueda Zodiacal, compuesta por los doce signos astrológicos que tod@s conocemos.

Por lo tanto, como cada uno de los doce signos tiene una composición energética diferente y propia, tanto por los elementos como por las cualidades de esas energías, cada signo, y por lo tanto, cada persona perteneciente a él, tiene que alimentar de una manera diferente y propia su campo de energía, con el fin de que éste funcione de manera óptima, proporcionando salud y bienestar de manera continua. Cuando uno o ambos de estos aspectos se resientan por algún motivo, podrán recuperarse con facilidad si la persona optimiza su alimentación y le proporciona a su cuerpo la energía que necesita y que le resulta naturalmente favorable. De toda la información energética que nos proporciona la Carta Astral de cualquier nativ@, los datos que más debemos tener en cuenta respecto a sus necesidades alimenticias son dos: el elemento y la cualidad energética del signo en el que está el Sol y el elemento del signo que corresponde al Ascendente, lógicamente teniendo también en cuenta la posición por signo de sus planetas regentes, para ver en qué elemento están ubicados. No obstante esto y cuando haya algún otro planeta que tenga una influencia notable en la dieta y la salud, también deberemos tenerlo en cuenta. Si no recargamos la energía básica de nuestros signos solar y ascendente, nuestro sistema energético no estará suficientemente sano ni fuerte, sintiéndonos como consecuencia agotad@s,

METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA AÑO III

irritables y más vulnerables a los trastornos físicos y psicológicos que si lo mantenemos en unas condiciones óptimas.

Tanto un exceso como un déficit en los elementos que nos constituyen como una unidad: triplicidad y cualidad energética, producen un desequilibrio en nuestro interior y, como consecuencia, en la forma de comportarnos, expresarnos y hacer cosas en el mundo. Tod@s necesitamos contar con la debida y justa proporción de las cuatro sustancias elementales: tierra o materia física, agua, aire y fuego, para contar con una personalidad armónica y saludable que nos permita vivir una existencia satisfactoria y plena, individual y colectivamente. Ya decía Hipócrates hace muchos siglos: "Que tu alimento sea tu medicina y que tu medicina sea tu alimento."

Para alimentarnos de forma equilibrada y sana es necesario buscar una dieta que, sobre todo, se adapte a nuestra personalidad, de acuerdo con el elemento de los signos solar y ascendente de nuestra Carta Natal, como hemos visto más arriba. Debemos saber, en primer lugar, que cada signo posee algunas flaquezas que se manifiestan en la alimentación, motivo por el que es fundamental adquirir unos buenos hábitos alimenticios, corrigiendo así también las inclinaciones de la conducta a las que una alimentación inadecuada puede dar lugar.

LOS CUATRO ELEMENTOS Y LOS CUATRO HUMORES O TEMPERAMENTOS

Según la triplicidad o composición elemental que predomine en una carta natal, podemos distinguir cuatro temperamentos:

1. **BILIOSO:** Predomina el elemento Fuego. Los signos de fuego son: Aries, Leo y Sagitario. Proteínas. Actividad. El fuego es un compuesto de energía caliente y seca.
2. **SANGUÍNEO:** Predomina el elemento Aire. Los signos de aire son: Libra, Acuario y Géminis. Carbohidratos. Intelecto. El aire es un compuesto de energía caliente y húmeda.
3. **LINFÁTICO:** Predomina el elemento Agua. Los signos de agua son: Cáncer, Escorpio y Piscis. Agua y alimentos que la contienen. Emocional. El agua es un compuesto de energía fría y húmeda.

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

4. **NERVIOSO:** Predomina el elemento Tierra. Los signos de tierra son: Capricornio, Tauro y Virgo. Grasa. Sentido práctico. La tierra es un compuesto de energía fría y seca.

TEMPERAMENTO BILIOSO. SIGNOS DE FUEGO: AIRES, LEO Y SAGITARIO

Las personas con temperamento bilioso tienen tendencia a padecer trastornos digestivos, hepáticos y estreñimiento, ya que eliminan mal. También son propensas a la hipertensión arterial, palpitaciones, escalofríos, neuralgias, calambres, sequedad en las mucosas. El exceso de fuego produce fiebres, sed, diarreas, hipoglucemia y extenuación, es decir quemarse a sí mismo. Una proporción adecuada da alegría, felicidad y optimismo. Las personas de fuego pueden calmarse con baños y bebidas frías, nadando, tomando helados, leche y quesos.

El elemento fuego se aumenta tomando el sol, comiendo cosas muy condimentadas o picantes, bebiendo alcohol, etc. Si el fuego es débil, la digestión es lenta y difícil, se producen gases, dolores de cabeza y estreñimiento, acidez de estómago o úlceras. La vitalidad disminuye y se depositan grasas en las arterias, hígado, intestinos, vesícula biliar, etc. Esto más tarde se calcifica. La persona que carece de fuego necesita ingerir especias picantes (cayena, chile, pimienta y mostaza), así como alimentos amargos y salados. La carencia de fuego produce más problemas que el exceso, como por ejemplo: baja defensa ante las infecciones, astenia, apatía y debilidad muscular.

TEMPERAMENTO SANGUÍNEO. SIGNOS DE AIRE: LIBRA, ACUARIO Y GÉMINIS

En las personas con temperamento sanguíneo son abundantes la sudoración y la orina. Hay tendencia a padecer problemas circulatorios, gota, reumatismo, arteriosclerosis y congestión cerebral. La carencia de este elemento puede ocasionar desórdenes respiratorios, trastornos circulatorios y agotamiento nervioso, así como también poca vivacidad y coordinación, congestión y desmayos. Se puede intensificar o absorber el aire saliendo cuando hace mucho viento, yendo a un sitio muy seco, subiendo a una montaña o recargarse durante una tormenta, por la electricidad que conlleva este fenómeno meteorológico. El exceso de aire produce ansiedad, inquietud, imposibilidad de estar quieto y de concentrarse, morderse las uñas, insomnio, caída del pelo,

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

adelgazamiento, estreñimiento, hipo, estornudos, espasmos, calambres y enfermedades mentales. Las personas con este tipo de temperamento se benefician mucho tomando jengibre, canela, clavo, menta, ajo, cebolla, limón, aceite, algo de dulce y yogur. En cambio no les van bien los alimentos muy amargos o astringentes.

TEMPERAMENTO LINFÁTICO. SIGNOS DE AGUA: CÁNCER, ESCORPIO Y PISCIS

Las personas con temperamento linfático tienden a un exceso de secreciones, así como a la hipertrofia del tejido linfático y la somnolencia. Sus pies y sus manos suelen estar sudorosos. Presentan problemas de mala eliminación, linfáticos, digestivos, de sequedad y esterilidad. El exceso de agua produce con frecuencia catarros, resfriados, neumonías, congestiones, tumores y quistes, así como una tendencia a engordar, por la retención de líquidos que también suele llevar consigo. Este exceso puede corregirse tomando alimentos especiados con pimienta negra o mostaza, así como también consumiendo habitualmente coles, espárragos, apio, judías verdes, cereales y vegetales de hoja crudos, como las espinacas, las acelgas, los canónigos, la reclusa, etc. Las personas con este temperamento no deben comer mucha carne roja ni tampoco productos lácteos y huevos. El agua conserva y protege el cuerpo y tratar de conservar la longevidad. Se encuentra en el sistema linfático, en la sangre, plasma, secreciones del cuerpo y sistema reproductor.

TEMPERAMENTO NERVIOSO. SIGNOS DE TIERRA: CAPRICORNIO, TAURO Y VIRGO

Las personas de temperamento nervioso tienden al insomnio, a los fenómenos neuróticos y nerviosos, a la anemia y a la pérdida de peso. Su pulso es débil y difícil. La carencia de este elemento puede indicar una mala relación de la persona con su cuerpo, pudiendo caer en el agotamiento y el estrés, ya que no le dan importancia a su estado y lo cuidan mal. También pueden carecer de resistencia y presentar problemas en el aparato óseo y en las articulaciones, propensión a la artritis y gran cansancio. Si hay exceso de tierra la piel es dura y seca, hay demasiado calcio y un cuerpo muy desarrollado. Estas personas tendrán que tomar alimentos estimulantes, amargos y especiados, no deben tomar ajo ni cebolla, ya que su estado de salud podría verse afectado e incluso agravarse si hubiera ya algún síntoma o padecimiento concreto. Necesitan también estimular su curiosidad y su habilidad, así como hacer ejercicio

METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA AÑO III

asiduamente. El elemento tierra responde muy bien a los masajes, a los aromas, a la música y al color. Cuando hay carencia de tierra, son alimentos muy aconsejables las patatas, el ginseng, el regaliz, las alubias y el marisco.

IMPORTANCIA DE LOS CUATRO ELEMENTOS PARA LA ALIMENTACIÓN

Los cuatro elementos de los que se compone todo lo creado son la sustancia energética de la experiencia que, para la Astrología, se divide en doce pautas de energía primaria: los doce signos de la Rueda Zodiacal, indicadora cada una de ellas de unas cualidades específicas de esa experiencia. El elemento que está acentuado en una Carta Astral indica un tipo específico de conciencia y modo de percibir con los que la persona está fuertemente sintonizada. Además, los cuatro elementos son particularmente útiles para entender las características psicológicas de cualquier persona.

1. **FUEGO:** Principio vital cálido, radiante y activo. Puede mostrarse como: entusiasmo, fe, estímulo, y fuerte impulso a la expresión del yo. El calor y la luz del Sol son buenos ingredientes para alimentar y fortalecer este elemento.
2. **AIRE:** Mente, percepción y expresión, asociadas sobre todo a la interacción personal, las formas de pensamiento geométrico y las ideas abstractas. El aire fresco del campo y de la montaña, o como mínimo de algún parque o jardín cercano, alimentan y fortalecen este elemento.
3. **AGUA:** Principio refrescante y curativo de la sensibilidad. Responde a los sentimientos y siente empatía hacia l@s demás. Pasear cerca de ríos, lagos, mar o fuentes y más aún nadar o bañarnos en ellos, contribuye a sintonizar con este elemento y a absorberlo.
4. **TIERRA:** Afinidad con el mundo de las formas físicas. Habilidad práctica para usar y mejorar el mundo material. Andar por el campo o, cuando menos, por la tierra de un parque y cultivar el jardín son buenas maneras de arraigarnos a la tierra y abastecer nuestro organismo de este elemento.

SIGNOS DE FUEGO: ARIES, LEO, SAGITARIO

CONCEPTO CLAVE: Energía radiante, confianza e iniciativa.

CARACTERÍSTICAS Y PALABRAS CLAVE: Impulsividad temeraria, gran vitalidad, entusiasmo, fuerza, franqueza e incluso brusquedad, extraversión,

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

libertad de expresión, fuerza de voluntad, iniciativa, exaltación, impaciencia. Las personas pertenecientes a estos signos viven en un estado de actividad muy excitada e inspirada. Conservar ese estado del ser es crucial para que se mantengan y sientan sanas y felices. Son nativ@s motivad@s por sus inspiraciones y aspiraciones. El yo se siente como una proyección del Principio de la Vida dentro de la Naturaleza y actuando sobre ella. Procuran experiencias de índole positiva en el campo de la acción.

SIGNOS DE AIRE: LIBRA, GÉMINIS, ACUARIO

CONCEPTO CLAVE: Percepción mental, discernimiento y expresión.

CARACTERÍSTICAS Y PALABRAS CLAVE: Vida centrada en la mente, viva imaginación, racionalización, desapego y perspectiva, anhelo de ser comprendid@, expresión verbal, necesidad de relacionarse y sociabilidad, curiosidad, conciencia de l@s demás como seres individuales, conceptos y principios. Quienes pertenecen a estos signos viven en el reino abstracto del pensamiento, de manera que un pensamiento es para ell@s incluso más real que un objeto material. Están motivad@s por sus conceptos intelectuales y perciben la naturaleza como algo que ha de entenderse y utilizarse, siendo imprescindible la comprensión para una utilización completa y correcta de los elementos que la forman, con el fin de mejorar la vida y de lograr una buena perspectiva sobre los procesos naturales espontáneos.

SIGNOS DE AGUA: CÁNCER, ESCORPIO Y PISCIS

CONCEPTO CLAVE: Emoción profunda, empatía y respuesta a los sentimientos.

CARACTERÍSTICAS Y PALABRAS CLAVE: Sensibilidad, comprensión de la realidad del inconsciente y/o del consciente de la realidad, intuición, purificación y purgación, sensibilidad psíquica, reflexión profunda, reserva y necesidad de intimidad, capacidad para prestar servicios compasivos, necesidad de un vínculo emocional con otras personas. Las personas pertenecientes a los signos de agua viven en sus sentimientos, siendo su estado emocional el que determina su conducta, mucho más que cualquier otra faceta de la vida. Est@s nativ@s están motivad@s por sus anhelos emocionales más profundos. El yo, proyectado dentro de la naturaleza, se concibe como proclive a sufrir y a necesitar protección. Son personas que ayudan a preservar la vida y que son capaces de entrar en la profundidad de los sentimientos ajenos, empatizando y armonizándose con lo que sienten quienes les rodean, una aptitud que puede ser tanto un guardián útil como un

METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA AÑO III

enemigo artero, según el grado de evolución y desarrollo emocional con el que cuente el/la nativ@.

SIGNOS DE TIERRA: CAPRICORNIO, TAURO, VIRGO

CONCEPTO CLAVE: Habilidad práctica para utilizar el mundo material.

CARACTERÍSTICAS Y PALABRAS CLAVE: Afinidad con el mundo físico, intensificación de los sentidos físicos: vista, oído, olfato, gusto y tacto, espíritu práctico, paciencia, autodisciplina, tenacidad, cautela, dependencia, premeditación, convencionalismo. L@s nativ@s de estos signos se afirman en y con el mundo material que, junto con la supervivencia y la producción, se consideran más reales que cualquier otro aspecto de la vida. Estas personas están motivadas por sus necesidades materiales y ven la naturaleza como un extraordinario campo para manifestación de la vida. Gracias a y a través de su armonización instintiva con el mundo material, pueden ayudar a sostener la vida a través de la utilización y el dominio de los procesos materiales.

ALGUNAS PAUTAS ALIMENTICIAS PARA LA SALUD DE CADA SIGNO ZODIACAL

Veamos ahora qué tipo de alimentos sintonizan y armonizan más y mejor con cada uno de los doce signos zodiacales, siguiendo el mismo esquema del apartado anterior.

SIGNOS DE FUEGO: ARIES, LEO Y SAGITARIO

L@s nativ@s de signos de fuego comen desmedidamente los fines de semana y en vacaciones, ya que en los momentos de ocio les gusta degustar succulentos manjares, restringiendo la alimentación durante la semana o en épocas de mayor exigencia, inclinándose por la comida frugal y rápida. Estas personas son activas y fuertes, se mantienen delgadas durante la juventud y se inclinan a tener su cuerpo bien trabajado. Les cuesta seguir una dieta, pues ésta requiere disciplina, algo que no les gusta, al igual que les ocurre con la rutina. Por ser poco pacientes, intempestiv@s y ansios@s, a estas personas les resultan más positivas las dietas cortas, fáciles de preparar, sin grandes complicaciones y que no les exijan buscar ingredientes raros. El consumo de alcohol, azúcar y grasas es su mayor debilidad, ocasionándoles problemas en el hígado y en la piel. Veamos algunas recomendaciones específicas para cada uno de estos signos:

METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA AÑO III

ARIES (FUEGO CARDINAL). Necesita una dieta variada que aporte una buena cantidad de fosfato de calcio, sales minerales y hierro, así como también frutas, sobre todo plátanos y manzanas; verduras frescas y crudas: tomates, coliflor, cebollas, alubias, pepinos, espinacas, lechuga, lentejas, aceitunas y calabaza. También deben tomar avena y soja. Dar una caminata después de cenar es un excelente ejercicio físico para est@s nativ@s.

LEO (FUEGO FIJO). Es imprescindible evitar el consumo de sal y de grasas, así como agregar a la dieta el ajo y la cebolla. También deben descartar el té y el café, moderar el consumo de alcohol y agregar pollo, berenjenas y arroz integral a su dieta habitual. Las ensaladas frescas, las espinacas, el repollo, la remolacha, los espárragos y las zanahorias son muy recomendables para est@s nativ@s. Para reducir la tensión del corazón son imprescindibles las naranjas, las manzanas, las ciruelas y las peras. El trigo entero, los productos derivados del centeno, las semillas de girasol, el coco, el arroz, la yema de huevo, las lentejas, la leche entera y el yogur son otros alimentos muy necesarios para l@s Leo. El ejercicio físico regular contribuirá a mantener la tensión dentro de unos límites adecuados.

SAGITARIO (FUEGO MUTABLE). Su punto débil es el hígado, por lo que es conveniente evitar las frituras. Es bueno consumir, por lo menos una vez al mes, abundante zumo de limón para desintoxicar el hígado. Deben descartar el tabaco y el alcohol, ya que les ocasionaría problemas en la piel y en el hígado, e incluir en su dieta el consumo de muchas frutas y hortalizas frescas, como por ejemplo: tomates, espárragos, patatas, remolacha, naranjas, ciruelas, fresas, cerezas y manzanas. Es importante que aprovechen la piel de todos estos alimentos, por la gran cantidad de nutrientes que contiene, y que coman también ensaladas crudas, cereales de grano entero, pescados, huevos, pimientos verdes, leche y sus derivados. Las proteínas, siempre que no sean consumidas en exceso, también son necesarias para l@s sagitari@s. El agua es igualmente muy necesaria para ell@s y deben evitar las comidas con mucha grasa, las salsas, las cremas, la mantequilla y el chocolate. Tampoco deben tomar alcohol, ya que les produce problemas en la piel y en el hígado. Un buen ejercicio físico para est@s nativ@s es dar paseos diarios al aire libre.

SIGNOS DE AIRE: LIBRA, ACUARIO Y GÉMINIS

L@s nativ@s de signos aéreos suelen olvidarse de seguir una dieta saludable, especialmente cuando se encuentran en tiempos difíciles. Son personas que se aburren con lo previsible, ya que

METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III

su temperamento es nervioso e inquieto. Carecer de disciplina y orden son sus mayores complicaciones a la hora de seguir una alimentación adecuada. Los problemas de peso que suelen tener las personas de Libra se deben a que les gusta disfrutar de las fiestas, las salidas y las reuniones, mientras que l@s Géminis y Acuario tienden a alimentarse mal, sin respetar tampoco los horarios. A veces comen desmesuradamente o bien se saltan las comidas, lo que da lugar a alteraciones en su peso. A este desorden hay que añadirle la impaciencia y la ansiedad, por lo que son ideales para ell@s las dietas cortas cuando se proponen adelgazar. Su dieta habitual tendría que incluir seis o más comidas diarias, además de beber mucha agua, para preservar una piel radiante y sana. Un gran complemento recomendable para ell@s es la meditación y el yoga.

LIBRA (AIRE CARDINAL). Es necesario el consumo de abundante líquido, principalmente agua, para el buen funcionamiento de sus riñones, una de las zonas corporales más sensibles y propensas a enfermar de est@s nativ@s, sin pasar de los ocho a diez vasos diarios. Deben descartar el café y en su dieta habitual no deben faltar los limones, las naranjas, el arroz integral, los quesos y las frutas frescas. Es aconsejable el consumo moderado de proteínas y una dieta baja en grasas y azúcares. Alimentos que deben tomar asiduamente son: mariscos, pescados, ensaladas, manzanas y peras. Son también recomendables las almendras, espárragos, arroz castaño, trigo, harina de avena, rábanos, queso con poca grasa, panes de grano enteros, maíz, tomates, y espinacas. Las bebidas alcohólicas y con gas afectan negativamente a los riñones, por lo que deben evitar consumirlas. El descanso es muy importante para l@s Libra.

ACUARIO (AIRE FIJO). Es necesario aumentar el consumo de cereales y hortalizas., evitar las carnes rojas y agregar a la dieta pescados azules, como las sardinas y el atún. No deben comer la comida muy salada ni muy grasa, pero sí debe tener un alto contenido de proteínas. Alimentos imprescindibles en su dieta son: naranjas, melocotones, tomates, zanahorias, rábano, lechuga y espinacas. También son importantes en la dieta diaria los pescados de mar, las nueces, el trigo entero, los huevos, la leche, el queso y el yogur. Es muy importante la Vitamina C, para mantener en buen estado las venas de las piernas. Y se recomiendan asimismo los té de hierbas. Deben evitar el café y el chocolate, porque les ponen nervios@s, así como la comida muy picante. Tomar mucha agua durante el día, especialmente cuando están trabajando, es también muy necesario para est@s nativ@s.

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

GÉMINIS (AIRE MUTABLE). Es importante la variedad en la dieta, para que no se aburran, así como también comer lentamente. Deben consumir alimentos que contengan calcio: leche, queso, yogures para favorecer la salud de sus huesos. La soja y las verduras no deben faltar entre sus alimentos habituales: espárragos, legumbres verdes, zanahorias, tomates, espinacas, coliflor, lechuga y rábanos, así como tampoco las frutas: naranjas, ciruelas, melocotones, manzanas... También deben consumir arroz, pescados y almendras. El café y el té no son buenos para su salud. Además de la relajación y la meditación, el Hatha Yoga es el mejor ejercicio para l@s geminan@s

SIGNOS DE AGUA: CÁNCER, ESCORPIO Y PISCIS

En momentos de estrés o crisis, las personas pertenecientes a alguno de los signos acuáticos suelen comer en exceso. Las emociones son un obstáculo muy determinante en est@s nativ@s ya que, según como estén sentimentalmente: animad@s, tristes o preocupad@s, pueden pasar de no probar el alimento a comer desmesuradamente para desahogarse. Además, suelen comer las mismas comidas, ya que son proclives a comportamientos adictivos. Son capaces de lograr el equilibrio sólo cuando las cosas les salen bien y se entusiasman, concentrándose plenamente en las actividades que realizan. Es importante para ell@s controlar el consumo de sal en las comidas, por su tendencia a la retención de líquidos. Es muy común en estas personas el exceso de peso, ya que no les gusta el ejercicio físico. Las actividades en este terreno más recomendables para las personas de agua son la natación, las caminatas largas, a ser posible cerca del mar o de algún río, y el ciclismo. Algunas recomendaciones alimenticias para cada uno de estos signos son las siguientes:

CÁNCER (AGUA CARDINAL). Dieta a base de frutas con poca agua, yogur y yodo. Se deben descartar las grasas, las harinas, el almidón y los azúcares. Es conveniente que beban mucha agua dos horas antes de cada comida. Las infusiones de manzanilla y de limón son muy útiles para paliar la retención de líquido. Entre las verduras favorables para las personas Cáncer están los tomates, la remolacha, la zanahoria y la lechuga. Entre las frutas están las manzanas, los plátanos y las cerezas, así como el consumo regular de zumo de naranja. Las yemas de huevo, el centeno de grano entero, los pescados, la leche y el queso deben estar habitualmente en su dieta. En general deben ingerir alimentos con poca grasa, muchas proteínas y vitaminas. El ejercicio físico regular es también muy necesario para est@s nativ@s.

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

ESCORPIO (AGUA FIJA). En su dieta no deben faltar las fibras, el pan de salvado, los cereales ni las uvas. Deben renunciar a las frutas abundantes en agua, los dulces y las especias. Son importantes las zanahorias, espinacas, tomates, quesos, avena, miel de abejas, lechuga, brócoli, ajo, cebolla, coliflor, espárragos, rábanos, tomates, higos, manzanas y plátanos. Menos consumo de pollo y carne. También son recomendables los mariscos, los panes de grano enteros, las ensaladas verdes, las almendras, el germen de trigo, y las nueces. Son imprescindibles en la dieta diaria la leche, el yogur y el queso. El agua filtrada también es importante. L@s nacid@s bajo el signo de Escorpio deben decir no al alcohol, el té y el café, porque son tóxicos para su sistema digestivo. Nadar es el mejor ejercicio para l@s escorpián@s.

PISCIS (AGUA MUTABLE). Su buena salud está relacionada con una dieta bien equilibrada. Necesitan reforzar el desayuno, que debe ser abundante y nutritivo. La dieta habitual debe ser rica en proteínas pero baja en grasas y azúcar, incluyendo: cereales de grano entero, cebada, pescado, queso natural, nueces, huevos, yogur, leche, espinacas, arroz, legumbres, nueces, almendras, acelgas, cebollas, naranjas, uvas y manzanas. Deben reducir el consumo de pollo y eliminar los quesos fermentados y la fécula como componentes de la cena. Beber agua en abundancia es imprescindible para l@s piscin@s. También es muy importante que consuman a diario zumos de frutas naturales y que eviten completamente productos como el café y el alcohol. La natación es el mejor ejercicio para las personas nacidas bajo este signo.

SIGNOS DE TIERRA: CAPRICORNIO, TAURO Y VIRGO

L@s nativ@s de los signos terrestres son proclives a los placeres de la buena mesa y se deleitan con la comida, por lo que es importante que no se impongan restricciones estrictas en ella, ya que la disfrutan mucho y a veces se convierte en un buen entretenimiento. Debido a su introvertido y tranquilo temperamento, su autoexigencia, su disciplina y persistencia, les cuesta mucho cuestionar o quejarse a la hora de cumplir cualquier plan de alimentación. Son personas prácticas y disciplinadas que cuando se proponen adelgazar lo consiguen. Es necesario que cuiden su postura, ya que su estructura corporal es delicada. Las tensiones nerviosas suelen ocasionarles trastornos digestivos y el sedentarismo es su punto débil. Debido a su lento metabolismo deben examinar muy bien el plan alimentario. Los alimentos que consuman deben

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

ser ricos en calcio, como los productos lácteos, frutas y pescados. Algunas recomendaciones alimentarias para cada uno de estos signos son éstas:

CAPRICORNIO (TIERRA CARDINAL). Es necesaria la incorporación de alimentos que contengan la vitamina E: aceites vegetales, germen de trigo, verduras de hoja verde e hígado, así como también proteínas y calcio. Una buena dieta para l@s capricornian@s debe incluir trigo entero, avena, almendras, huevos, pescado, verduras crudas en general, leche y derivados, patatas, guisantes, espinacas, zanahorias y tomates. Las frutas que mejor les van son los higos, las naranjas, los plátanos, las peras y las manzanas. También deben tomar diariamente zumos de fruta y de zanahoria. Deben prescindir de comidas muy sazonadas y picantes, que afectarían a su intestino, así como reducir el consumo de chocolate y de azúcares. El yoga y las largas caminatas son los mejores ejercicios para est@s nativ@s.

TAURO (TIERRA FIJA). Es importante el consumo de vegetales y de cítricos. Es conveniente eliminar las carnes con alto contenido graso y el consumo de huevos. El plátano, la papaya, la jalea real con ginseng y la miel, son recomendados como postres para est@s nativ@s, así como también las naranjas, las uvas y las cerezas. Entre las verduras son muy recomendables la remolacha, los espárragos, la coliflor, los pepinos, las cebollas y la calabaza. Los pescados y mariscos ricos en yodo natural son muy favorables para el funcionamiento de su glándula tiroides. Andar mucho, bailar, nadar y practicar yoga son actividades físicas muy recomendables para l@s Tauro.

VIRGO (TIERRA MUTABLE). Tienen que despedirse del café y en el desayuno es preciso, por su metabolismo, que consuman abundante fruta: naranjas, plátanos, cerezas, melones y manzanas, especialmente. Deben reducir el consumo de carnes rojas y agregar a la dieta habitual dátiles, brócolis, alcachofas, arroz integral, huevos, pan de maíz, queso blanco, trigo entero, aceite de germen de trigo, almendras y yogur. La miel es un buen reconstituyente de la piel. El mejor remedio para las erupciones superficiales, a las que también son propens@s, y la caspa, es incluir el limón en su dieta. El té de hierbas también es bueno para su estómago. Es aconsejable no comer mucho chocolate, ya que puede dañar su sistema digestivo y causar desórdenes en la piel. Cuando necesitan tomar algún medicamento estas consideraciones deben ser tenidas en cuenta. Los paseos al aire libre, la música y la danza son unos buenos aliados para la salud de l@s Virgo.

María Dolores Sánchez-Villacañas

LO QUE VIENE: UN MUNDO SIN MIEDO

Es un tiempo en el que estamos a punto de movernos de un modo de ser a otros completamente diferentes. No podemos ver eso ahora mismo; podemos hacer alusión a eso, SENTIRLO, ver que hay enormes cambios que ocurren alrededor de nosotros, pero el tipo de cambio que está por ocurrir va a ser bastante sorprendente para la gente porque son de una naturaleza diferente a lo que nos estamos encaminando. Es de una naturaleza en la que las viejas formas, las formas con las que estamos familiarizados, comienzan a DISOLVERSE a maneras que son un tanto desconcertantes. Al mismo tiempo, nuevas formas comienzan a reemplazarlas, que son muy refrescantes porque son amorosas, amables y fáciles.

Son el tipo de cosas que las mamás les hacen a los chicos, saben... y las ideas que nosotros hemos sostenido, como por ejemplo la guerra de las galaxias, tenemos la idea de que en el Universo están peleando unos contra otros, vamos a descubrir que esto no es cierto, que en realidad el Universo es un ser vivo, consciente, y muy, muy viejo que se ocupa de lo que le ocurre a sí mismo de muchas maneras. Entonces, como dije, las ideas de la guerra de las galaxias sólo son un miedo mental atávico de los humanos. En verdad, el universo hace todo lo que puede para ayudarse.

Estamos entrando en un tiempo en donde eso va a resultar obvio. Donde parezca no haber esperanza, va a aparecer el apoyo, y donde todo parezca como que no hay salida, vamos a encontrarla. Vamos a ver la luz para atravesar la oscuridad. Es un tiempo de gran esperanza en el que estamos entrando. Los Mayas, cuando hablan de este tiempo lo llaman El Fin del Tiempo, porque es el fin de un ciclo muy largo de tiempo, y el comienzo de un nuevo ciclo. No es que todo llega a un final, es el fin de un ciclo y el comienzo de otro. Pero... depende de qué parte del ciclo estén hablando los Mayas. Si lo hacen de la parte vieja del ciclo, que es aquello con lo que estamos familiarizados: los sistemas bancarios, las religiones, los gobiernos, y todo este tipo de cosas, eso se va a volver extremadamente inestable; y, si ellos están en lo correcto, va a caerse a pedazos, completamente y a disolverse.

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

Lo mejor es que en su lugar habrá una forma de ser completamente nueva. Una forma que no hemos visto en la Tierra, ni en la vida de prácticamente nadie por miles y miles de años; donde el miedo desaparece. Estamos cerca del final de la polaridad y dualidad con las consecuentes ideas del Bien y el Mal; toda la estructura de lo que significa el Bien y el Mal, lo que es mucho más complejo. Si miran a la idea del Bien y de Mal o lo Bueno y lo Malo, no importa en cuál de las polaridades se ubiquen, verán también que hay una tercera. Tienen caliente y frío, y entonces existe tibio; arriba y abajo, estando también el medio. Si ven Sol, Tierra, está la Luna.

Si ven hombre, mujer, está el niño. Nuestro tiempo es pasado, presente, futuro; el espacio es en los ejes X, Y, Z. Todo es una función de cómo estamos interpretando la realidad: Como Una. Y esa realidad Una, no va a cambiar... pero nuestra conciencia es la que sí va a cambiar. Cuando lo haga, vamos a dejarla caer, y no vamos a verla más. En lugar de eso, vamos a ver la Unidad de toda la vida.

En la percepción de eso, cuando la percepción cambia, entonces lo cambia todo. Nuestra sensación de carencia, necesidad o imposibilidad, o las cosas que tenemos que SANAR, todas esas cosas desaparecerán; simplemente se terminarán. Entonces, nos damos cuenta que el Universo todo es un Ser Viviente y que sólo hay un Espíritu moviéndose a través del Todo, así como una sola conciencia. Una forma nueva de percibir entra en la vida sobre la Tierra y nosotros, en nuestra vida actual, vamos a experimentar esto. Quiero decir, justo ahora, en este momento. Parece que no puede ser, ¡el mundo está loco, todo está cada vez peor! Siempre hay guerras tratando de matarse unos a otros; los sistemas financieros están a punto de romperse completamente; y así todo...

No es eso lo que los ancianos están diciendo en este planeta, lo que dicen es: "finalmente hemos entrado a este lugar, y estamos a punto de ver algo completamente nuevo". Aunque es muy viejo, en verdad no es nuevo para nada. No es que haya una misión, no es que haya que hacer nada; se trata de transformación. Es vibración. Es la condición de SER, más que de hacer. El hacer, ese "tengo que hacer esto o lo otro, o lograr algo" es parte de la conciencia de polaridad.

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

Pronto vamos a estar en un estado, al que en realidad ya hemos entrado; es un bebé que todavía está creciendo. La sola idea de necesitar hacer algo para lograr algo, o que necesitamos algo porque sentimos que nos falta, va a ser obsoleta. Esas ideas no van a ir más con nosotros porque vamos a tener la habilidad de lograr cualquier cosa instantáneamente; en cualquier nivel INIMAGINABLE de la existencia.

Estamos a punto de lograr el control del Sueño del Corazón, lugar en donde ocurrió la Creación, en primer lugar. Nosotros creemos que estamos viviendo en un planeta que flota alrededor del Sol. ¡No es cierto! ¡No hay planeta; no hay Sol! No hay nada, es pura conciencia y nada más... Las imágenes que estamos mirando, las estrellas, los planetas, las lunas y todo, son en realidad un sueño que fue creado en el corazón hace mucho tiempo. Cuando entremos nuevamente en el estado del Corazón Viviente, y comencemos a soñar del modo que lo hacíamos hace millones de años, nos daremos cuenta de que podemos cambiar cualquier cosa.

Al comienzo, cuando eso ocurre, es grandioso; la gente se entusiasma muchísimo, en realidad usualmente lo que pasa - y esto lo hemos visto ocurrir esto en otros planetas, en otros lugares y otros tiempos decimos ¡Wau! Y sí, es verdad que comienzan a corregir todas las cosas en sus cuerpos, sanando todo, obteniendo todo tipo de dinero y lo que creen que necesitan, para luego darse cuenta de que hay mucho más que eso, dejando todas esas cosas al borde del camino...

Lo que hacen es ponerse realmente hermosos porque podemos cambiar cualquier cosa que queramos, el cuerpo es solo una imagen. Llegamos al punto de darnos cuenta que hay mucho más. Es en ese punto donde el nuevo ciclo comienza. Es una etapa y es un camino... nosotros estamos en el pasado de este viaje que ya ocurrió. Lo que la vida está a punto de hacer es algo que nunca ha hecho antes, nunca. Es la primera vez desde la Creación de todo, que ha decidido ACELERAR las cosas.

Entonces, en lugar de que lleve millones de años el hacer estos diferentes niveles o pasos, van a ser hechos -a veces- en minutos. Estamos a punto de ir a la velocidad de la luz a través de la evolución, y a través de muchos, muchos niveles que normalmente toman miles y miles de millones de años para lograrse. Vamos a alcanzar esto muy rápido. Desde el punto de vista de la experiencia, como en dos años

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

terrestres, de lo que normalmente tomaría de 10 a 15 mil millones de años para llegar allí, lo que vaya a ocurrir es entre La Fuente, El Creador Padre-Madre, Dios.

Para entonces nos daremos cuenta de que somos Dios. La habilidad de CREAR, que es nuestro derecho de nacimiento, es lo que la Tierra está a punto de RECORDARNOS. La vida en la Tierra no es un proceso de aprendizaje sino un proceso de recordar. Nosotros, lentamente, gente en todo el mundo, vamos a recordar de qué se trata esto. Veremos cómo el mundo comienza a cambiar de formas, pero no vamos a recordar la forma antigua, a menos que sean parte de la creación... y lentamente vamos a entrar en otra forma.

Siempre sabemos que la forma que será creada será una buena forma porque el corazón nunca hará nada que sea en detrimento de nada. El corazón sabe que toda la vida es una. No piensa en polaridad, nunca piensa que yo, que tú estás afuera. Busca siempre una imagen que sea buena para toda la vida en todas partes. Así que este proceso no es uno que tenga miedo involucrado en él, en absoluto.

Este proceso es usado por los bebés y los niños. Desde el punto de vista hindú, esto es llamado los siddhis, son los poderes. Inicialmente hay un peligro: ustedes pueden entrar en ciertos niveles, de forma mental, desde el cerebro solamente -sin la participación del corazón- o sea a través del ego, mientras el ego esté intacto y al mando. Si ustedes no pueden sacarlo del medio, y el ego se apodera del proceso, se convierte en un asunto serio porque pierden una enorme oportunidad; por eso los hindúes dicen que es peligroso. Pueden perder la vida espiritual por un tiempo, aunque de todas maneras regresarán, ya que Dios vive en cada uno; no hay tal cosa como estar perdidos para siempre. Pueden hacer un giro en el camino, pero siempre regresarán (...) El cerebro puede crear sueños que no son lindos, y en una manera es cierto en otro nivel.

Puede controlar a la gente, por eso está la polaridad. La polaridad está por disolverse; no tendremos acceso a ella. La razón de esto es porque para que pueda existir la polaridad tiene que existir una Rejilla Electromagnética alrededor de la Tierra, la que está a punto de ser quitada del planeta.

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

El único acceso que tendremos es por formas antiguas que es la UNIDAD, que es lo que los pueblos indígenas sostienen, o la forma nueva que sostiene un nivel más elevado de la Rejilla de Unidad, entonces vamos a estar en uno de esos dos; aquí no va a haber uno en el medio. Por lo tanto, una vez que esa rejilla sea descartada, lo que ocurrirá en breve, el mundo va a moverse hacia adelante en una forma positiva y hermosa. Mis maestros en todo el mundo, los pueblos indígenas con los que trabajo, todos están al unísono en este momento. Todos me dicen: "dilo, porque esto va a suceder".

Gaia puede hacer cualquier cosa en verdad. Ella se lo muestra a las personas que siente que está bien mostrárselo. La he visto hacer cosas prodigiosas -yo sé que ella es consciente; está plenamente consciente de cada pequeño detalle en el planeta- ella va a hacer cambios. Y lo que los pueblos indígenas sienten, es que va a haber muchas personas que van a dejar la Tierra. Esto no es nada malo, es sólo que sus espíritus van a moverse dentro de un área de espacio-tiempo y dimensión que es familiar para ellos.

Para hacer el tipo de cambios que van a suceder, en otras palabras: el regreso a casa, porque venimos de allí antes. Para los que queden, y en realidad no será una gran cantidad de gente, serán todavía cientos y cientos de millones de personas.

Quienes queden se conectarán con sus corazones; se transformarán en un único ser viviente. Dicen que la tierra se transformará en una nave espacial, a la que llevaremos volando a una forma nueva de Ser de la conciencia Melchizedek. La órbita del planeta cambia, y cambia la forma en la que percibimos la realidad. Hemos estado variando la órbita desde 1972. Sé que hay mucha preocupación en la gente por los cambios rápidos. Están preocupados de que no tengan comida ni agua, o que morirán por desastres, etc. pero no es eso lo que en realidad está ocurriendo.

Es una transformación en conciencia a nivel planetario; está pasando en todos lados, no sólo aquí en la tierra, es en todos lados. Es todo el universo que está atravesando una gran transformación. Si lo entendieran realmente, sabrían que no hay nada que temer en absoluto; finalmente, vamos a alcanzar un nivel de cambios que van a ocurrir muy rápidamente. La MAGIA llenará el aire.

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

Si la Madre Tierra no quiere que ustedes se vayan, y quiere que sean parte del nuevo lugar, no pueden hacer nada para irse, no importa qué sea lo que hagan; porque ella se asegurará de que no sean lastimados. Pero si se supone que tengan que irse -porque ustedes así lo han decidido- entonces se irán.

Cualquiera de las dos opciones es una bendición. Dios vive dentro de cada uno... y no pueden dañar a Dios. Solo estamos entrando en una forma de ser que es totalmente ajena a nuestra forma de pensar, desde los últimos 13.000 años... hemos estado en la conciencia de polaridad por largo tiempo. En esta conciencia están por su cuenta, tienen que protegerse, que hacer todo; no es acerca de ninguno de ese tipo de cosas. Es sólo sobre TRANSFORMACIÓN.

Una vez que entremos en esta transformación, y nuestro proceso de RECORDAR entre a funcionar, diremos: "Ah, sí, ahora recuerdo, todo está claro..." Tenemos que entender que toda la vida es UNO, está totalmente interconectada; se sostiene a sí misma.

Todo dentro de la galaxia es como un ser viviente, hay áreas que son el corazón, el hígado, los riñones, realizan funciones; nosotros hacemos esto para ustedes, es una corriente de energía... y no hay nadie ahí tratando de matarse mutuamente. Hay pequeñas partes de cosas que están atravesando transformaciones que todavía no entienden, pero el 99% están ahí para apoyarse mutuamente. Nosotros estamos rodeados en este momento por unas 250.000 culturas del espacio... que nos aman. Están deseando lo mejor para nosotros; les importamos.

En el momento apropiado vamos a verlos. Y sabremos que el mundo no está ahí para atraparnos. No es de esa manera. Nos daremos cuenta de que hay mucho más con relación a la vida, de lo que jamás soñamos. Y será una REVELACIÓN asombrosa.

Porque el mundo está tan metido en el miedo ahora mismo, con tanto temor y tan perdido; no sabe cómo hacer las cosas. Todos los temas de control que están por todas partes, la falta de alimentos y así sucesivamente. La multiplicidad de vida está por darse a conocer sobre la Tierra, y será literalmente conocida, eso ya está aquí. Sólo

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

tienen que respirar... mantenerse conectados a la Madre Tierra, al Padre Cielo y no preocuparse por nada, no importa lo que parezca. Todo pasará y la Luz comenzará a entrar

La vida es entera, completa y perfecta, no le falta nada y siempre ha sido así. Somos nosotros los que hemos elegido experimentarla de varias formas. Lo hacemos en un nivel particular de conciencia llamado Bien y Mal, lo que quiere decir todas las posibilidades buenas y malas. Lo experimentamos, y ya está terminado el experimento. Ahora vamos a REGRESAR a algo que ya ha sido probado.

Somos este experimento que hemos estado haciendo por los últimos 13.000 años. En realidad se extiende un poco más, va hasta un poco más de dos mil años. ¿Dónde encaja eso en la ecuación mayor de la conciencia? No estoy seguro, pero era una de las posibilidades y lo hicimos, pero ahora estamos en el final. Así que sólo relájense. Todos los que están en la tierra vinieron de otra parte. La Tierra es un planeta nuevo que está en el borde de la galaxia. Ha estado allí por 5 mil millones de años, y el universo tiene por lo menos 16 mil millones de años. Esto es lo que podemos probar, pero puede ser más viejo.

Así y todo nuestro espíritu es infinitamente más viejo: no ha habido un tiempo en el que no hayamos existido, como nunca habrá un tiempo en el que no existiremos. Lo que quiere decir que todos vinimos de alguna otra parte. Somos Et's. Los delfines también lo son; vinieron de Sirio con las ballenas. Muchos Pleyadianos están aquí desde hace mucho. Gente de Aldebarán... y de todos otros lados se han encontrado aquí.

Exactamente cómo van a hacerlo estas distintas razas, no lo sé. Sé bastante bien cómo lo harán los Sirianos, porque ellos, a través de estos grupos de ancianos indígenas, van a ser los primeros en hacerse conocer, ya que somos sus descendientes. Ellos son los padres y decidieron hacer eso. Pero después de eso, lo que dicen los Maya acerca de este momento es que todo el Universo se abrirá a nosotros. Podremos ir a cualquier lado y estar donde queramos estar.

Y sí, yo los entiendo, este es un tiempo extraño, de alguna manera, porque hemos estado tan limitados, hemos estado en una larga cuarentena en la Tierra; no hemos podido salir de la

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

habitación. Alguien nos cerró la puerta con llave, hace mucho tiempo. Y estamos buscando vida, tratando de probar que hay algo allí. Pero esa vida va a venir aquí, ya está aquí.

Las 250.000 culturas que mencioné son las que vinieron usando sus vehículos. Eso quiere decir que es la forma más baja de vida en el universo, que ya vinieron aquí. Ustedes no ven al Arcángel Miguel viajando en una nave espacial, no la necesita, puede estar en cualquier parte donde quiera estar, los más altos niveles de conciencia pueden simplemente estar donde quieran estar. ¡Gracias!

Espero que las personas que vean y lean esto se entusiasmen con la vida porque algo realmente hermoso está por ocurrir.

Drunvalo Melchizedek



LAS CASAS DE LA RUEDA ZODIACAL: LOS CAMPOS DE LA EXPERIENCIA HUMANA

¿QUÉ SON LAS CASAS DE LA RUEDA ZODIACAL?

Los doce signos, constelaciones zodiacales o campos energéticos de nuestro Universo, se proyectan sobre nosotr@s y nuestra vida a través de unos canales que esparcen esos doce tipos de energía por los diferentes centros o aspectos que nos forman y que son: físico, emocional, mental y espiritual. Dichos canales reciben el nombre de **Casas Astrológicas** o **Casas Terrestres**, que también son doce, como los signos, correspondiendo cada una a su domicilio natural y formando lo que llamamos la Rueda de las Casas. Nosotr@s también podemos transmitir al exterior la energía de los signos que llevamos dentro, algo que ocurre en las casas, como sectores de la experiencia humana que son y también las vías de comunicación entre las energías cósmicas y las terrestres, entre las que tod@s somos intermediarios puesto que estamos en el medio de las dos y somos el medio a través del cual unas y otras se manifiestan.

Las casas astrológicas son los sectores, los escenarios o las áreas de la vida de cada persona donde están colocados los signos, representando cada una de ellas un modelo de experiencia, un aspecto de nuestra vida, un sector o zona determinado. Son ayudas y campos de trabajo que nos permiten y dan la oportunidad de manifestar nuestros recursos y potencias innatos: los signos y los planetas que están e ellas, indicándonos también en qué, dónde y cómo debemos emplearlas para nuestro mayor crecimiento, maduración y realización. De manera que con las casas, por ser los ámbitos en los que nos manifestamos, actuamos y relacionamos, vamos modificando nuestras capacidades innatas, motivo por el que constituyen un camino a través del que podemos expresarlas, enriquecerlas, extenderlas y aprender otras nuevas.

En el Sistema de Casas Placidus cada casa tiene un tamaño y abarca varios temas, dando mucha información sobre ellos en función del signo en el que esté, los planetas que haya en ella, sus regentes, las relaciones con otros planetas y puntos de la carta, etc. Las

METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA AÑO III

doce casas astrológicas se agrupan y conectan entre sí de distinta manera, proporcionándonos más datos sobre un mismo asunto. Por ejemplo: Las Casas I a III se refieren al yo inconsciente, a la persistencia del yo y a las pulsiones; de la IV a la VI al tú inconsciente, a los instintos y a la dominación del medio; de la VII a la IX al tú consciente, al pensamiento y al reconocimiento del medio; de la X a la XII al yo consciente, al ser y a la percepción del yo.

En el Zodíaco natural, es decir, el que comienza su andadura en los 0° de Aries y sigue hasta Piscis, en el sentido contrario a las agujas del reloj, la Casa I corresponde a ese signo, la II a Tauro, la III a Géminis, la IV a Cáncer, la V a Leo, la VI a Virgo, la VII a Libra, la VIII a Escorpio, la IX a Sagitario, la X a Capricornio, la XI a Acuario y la XII a Piscis. En la Carta Natal de cualquier persona, realizada a partir de su fecha, hora y lugar de nacimiento, tanto los signos como las casas tienen su propia y única configuración, variando por tanto la colocación respecto al horóscopo natural. El signo zodiacal situado en la cúspide o comienzo de la casa, cualquier otro signo incluido en ella, los planetas que la habitan, el planeta que la rige y los aspectos que reciba de otros puntos o cuerpos celestes del tema, nos indican cómo debemos afrontar y expresar estas doce modalidades de experiencia en los sectores y ámbitos correspondientes. Los habitantes de las casas: planetas y otros puntos ubicados en ellas, indican el tipo de energía que podemos usar para afrontar mejor el tipo de experiencia que la casa representa. El lugar de la carta donde está el planeta regente de cada casa indica a través de qué otro sector se manifestará y vivirá el área de la experiencia humana de que se trate.

EJES Y CUADRANTES

Cuando tenemos delante una Carta Astral, vemos claramente que dentro del círculo que forma hay dos ejes cruzados: vertical uno y horizontal el otro. Estos dos ejes cruzados, llamados respectivamente meridiano y horizonte, dividen la Rueda Zodiacal en cuatro cuadrantes.

Cada uno de los ejes está relacionado con un factor específico, que determina las experiencias y los valores humanos que le son propios. De este modo, se considera que la conciencia está vinculada con el eje horizontal, estando vinculados el poder y la

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

capacidad de relación con el eje vertical. El eje del horizonte divide la carta astral en dos hemisferios: inferior y superior. Las casas del hemisferio inferior, situadas debajo del horizonte, son las comprendidas entre la I y la VI. Son las **Casas Personales**, que están relacionadas con el desarrollo de una identidad individual y con las exigencias básicas que necesitamos satisfacer para afrontar la vida. Las casas del hemisferio superior, situadas por encima del horizonte, comprenden de la VII a la XII. Son las **Casas Colectivas**, centradas en la conexión con las personas que nos rodean y en la relación con el resto del mundo.

El eje del meridiano es como la plomada o línea de gravedad, que va de la cabeza a los pies. Las casas situadas al Este de esta línea son las **orientales**, comprendidas entre la X y la III, representando las energías latentes a punto de activarse y de darse a conocer. Cuando aquí están la mayoría de los planetas, hay una influencia energética parecida a la de la colocación de los planetas sobre el horizonte, si bien la persona actúa para conseguir su progreso y evolución personal. Las casas al Oeste del meridiano son las **occidentales**, comprendiendo de la IV a la IX. Estos sectores representan los resultados de la vida, los objetivos alcanzados y los proyectos realizados. Cuando en esta zona están la mayoría de los planetas, la influencia es parecida a su situación bajo el horizonte, si bien la persona dirige su actividad hacia los demás, siendo su objetivo ayudar y hacer disfrutar a sus semejantes de los frutos de su propia experiencia. Sintetizando estos datos tenemos cuatro posibilidades:

1. Énfasis en el cuadrante **Norte-Este**: Acentúa la función de la intuición. Comprende las Casas I, II y III.
2. Énfasis en el cuadrante **Norte-Oeste**: Acentúa la vida personal subjetiva y la tendencia a aceptar las cosas, predominando el sentimiento. Comprende las Casas IV, V y VI.
3. Énfasis en el cuadrante **Sur-Oeste**: Indica una vida objetiva y más relevancia sobre la sensación. Comprende las Casas VII, VIII, IX.
4. Énfasis en el cuadrante **Sur-Este**: Resalta la función del pensamiento. Comprende las Casas X, XI y XII.

Estudiemos a continuación las características principales de las casas pertenecientes al Sector Norte-Este: la I, la II y la III.

**CUADRANTE NORTE-ESTE: CASAS PERSONALES I, II, III -
CAPACIDAD INTUITIVA**

CASA I

La I es una casa situada por debajo del horizonte. Pertenece a la cualidad energética angular o cardinal, que nos empuja y obliga a la acción, representando uno de los cuatro sectores básicos de la vida que ejercen una fuerte influencia sobre nuestra individualidad y que, respecto a este primer sector tiene que ver con nuestro yo y nuestra identidad personal. Palabras clave de esta casa son: **ser** y **acción**. Esta casa, tres veces primera, puesto que abre la Rueda Zodiacal, la triplicidad de fuego y la cruz cardinal, está relacionada con la actividad de la persona, con la actitud ante la vida, con la forma de sentirnos viv@s y tiene un impacto inmediato en la estructura de nuestra vida. Es el domicilio natural de Aries y está regida diurna o conscientemente por el guerrero y activo Marte, siendo Plutón: el poderoso dios del inframundo y de la transmutación, su regente nocturno o inconsciente. Su cúspide: el Ascendente, marca el comienzo de un nuevo ciclo de experiencia, de una nueva encarnación, aquella que el ser que nace en ese preciso momento necesita y ha elegido para continuar, en la terrestre y densa materia, su evolución espiritual.

La I es una casa de fuego o de espíritu que pertenece, junto con la V y la IX a la **trinidad de la vida**. Estas casas representan el flujo de energía dirigida hacia el mundo y las aspiraciones e inspiraciones que nos llevan a liberarla. Un énfasis en estas casas significa vivir en el entusiasmo, los ideales y los sueños futuros. La confianza y la fe, o bien la carencia de ellas, junto con la necesidad de que las propias iniciativas tengan un efecto en el mundo dominan gran parte de la actividad vital de la persona, que conecta con su yo de manera más inmediata cuando proyecta sus sueños en el mundo y los ve hechos realidad. La palabra clave de esta trinidad es **identidad**, ya que nuestro sentido de la identidad y nuestro sentido de ser determinan nuestra actitud general hacia la vida. La Casa I, al ser fuego angular, tiene que ver con la identidad en acción de la persona. Tradicionalmente está asociada con la energía y la apariencia del cuerpo físico, ya que éste es la propia identidad actuando en el mundo y haciendo cosas en él, reconociéndonos quienes nos rodean y estando influid@s por nuestra forma más característica de movimiento físico y expresión. Las palabras clave también señalan la **creatividad**, la **iniciativa**, el **liderazgo** y la **autoexpresión** que son únicamente de cada un@ y que están indicadas por la constelación, sus regentes y aspectos que forman, así como

METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA AÑO III

por los planetas que habitan, sus aspectos y dispositores de nuestra Casa I natal. En general, el elemento fuego está relacionado con el principio vital cálido, radiante y activo que puede manifestarse como entusiasmo (Dios en mí), fe, estímulo y un fuerte impulso a la expresión del yo.

La Casa I representa la propia personalidad, la forma en que nos expresamos ante l@s demás, la apariencia física, el cuerpo, la salud y la vitalidad. Indica a través de qué experiencias cada cual descubre quién es como individu@ únic@, siendo también el canal mediante el que la personalidad sale al exterior para expresarse en él. Por este motivo, tanto el signo o los signos como los planetas situados en ella, los regentes, dispositores, aspectos..., nos ayudan a descubrirnos y conocernos. Perfila esta área la silueta física y la estructura del cuerpo, especialmente de la cabeza y de la cara. La salud también está asociada con esta casa puesto que, a la vez que indica nuestra apariencia, señala también la vitalidad, los puntos fuertes y débiles, los problemas a los que somos propens@s, sobre todo cuando está habitada, marcando los planetas ubicados en ella los síntomas que podemos padecer y en qué parte del cuerpo se manifestarán, dándonos con ello unas pistas muy valiosas para prevenirlos y evitarlos en la medida de lo posible.

En función del signo Ascendente, que señala el principio de la Casa I, nos imaginamos el mundo y, posteriormente, representamos y actuamos la fantasía, creando simultáneamente tanto el laberinto como el camino y la forma para salir de él. La constelación en que está el Ascendente es, a la vez, lo que buscamos y lo que mira, describiendo la vivencia individual del nacimiento. Más ampliamente, el Ascendente y la Primera Casa señalan nuestra relación con el arquetipo mismo de la Iniciación y no sólo dan detalles respecto al nacimiento físico, sino que también aluden a las expectativas e imágenes innatas que todas las personas tenemos cada vez que debemos empezar algo.

El Ascendente y la Casa I sugieren cómo entraremos en diferentes etapas o vivencias que sean, de alguna manera, semejantes a un nacimiento, es decir, cada vez que nos conectemos con un campo, una faceta o un grado de experiencia nuevo, se moverán las cualidades del Ascendente y de la Primera Casa. Cada comienzo nuevo resuena y sintoniza con las cualidades de otros nuevos comienzos anteriores, volviendo a suscitar dificultades, facilidades y asociaciones similares. El Ascendente, en palabras de Howard Sasportas, indica cómo

METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA AÑO III

salimos del huevo, convirtiéndonos el crecimiento y la maduración en el signo solar. En otras palabras: el Ascendente es el camino que nos lleva hacia el Sol. El signo en que está nuestro Sol indica por qué y para qué nos hemos encarnado, marcando el Ascendente cómo llegamos allí. El signo o signos y los planetas en la I indican el tipo de funciones más valiosas en el proceso de realización de nuestra propia y peculiar identidad, las tareas que debemos cumplir para desentrañar más cabalmente quiénes somos, porque no seremos complet@s mientras no hayamos reconocido, explorado y cultivado esas cualidades.

Esta Casa, junto con la III, la IV y la X, da referencias sobre la atmósfera reinante en el ambiente en que comienza la vida, siendo sus emplazamientos los más formativos durante los primeros años. También pueden describir las energías de esta casa qué efecto produce en otras personas de ese ambiente nuestra llegada al mundo. Cualquier signo o planeta en la Casa I natal va con nosotr@s a todas partes y a todas las cosas, algo completamente lógico, por estar asociada naturalmente con el fogoso y cardinal Aries y con el activo y pionero planeta Marte, irradiando todas estas energías hacia fuera y hacia la vida.

CASA II

La II es una casa situada por debajo del horizonte que pertenece a la cualidad energética sucedente o fija, porque estabiliza y afianza la energía desplegada en la casa cardinal que la precede. Las fuerzas puestas en movimiento y en acción, las semillas sembradas en la Casa I se concentran, perfeccionan, usan y desarrollan en la II, motivo por el que representa la materia que intenta hacerse más segura y estable, de aquí que sus palabras clave sean seguridad material y utilizar, expresiones que describen adecuadamente la relación de este sector con el dinero, las ganancias, las posesiones y el deseo de controlarlo todo, tanto si se trata de cosas como si se trata de personas. Es el domicilio natural de Tauro y está regida diurna o conscientemente por el planeta de la belleza, del placer y de la armonía: Venus, siendo la conflictiva y celosa Eris (un planeta del que aún sabemos muy poco) su regente inconsciente o nocturno.

La II es una casa de tierra o de sustancia, perteneciendo por ello a la **trinidad de la materia**. El elemento tierra, en general, hace posible la toma de contacto con el mundo físico y la realidad, percibidos a través de los cinco sentidos corporales,

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

manteniéndonos centrados en el aquí y el ahora, algo imprescindible para vivir adecuadamente en este plano y el sólido sustento necesario para relacionarnos con dimensiones más sutiles. Las casas de tierra representan el grado de experiencia en el que tratamos de satisfacer nuestras necesidades básicas en el mundo práctico. Los planetas situados en ellas son energías que podemos usar fácilmente para relacionarnos con el mundo físico y que podemos desarrollar hasta lograr pericia en la administración de los recursos a nuestra disposición. Un énfasis en estas casas significa vivir energéticamente en el mundo material, construir, lograr, hacer, adquirir y definir el propio objetivo en la vida, según la posición social y la seguridad alcanzadas. La palabra clave de esta trinidad es material, porque tratan principalmente con los intereses del mundo físico. Tradicionalmente está asociada con los valores, las posesiones, los recursos materiales y el dinero, conseguidos por un@ mism@ y de los que nos sentimos orgullos@s de poseer y haber logrado con nuestro trabajo y nuestro esfuerzo, lo que no quiere decir que esta casa sólo se relacione con lo concreto y lo tangible, bajo su techo hay mucho más de lo que a simple vista podemos ver.

La tarea a encarar en la Casa II es elaborar detalladamente quiénes somos, consolidando el sentido del propio yo o ego personal: el centro del campo de la conciencia, en palabras de Jung. Nacemos en un estado sin ego, ya que no somos conscientes de nuestra existencia como entidad aparte de nuestra madre y del resto del mundo que nos rodea. En este sector zodiacal tomamos conciencia de nuestro propio cuerpo, motivo por el que una de las asociaciones de esta casa es el ego corporal. Para formar y conservar un yo estable y seguro que permanezca en el tiempo y en el espacio, necesitamos más definición, sustancia, sentido de nuestro propio valor y de nuestras capacidades que los conseguidos en la casa anterior. También debemos saber qué valoramos, qué nos gustaría asimilar u obtener para estructurar nuestra vida de acuerdo con ello. El cuerpo físico es nuestra primera posesión material, algo imprescindible porque sin él nada seríamos y nada podríamos hacer, por eso está asociado a esta casa, que nos informa de cómo usamos y tratamos tanto nuestro cuerpo como la energía que se desprende de él.

La Segunda Casa describe tanto lo que poseemos o deseamos poseer como los recursos y atributos que, una vez desarrollados, nos darán el sentimiento de sustancia, valor, dignidad y seguridad que anteriormente obteníamos de nuestra identificación con nuestra madre y con el resto de nuestro mundo. Para un gran número de

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

personas son las posesiones materiales y el dinero las cosas por las que se consideran valiosas, seguras, dignas y con una forma determinada. Más positivamente, el deseo de tener dinero puede ser un estímulo para cultivar cualidades y facultades que de otro modo se mantendrían latentes por la falta de recursos para trabajarlas y desarrollarlas. En un grado más básico, la II nos indica qué constituye nuestra seguridad personal y luchamos por conseguir, tanto material como de cualquier otro tipo. Por ejemplo, una buena fuente de seguridad material para quienes tienen este sector muy marcado en su Carta Natal es la importancia de la influencia relajante y estabilizadora que les da la experiencia de la naturaleza, de manera que sintonizar de forma innata y llena de significado con el entorno natural es una fuente de seguridad de igual magnitud que las posesiones materiales. También podemos ver en esto que el vínculo con la forma y las cosas es la expresión de una fuerte relación con la Madre Tierra.

Los signos y los planetas que habitan esta casa, además de los aspectos que forman con el resto de cuerpos de la Rueda Zodiacal, nos orientan sobre el tipo de facultades y habilidades inherentes que debemos cultivar y concretar, intensificando con ello el sentimiento de nuestro propio valor. Esto representa nuestra riqueza innata, a la que podemos recurrir siempre que queramos o necesitemos y que constituye nuestra sustancia, el suelo que podemos labrar para recoger frutos. También señala esta casa nuestra actitud y nuestra relación con el dinero y las posesiones materiales, así como las condiciones con las que nos encontramos en este ámbito de forma habitual. La manera, el estilo, el ritmo: ávidos, letárgicos o esporádicos, con los que encaramos la necesidad de ganar dinero y el cultivo de recursos están también aquí reflejados.

Más ampliamente, designa este sector aquello que valoramos y esperamos obtener en la vida, considerándolo decisivo en grado sumo, porque sobre ello basamos toda nuestra existencia. De hecho, tod@s sabemos que cuando nuestros valores cambian, el enfoque que tenemos de la vida en su totalidad se altera sustancialmente. La energía del deseo es una fuerza tan potente como misteriosa, hasta el punto de que cuanto deseamos, valoramos y apreciamos, determina en gran medida lo que atraemos a nuestra vida. Todo esto nos lo encontramos en la Casa II.

Al regir los bienes muebles, el dinero, los valores, la actitud hacia la riqueza y hacia las propiedades, los apegos y las necesidades, nos dice de dónde sacaremos nuestro sustento material,

METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA AÑO III

para el que precisaremos dinero y cómo obtendremos seguridad económica. Muchos planetas en esta zona señalan que los asuntos materiales tienen una prioridad absoluta en la vida de la persona, siendo su adquisición y conservación el centro y la motivación de toda su actividad vital. Los aspectos planetarios difíciles sobre esta casa obstaculizan el libre acceso de la persona a los recursos materiales, que llegarán de manera forzada y dramática. Si estos aspectos son múltiples, pueden significar un impedimento total para lograr los necesarios medios de subsistencia.

CASA III

La III es una casa situada por debajo del horizonte, pertenece al elemento aire y a la cualidad energética cadente o mutable, que distribuye, reorienta y regenera la energía. Sus claves son comprender y transformar las relaciones; la cercanía y la inmediatez; la pervivencia en el medio y la capacidad de adaptación a él, por lo que palabras clave asociadas con ella son **social e intelectual**. Es el domicilio natural de Géminis, así que se trata de una casa dual. Está regida diurna o conscientemente por Mercurio: el veloz, dicharachero, comunicativo y a veces tramposo mensajero de los dioses, siendo los asteroides Ceres: la Madre Naturaleza, la mujer en todas sus facetas, la nutrición, las cosechas y Quirón: el Maestro Inferior, el sanador herido, el terapeuta, el astrólogo, sus regentes inconscientes o nocturnos. Evolutivamente, esta casa se corresponde con la etapa de la vida en la que aprendemos a caminar y, como consecuencia, a movernos con autonomía, lo que nos ayuda a independizarnos de y a explorar cuanto nos rodea, a relacionarnos más activamente con ello, a comenzar a formarnos ideas y opiniones respecto a lo que nos vamos encontrando, a darnos cuenta de que queremos crecer y conocer. También en esta etapa aprendemos a hablar y, mediante el desarrollo del lenguaje, podemos dar nombre a las cosas y a las personas, además de comunicarnos con ellas. Mediante el lenguaje empezamos a tomar contacto con los símbolos y los conceptos, a imaginar secuencias de acontecimientos que van más allá de lo inmediatamente accesible al cuerpo o a los sentidos, a separar y diferenciar la mente del cuerpo.

La casa III, por ser de aire, pertenece a la **trinidad de las relaciones** y está asociada tanto con los contactos sociales y las relaciones de todo tipo como con los conceptos y las ideas. Un énfasis en estas casas hace que la persona viva en la mente y en las relaciones, ocupando los conceptos y el intercambio de conceptos gran parte

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

de su actividad. Conecta con su yo de forma más inmediata a través de un sentimiento de comunicación mutua con quienes le rodean, así como mediante el descubrimiento y la expresión de la realidad, dando mucha importancia a las ideas o teorías concretas. Los planetas ubicados en las casas de aire influyen en los intereses, las asociaciones, la forma de expresión verbal y la vida social de la persona.

La III es el campo de aprendizaje social e intelectual, mediante la aplicación de la lógica, la razón y una curiosidad inagotable, representando todas las formas de intercambio de información, como la habilidad para la comunicación básica, el trabajo con los medios de comunicación o el comercio, entre otras. Un fuerte énfasis en esta casa indica una profunda y a veces insaciable necesidad de comunicación, poseyendo a menudo la persona la habilidad necesaria para tratar de manera fácil y amistosa con personas de las más diversas características y con los intereses más opuestos. También muestra cómo funciona nuestra mente y los planetas en ella, así como el signo que la preside, revelan cómo usamos la mente, cómo comunicamos los pensamientos, cómo nuestras pautas de pensamiento ejercen un impacto en nuestra vida en general y qué actitud tenemos ante el conocimiento en sí mismo. ¿Somos de mentalidad lenta, rápida, lógica o difusa? ¿Son nuestros pensamientos originales o suelen reflejar lo que piensan otras personas?

Es también la casa de la mente concreta o inferior: la mente racional y lógica, una parte de la mente que, entre otras actividades, recopila hechos y los secuencia ordenadamente, estando relacionada con el hemisferio izquierdo del cerebro. Al representar esta casa lo concreto y lo específico, es el sector vinculado a: lo cercano, cotidiano y particular; la comunicación de tú a tú con quienes convivimos; l@s herman@s, vecin@s y familiares, excepto los padres; los desplazamientos diarios y los viajes cortos, los cambios de casa; las oportunidades y las gestiones en el medio; por ella salen nuestras opiniones y nuestro pensamiento empieza a formarse; lugar de encuentro y relación entre las ideas de nuestro propio yo y las que recibimos a través de las experiencias del día a día; naturaleza del ambiente en el que vivimos y de las personas que hay en él; desarrollo de la parte analítica de la inteligencia y de lo empírico; mente del especialista: une las observaciones personales obtenidas con el conocimiento, clasificándolas y haciendo que encajen en un conjunto práctico de reglas, pero no de leyes universales.

METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA AÑO III

La Casa III rige los estudios primarios y elementales, los intercambios hablados y escritos en el ámbito cotidiano: teléfono, cartas, periódicos, revistas...; la fluidez verbal y escrita; el entendimiento con l@s demás; la compañía de personas semejantes a un@ mism@; la asimilación adecuada de los mensajes y conocimientos recibidos del exterior; la facilidad para aprender de las propias experiencias; la capacidad para integrarnos en el grupo social al que pertenecemos, encontrando y conservando a la vez nuestro propio lugar.

Las experiencias de este sector tienen carácter de inmediatez, pudiendo estar en juego la supervivencia. Aquí, la curiosidad y la búsqueda del conocimiento es o debiera ser condicionada por la necesidad de conocer, de manera práctica, cómo funciona todo, de manera que podamos mostrar con más eficacia qué somos esencialmente. Los aspectos difíciles sobre esta casa perturbarán el desenvolvimiento lógico, provocarán muchos problemas con l@s herman@s, obstaculizará la compañía de personas semejantes, no propiciará una expresión fluida ni un entendimiento sencillo por l@s demás, pudiendo ser los problemas de lenguaje oral y escrito, como la dislalia, la dislexia, la tartamudez, la disgrafía... síntomas de esa dificultad expresiva. Tampoco habrá una asimilación adecuada de la información procedente del exterior, costando aprender de las propias experiencias y dando una tendencia a caer varias veces en el mismo error. Costará encontrar el propio lugar en la sociedad y habrá problemas de integración. Muchos planetas en esta casa indican una atención y una acción volcadas en el exterior, fuera de un@ mism@, pasando los días con vecin@s, herman@s, conocid@s..., de un lado a otro y buscando permanentemente, aunque a veces sin saber el qué, dando esta situación una tendencia a hablar en exceso y a escribir compulsivamente, resultando muy difícil contener el discurso.



LA ÉTICA DEL ÁRBOL DE LA VIDA CABALÍSTICO – DÉCIMA ESFERA

CRECIMIENTO ANÍMICO EN EL ÁRBOL DE LA VIDA

Desde el punto de vista cabalístico, cabe distinguir en el ser humano cinco partes del alma, en correspondencia con los cuatro mundos: Asiá, Yetsirá, Briá, Atsilut y el quinto del infinito. Dichas partes son las siguientes:

1. **NÉFESH:** Es la parte elemental, el alma animal, el vehículo de Asiá. Es el asiento de la parte instintiva y pasional. La inteligencia particular de lo físico es el deseo de recibir sólo para sí.
2. **RÚAJ:** Es la parte formativa del alma, el vehículo de Yetsirá, generalmente llamada mente o psique, aunque esta denominación es imprecisa. Es el foco consciente de la personalidad y el asiento de la conciencia individual. A veces se denomina alma racional, por contraste con la parte anterior. Al ser el centro de las decisiones conscientes de la persona, esta parte del alma nos otorga libertad de elección: decidir o discriminar entre el bien y el mal y, como consecuencia, de moldear nuestro propio destino de acuerdo con las leyes de la rectificación de nuestra vasija, es decir: de nosotr@s mism@s.
3. **NESHAMÁ:** Es el alma creativa, el vehículo de Briá. En el ser humano corriente está en estado inconsciente, manifestándose a veces en forma concreta de inspiración o guía y, sobre todo, en la forma de los ideales superiores que orientan a la persona. Es el hálito divino y una emanación directa de la Luz, el alma espiritual que nos conecta con las cualidades del puro ser de Briá y nos abre la puerta de la conciencia divina.
4. **JAIÁ:** Es el centro vacío de la mente, el vehículo de Atsilut.
5. **YEJIDÁ:** Es el uno en todo y el todo en uno del mundo sin fin. Junto con la anterior pertenece a los planos puramente transpersonales.

EL TRIÁNGULO ÉTICO DEL ÁRBOL DE LA VIDA

En el Árbol de la Vida, al triángulo Hombre Solo, formado por las esferas Jésed (cuarta), Guevurá (quinta) y Tiféret (sexta), se lo considera el triángulo ético. Ocupa una posición muy particular dentro de este mapa de la conciencia y la energía, ya que, perteneciendo propiamente a la mente o psique (rúaj), tiene una

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

intersección con la parte creativa del alma (neshamá), que fundamenta la apertura hacia ella, constituyendo la base del desarrollo anímico.

Podemos apreciar la importancia de esta tríada ética como un marco de acción específica del rúaj, donde se manifiesta la conciencia moral humana, que tiene como misión mantener el equilibrio en esa difícil región intermedia que está entre lo metafísico y lo físico, para que lo superior pueda manifestarse en lo inferior sin que éste resulte destruido por la diferencia de potencial entre ambos. Es decir, la ley moral hace de mediadora entre la ley espiritual de la neshamá y la ley natural del néfesh. La Cábala afirma que esto no es una cuestión únicamente personal de cada un@ de nosotr@s, sino que el acto moral tiene consecuencias objetivas y cósmicas. Es el "trabajar y guardar el jardín" del que habla el Génesis. La humanidad está llamada a llenar este nivel particular de la energía cósmica. Es una lección del Zohar que el efecto acumulado de las acciones humanas negativas es lo que, por ejemplo, causa las catástrofes naturales.

En el plano personal, para acceder a Tiféret: la esfera de la individualidad, desde donde la tríada Hombre Solo puede hacerse plenamente operativa, es necesario equilibrar la propia naturaleza elemental o, lo que es lo mismo: las fuerzas de la personalidad. En el desarrollo personal la primera obligación que tenemos es precisamente la de conocernos a nosotr@s mism@s y sacar a la luz nuestra Belleza Esencial, nuestro Verdadero Yo (Tiféret), el Sí Mism@ de la psicología junguiana o el yo centáurico de la psicología transpersonal de Wilber, el terreno de las distintas psicoterapias de autodescubrimiento e integración personal.

Ascender de Yesod (Fundamento) a Tiféret (Belleza) conlleva un fortalecimiento del ego, debemos anclarnos en una fuerte conciencia de sí como centro, necesitando primero individualizar los arquetipos del inconsciente, reconociéndolos como propios y asumiendo la responsabilidad de la totalidad de un@ mism@. El proceso suele ser turbulento y requiere cambios de vida importantes, por lo que algún tipo de guía o ayuda externa casi siempre es necesaria. Tiféret es la llave de paso del Árbol de la Vida y, una vez allí, la persona siente el tirón hacia arriba por la fuerza de atracción de la neshamá, siendo este el momento de hacer un fuerte trabajo sobre un@ mism@ hasta alcanzar la armonía requerida, ya que debemos vivir plenamente en el plano físico y, al mismo tiempo, despertar y hacer operativa nuestra naturaleza espiritual, si de verdad

METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA AÑO III

queremos realizar el ideal de ser una persona completa y un canal de la Luz Divina en la Tierra.

Para conseguir lo expuesto en los párrafos anteriores, tenemos que fortalecer la sexta esfera: Tiféret (Belleza), desarrollándonos individualmente, un proceso denominado crecimiento anímico en Cábala, consistente en un refinamiento de la personalidad y una forja del carácter interno, para lo cual es imprescindible poner en juego a las esferas cuarta y quinta: Jésed (Misericordia) y Guevurá (Severidad), que alcanzarán su equilibrio en Tiféret. El "hacer" es lo que talla al "ser", la merkavá, pues las virtudes del alma son las cualidades briáticas que constituyen el trono divino. Así que para alcanzar elevados estados espirituales, es imprescindible elevar primero nuestra ética, rectificando primero nuestra vasija y purificando las cáscaras que nos impiden subir más alto de lo que habitualmente estamos.

En éste y posteriores números de METAMORFOSIS, vamos a estudiar el Árbol de la Vida cabalístico como un mapa ético, actuando en tres áreas:

1. Norma objetiva o mandamiento.
2. Forja interna o virtud (midá). Las virtudes tienen un carácter psicológico (terapéutico) y educativo (propedéutico); un carácter ético (desarrollo anímico) y un aspecto metafísico, siendo la hipótesis de partida la identidad de las leyes física, psicológica, anímica, ética y metafísica (ontológica).
3. Como la ignorancia está en la base del actuar erróneo, es necesario reconocer los velos de la ilusión: prejuicios, ideas, actitudes, que nos impiden ver claramente y que bloquean el camino de nuestro desarrollo interno.

Las tres formulaciones tienen la misma raíz: la estructura en esferas del Árbol de la Vida. Para la primera vamos a utilizar el Decálogo bíblico: las diez palabras divinas que emanan directamente de Atsilut. Para la segunda estudiaremos las cualidades positivas o virtudes y las negativas o vicios asociados a cada esfera. Veremos también que cada esfera tiene una ilusión, que debemos superar para polarizarnos correctamente. La ilusión es otro vicio, aunque más sutil, porque deja pasar algo de luz, aunque no toda y puede paralizar nuestro desarrollo haciéndonos creer que ya hemos llegado a un escalón superior.

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

La virtud de una esfera es la capacidad o característica que debemos ejercitar para integrar sus fuerzas en nuestra alma. El vicio correspondiente a la esfera, es el tipo de manifestación negativa a que puede dar lugar cuando no somos capaces de controlar y armonizar sus fuerzas. Desarraigar el vicio es el trabajo de rectificación de nuestra vasija, para que ésta sea el vehículo adecuado de la luz espiritual de Briá.

DÉCIMA ESFERA: MALJÚT (REINO)

Cualidades negativas: Inercia, avaricia, codicia.

Cualidades positivas: Discriminación, disciplina.

Ilusión: Sólo existe lo físico.

Mandamiento: Décima palabra: "No codiciarás los bienes ajenos" (Discriminarás el sentido de tu propia vida).

Experiencia espiritual: Visión y contacto con el Santo Ángel Guardián.

Mandatos: Callar, guardar silencio.

Obligación: Disciplina.

La ilusión que proyecta Maljút es la ilusión de lo físico, de que sólo existe lo material y de que no hay más que lo que percibimos con nuestros sentidos corporales. Esto no sólo ocurre en el plano de la sustancia sino, sobre todo, en el plano de los valores, ocupando lo material el primer puesto de la jerarquía e invocándose la razón económica como absoluta.

Muchas personas piensan que han superado esta ilusión por su creencia en algún tipo de más allá, aunque el asunto es más complejo. Una ilusión es algo sutil, compuesto de ideas, hábitos y actitudes profundamente arraigadas que nos parecen consustanciales. Si esas personas que discuten ser materialistas se comportan en sus objetivos, visión del mundo y actos concretos como si no existiera algo más que lo físico, no tienen existencialmente superada la ilusión. Esta ilusión, como es lógico, paraliza toda búsqueda interior, pues esta dimensión es negada por definición, considerándola a lo sumo un mecanismo de adaptación. Lo único que se busca entonces es la satisfacción de las necesidades. Sin el cultivo del alma, la persona es lo que posee y a mayor número de pertenencias, más valor objetivo alcanza. Por este motivo, la avaricia o codicia es el primer vicio de Maljút.

METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III

La avaricia es el afán desordenado de poseer y adquirir riquezas para atesorarlas. Este deseo de poseer nos perpetúa en la ilusión de lo físico, al invertir a los bienes materiales de valor intrínseco y cifrar en ellos nuestra realización, en vez de considerarlos como medios que administramos para un fin. En el contexto de la Cábala, el fin es la realización de la tarea para la cual hemos venido a este mundo: la rectificación de nuestra vasija, asumiendo tanto las consecuencias de nuestras acciones en las vidas pasadas como la realización de las tareas y misiones específicas que a la presente hemos venido a llevar a cabo.

Es cierto que no podemos dejar de recibir, y en un ser creado todo lo que no es deseo de recibir es la Luz Infinita: nuestra verdadera esencia. Los distintos seres, como separados, son las distintas modalidades de este deseo de recibir, ya que la Luz es una y no hay discontinuidad en ella. El Creador, la fuente de Luz, es puro deseo de dar y aquí está la paradoja: sólo podemos parecernos al Creador y por consiguiente, a nuestra verdadera esencia, si nos convertimos en dador@s, porque igualdad en el plano espiritual equivale a la similitud de fase. No obstante, al Creador nada podemos darle y, aparentemente, sólo podemos recibir su Luz, con lo cual la tarea anterior nos parece imposible.

En el mundo original, en el que participa el alma antes de nacer, todos los seres están bañados en la Luz del Infinito y todos los deseos se hallan satisfechos, lo que genera en las criaturas la sensación de comer el "pan de la vergüenza", que no es más que hacer explícita la contradicción anterior. Para resolverla renunciamos a la Luz, nos vaciamos de ella, para poder merecerla, ganarla con el propio esfuerzo y eliminar el sentimiento de vergüenza. Así damos al Creador lo único que podemos: la aceptación, basada en una libre elección, del cumplimiento del Plan Divino de otorgar a los seres creados el máximo de felicidad, es decir: la participación de la Esencia Divina. Esto sólo podemos hacerlo en la fase más afín con el deseo de recibir, que es Maljút, una esfera que ha sufrido la contracción de la Luz.

Lo físico es una fase necesaria, de lo contrario no existiría, que ocupa un lugar clave en el Divino Plan. El mundo espacio-temporal no sólo es imprescindible para evitar el mal sino, sobre todo, para hacer el bien. Además, toda esencia espiritual precisa una vestidura física para manifestarse en el mundo. Sin lo corpóreo, nuestro mundo interno sería un efluvio que se disiparía rápidamente y no adquiriría forma permanente: el hacer talla al ser. Por eso, el espiritualismo a ultranza participa de la misma ilusión de lo físico pero a la inversa: de darle todo el

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

valor a lo material pasamos a negarle todo tipo de validez. Considerar lo material como intrínsecamente malo o pecaminoso es ilógico y también una negación de lo Divino, que lo ha creado para que lo disfrutemos y lo compartamos sin por ello dejar de cultivar nuestro interior, nuestra chispa divina.

De acuerdo con lo anterior, la virtud a desarrollar en Maljút es la discriminación. Discriminar, relacionado con saber guardar silencio, es ser capaz de distinguir, de diferenciar: lo bueno de lo malo, lo verdadero de lo falso, la causa del efecto. Una buena dosis de discriminación es necesaria para asumir el control de nuestra evolución, de la rectificación de nuestra vasija.

Dios Padre y Madre es el primero que separa la luz de la oscuridad en el primer día de la creación, una acción que marca el sentido de nuestra tarea. Nuestro problema es que al apegarnos al árbol del conocimiento del bien y del mal: estado de conciencia de la visión fragmentada, y separarnos del Árbol de la Vida: estado de conciencia de la visión completa y unificada, la forma de la realidad que se nos presenta es confusa y caótica: el bien y el mal están mezclados y no podemos impedir que, con frecuencia y buscando lo que nos parece bueno, causemos mal o también que situaciones espiritualmente buenas para nosotr@s, nos parezcan unas auténticas desgracias personales.

Un segundo vicio de Maljút es la inercia, la resistencia que se opone al cambio. Gracias a ella esta esfera tiene estabilidad, a la vez que puede convertirse en un obstáculo para el desarrollo, en el sentido de necesitar aplicar siempre una dosis extra de energía. El antídoto para superar la inercia y la resistencia al cambio, en realidad lo único que es permanente y está garantizado en la vida, es la disciplina. Sin ella, la gran fuerza de gravedad de lo físico engulle todas las buenas intenciones y que, en el plano de lo personal, es el deseo de recibir lo que nos mantiene atad@s a la materialidad y nos impide remontar todo vuelo del espíritu.

Por eso, la Décima Palabra: el décimo mandamiento del Sinaí, no está expresada en términos de acción sino de pasión, de deseo: "No codiciarás casa de tu prójimo, no codiciarás mujer de tu prójimo, y su siervo y su sierva, y su buey y su asno, y todo lo que es para tu prójimo" (Éxodo 20:17). Todo ser humano llega al mundo en las condiciones adecuadas para la realización de su tarea espiritual: la rectificación de su vasija que, en general, supone la transformación del deseo de recibir en deseo de dar y no depende de circunstancias concretas.

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

Es la Sabiduría la que ha dictado las mejores condiciones para cada alma particular y aunque muchas sean duras, están para la elevación espiritual.

Este mandamiento no es una llamada al conformismo, en el sentido de consagrar el orden social existente o de no aspirar a tener más para un@ mism@, si ello favorece el desarrollo espiritual. Lo que hace más bien es invitarnos a discernir el sentido de nuestra propia vida, eligiendo cómo vivirla y dejando también vivir la suya a quienes nos rodean, con respeto y sin meternos en ella, sean cuales sean sus decisiones. Tenemos que pensar, analizar y discriminar nuestras propias metas, trabajando después en la medida de nuestras posibilidades para conseguirlas, sin mirarnos en los espejos ajenos, porque la plenitud interior: lo contrario del vacío, es la característica de lo divino, que está tanto dentro como fuera de nosotr@s y con lo que no podríamos contactar si nos pasáramos la vida pendientes de lo que hacen o dejan de hacer nostr@s semejantes.



EL POR QUÉ DE RECUPERAR EL PODER PERSONAL EN SHAMBALLA

Una de las cosas que nos propone Shamballa, como forma de vida, es la recuperación de nuestro poder personal. El verdadero Poder interno es "un estado del ser" que es la capacidad de dar rienda suelta a la expresión de nuestro Espíritu, junto con la toma de decisión de estar consciente en cada uno de los momentos de nuestra vida.

Tenemos la idea equivocada de que el hecho de desarrollar nuestro propio poder está reñido con la parte espiritual del ser humano, pero el verdadero poder es un sentimiento de fortaleza, confianza y a la vez de humildad, porque reconoce esa energía y no necesita demostrar nada a nadie, ya que busca solamente **la consciencia de nuestro centro interno** y de esa forma actuando siempre desde ese centro, somos capaces de encontrar y tomar cualquier decisión correcta y coherente con nuestra esencia Divina.

En realidad, el hecho de recuperar ese poder lo podemos comparar con el acto de recuperar nuestra brújula interna, que nos ayuda a encontrar el camino y la decisión adecuada en cada momento. Porque el poder que manifestamos en el exterior surge de nuestro propio interior, y allí es donde tenemos que buscar respuesta siempre que tengamos que decidir algo, da igual el tema que sea, incluso en aquellos momentos en los que te sientas impotente ante una situación..., aún ahí serás consciente de tu fuerza interior y ya no tendrás miedo ante los acontecimientos y obstáculos que puedan presentarse, porque se disipan las dudas y las inseguridades.

Cuando hablamos de nuestro propio poder personal, nos referimos también a la **ACTITUD** que debemos tomar ante las cosas, sobre todo eliminando el temor y recuperando la confianza en el futuro y en nosotros mismos, como seres sabios y merecedor@s de todo lo bueno que nos ofrece la vida.

Cuando asimilamos esta valiosa información nos volvemos más capaces de afrontar los obstáculos que nos vamos encontrando en el camino, ya que empezamos a ser conscientes del

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

hecho de que estos contratiempos son un aprendizaje para fortalecer nuestra alma y desarrollar nuestras capacidades internas.

Todos nosotros hemos recibido en nuestra infancia y en nuestra sociedad una educación que nos ha marcado a la hora de afrontar las situaciones que vivimos en la vida adulta. Debemos eliminar esas creencias de temor y desconfianza tan arraigadas, porque ellas no nos dejan realmente experimentar las posibilidades que el día a día nos ofrece y tampoco nos permite libremente **COCREAR** nuestra auténtica estructura de vida y de creencias.

Cuando se adquiere el hábito de preocuparse cada día nos estamos cerrando puertas que nos impiden avanzar, lo único que se consigue es enfermarse, estresarse y ser infeliz. Al estar condicionados por el miedo, se ha terminado por creer y relacionar el ser realista con lo negativo de la vida y el ser positivo y amoroso con ser irrealista.

Nos han enseñado a esperar lo peor en cada situación. Pero debemos ser conscientes de que el Universo está lleno de energía positiva y si estás dispuesto a conectar con ella, **TODO FLUIRA CORRECTAMENTE DE FORMA ARMONIOSA Y DE ACUERDO CON NUESTRO PLAN DIVINO**, así que **CONFIEMOS** en que lo normal y natural es que nuestros proyectos lleguen a buen término.

Hemos de empezar a ser conscientes que cada día cedemos pequeñas parcelas de nuestro poder en muchas situaciones cotidianas, dejando decidir a otros sobre acontecimientos posiblemente vitales para nosotros, y por eso acabamos viviendo frecuentemente situaciones poco gratificantes que nos llenan de frustración. Hay que empezar por reconocer que somos nosotros mismos quienes realmente sabemos cuál es la opción acertada y verdadera para nosotros, solo así seremos auténticamente conscientes de nuestra implicación en los acontecimientos de nuestra vida.

Al recuperar el centro de nuestro Poder interior se nos enciende una luz interna y se nos aclara la mente ante situaciones que antes no veíamos con claridad. Este Poder nos ancla en la vida, nos hace recuperar la autoestima y la capacidad de solucionar todo lo que hasta el momento andaba del revés.

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

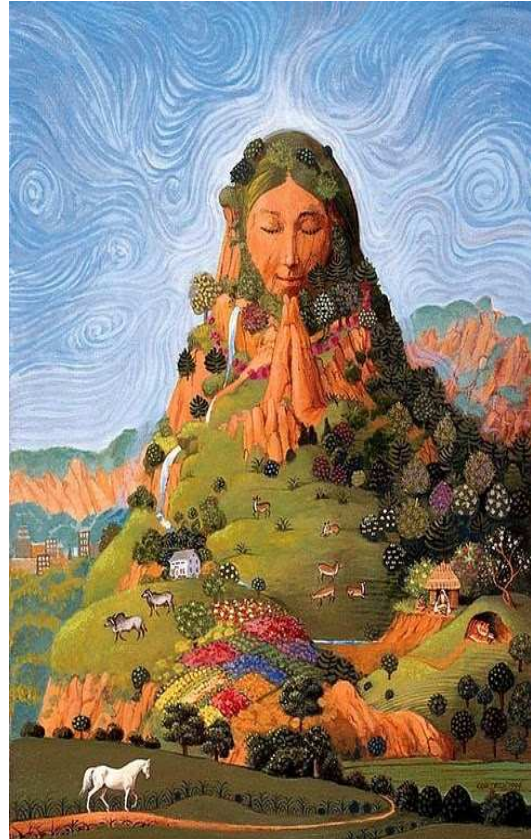
Por eso es bueno dar este paso, es una forma definitiva de asumir las riendas de nuestro potencial interno, dejando que se muestre en el exterior en cada uno de los momentos que vivimos.

Bienvenidos a la libertad de pensamiento y acción... Shamballa On,

Natividad Navarro



LOS CAMBIOS DE LA TIERRA NOS ESTÁN SALVANDO



Con el terremoto y tsunami de Japón, produciéndose tan pronto después del terremoto de Christchurch, mucha gente se ha apresurado a tomar esto como prueba de que la Madre Tierra no está contenta. Otra forma de verlo es ésta: la Madre Tierra ella es un Ser Vivo, un Planeta Viviente que pasa por sus ciclos, de la misma manera que lo hacemos l@s human@s. Ella ha estado aquí durante miles de millones de años, mucho antes de que apareciéramos nosotr@s, y estará aquí durante mucho tiempo después.

Es típico de l@s human@s ignorar los ciclos naturales, y en especial es históricamente típico ignorar y deshonrar los ciclos femeninos. ¡Oh sí!, la Tierra no sólo es un Ser Vivo, ella es un Ser Femenino. ¿Alguna vez habéis oído que se llame a nuestro planeta el Padre Tierra? Me parece que no.

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

Y como el Ser Femenino que es, la Madre Tierra pasa por ciclos muy específicos, algunos de los cuales vemos regularmente en nuestro Verano, Otoño, Invierno y Primavera.



Otros de esos cambios sólo podemos verlos cada 5.000 o 126.000 años, y qué suerte tenemos, ¡podemos estar aquí para ver una de esas Grandes Transiciones de Ciclo! Sí, estamos recibiendo el don de estar en la Madre Tierra mientras pasa de una etapa de transición a otra, cuando un ciclo termina y nace un nuevo mundo. Como con cualquier cambio o nacimiento, esto no sucede sin... mmmm... ¡¡cambio!!!



**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

Empieza... la fase de los Cambios de la Tierra. Y adivinen qué, al igual que en cualquier mujer, iesto viene con el trabajo de parto, y contracciones, y ruptura de las aguas!



No sé ustedes, ipero yo no creo que una mujer que esté en trabajo de parto vaya a apreciar que le digan que se "calme"! No creo que una mujer parturienta vaya a apreciar que le digamos: "¿Podrías dejar de sacudirte y gritar? ¡Estoy tratando de dormir!" Porque adivinen qué, iesto no se trata de ustedes ni de mí! Se trata de un planeta que está pasando por un increíble proceso de renacimiento, y por alguna sincronicidad sorprendente, resulta que hay miles de millones de seres humanos en la Madre Tierra por primera vez, así que, por defecto, **¡¡¡VAMOS A RENACER CON ELLA!!!**



**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

Sí, la Humanidad se va a beneficiar de este maravilloso evento. Además, si la Madre Tierra no estuviera pasando por estos cambios en este momento, no tendríamos un planeta dónde vivir durante mucho más tiempo. Hemos sido un@s pésim@s inquilin@s, y me sorprende que no nos haya desalojado hace mucho tiempo.



Y no lo hizo porque, aunque sea difícil de creer, ella nos ama. Así que, a pesar de todos los atropellos que hemos cometido con ella, siguió cuidando de nosotr@s como lo hace cualquier madre, aunque nosotros la hayamos tratado tan brutalmente.



**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

Estos Cambios de la Tierra le están permitiendo renacer, y revivirse a sí misma. ¡Y adivinad qué! Los mismos Cambios de la Tierra que temíamos fueran nuestro final, van a ser los mismos eventos que un día, cuando miremos atrás, nos daremos cuenta de que esos Cambios nos SALVARON.



Ellos salvaron la Tierra, nos salvaron de seguir destruyéndola, nos salvaron de destruirnos a nosotr@s mism@s.

A medida que la Tierra se alinea con el Ecuador y el Centro Galáctico, se vuelve hacia un lado y el otro, accediendo a tanta Luz de alta vibración como le sea posible.



METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA AÑO III

¿Significa esto que va a desencadenar más terremotos, volcanes, tsunamis y ciclones? No es fácil de decirlo pero hay que contar con que así sea. Sin embargo, la Tierra no está haciendo esto para hacernos daño ni para lastimarnos, es parte del proceso. La está reequilibrando y limpiando.



Nos está proporcionando, en esencia, un nuevo planeta donde vivir (iy espero que tratemos a la Tierra versión 5.0 mucho mejor que a las versiones anteriores!).



No es responsabilidad de la Tierra que nosotr@s tengamos casas y edificios que se están cayendo como consecuencia de toda la acción que esta ocurriendo en estos momentos. Esto, leído sin más, puede sonar cruel e insensible, aunque no es ésa la intención. De lo que se trata es de que seamos capaces de verlo desde

METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA AÑO III

otra perspectiva menos egocéntrica que la nuestra: el punto de vista de la Madre Tierra, y de nuestra supervivencia futura versus nuestras necesidades presentes y antiguas.

Por muy turbulentos y traumáticos que parezcan los eventos, al final vamos a terminar siendo una mejor humanidad, no hay la menor duda. Ahora bien, si nos pasamos todo el proceso de parto llorando y quejándonos por la manera en que esta gran transformación nos afecta a NOSOTROS, o lamentándonos por lo que NOSOTROS estamos perdiendo, este objetivo será mucho más difícil de conseguir y se llevará a cabo con mayor dolor aún. Tenemos que calmarnos y dejar ir al viejo mundo. El viejo mundo se está yendo y debemos dejarle partir.



¿Qué no hay electricidad? Bueno, tenemos un gran SOL en el cielo que ha estado tratando de llamar nuestra atención desde hace años y que lleva milenios dándonos libremente su energía, una energía que está al alcance de tod@s y que es gratuita.



glimboo.com

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

“Mirad aquí arriba, ¿hay alguien ahí?”
¿No hay petróleo? Energía libre. ¿No hay dinero? Energía libre. ¿Necesitáis algo? Vamos a recordar que la Madre Tierra realmente tiene todo lo que necesitamos, y vamos a recordar también nuestra capacidad de crear todo lo que necesitamos de una forma apropiada, sin hacerle daño.



Para tod@s aquell@s que están llorando la pérdida de vidas, por favor, sabed y tened siempre presente que como almas seguimos viviendo, porque las almas son inmortales y, por lo tanto, eternas, nada ni nadie las puede destruir. Por favor, sabed y tened presente que todas las almas que están partiendo ahora de la Tierra tenían un contrato para hacerlo así, acordaron en su momento abandonar este planeta, para ayudarnos a l@s demás a pasar por este proceso desde un plano superior. Así que vamos a dejar de pensar en ell@s con tristeza y vamos a darles nuestras más genuinas gracias con toda la alegría que seamos capaces de sentir en nuestros corazones.



METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA AÑO III

Para algunas personas es muy difícil vivir físicamente sin un ser querido que ha partido de este plano de realidad. Ya no está aquí para abrazarnos, para llamarnos o para compartir sus alegrías y luchas diarias... Pero aunque no veamos a las personas que ya se han ido, siguen aquí con nosotros, si bien viviendo en otra dimensión, en una dimensión vibracionalmente más elevada. Están velando por nosotros y nos están ayudando. Podemos hablar con ellas. Y si cerramos los ojos y lo permitimos, podemos sentir las y escucharlas, si no a través de las palabras, sí con el corazón.



Estamos TOD@S juntos en esto, quienes han partido, quienes todavía van a elegir partir, y aquellos de nosotr@s que elegimos quedarnos. Cuando mi mamá falleció nos dijo que no nos aferráramos a ella con nuestro dolor, "porque entonces no voy a conseguir mis alas y no voy a poder volar y hacer lo que tengo que hacer".

Así también, tenemos que honrar a quienes están eligiendo partir durante estos cambios. Ell@s tienen que conseguir sus alas y tienen que volar, porque tienen mucho que hacer para ayudarnos con esto. Honrad sus vidas y su partida viéndoles libres, volando con sus alas y cumpliendo el próximo propósito de su alma.

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

El período que va desde el 9 de Marzo al 28 de Octubre de 2011 marca la última onda del Calendario Maya. Pensad en la última onda de las contracciones de una mujer.



Sí, va a ser turbulento, pero dentro de esa turbulencia habrá milagros, habrá alegría, habrá lágrimas de emoción, habrá belleza y quién sabe cuántas cosas más. Habrá los sonidos de una vida que desaparece, que ya no será, y los sonidos de una nueva vida que emerge, que aún no podemos siquiera imaginar.

Dana Mrkich

**¡GRACIAS JORGE, ANA MARÍA Y MARÍA SIERRA POR COMPARTIR
CONMIGO ESTE MAGNÍFICO CORREO!**

¡QUE LA DIOSA GAIA OS BENDIGA Y OS COLME DE BENDICIONES!

EL RINCÓN DE LA MEDITACIÓN:

Meditar es entrar en el vacío y en el silencio interior, conectar con la parte más íntima de nuestro ser, amorosamente y en calma, centrando toda nuestra atención en ello y dejando a un lado todo cuanto nos pueda perturbar. Es estar plenamente presentes en el aquí y el ahora, respirando la energía de vida y haciéndonos un@ con ella, adentrándonos en la eternidad del presente, el único momento que realmente existe y en el que, además, están unidos el pasado, el propio presente y el futuro. Una vez estamos tranquil@s y con la mente lo más vacía de contenidos posible, podemos hacer dos cosas: mantenernos en un estado contemplativo, observando únicamente las sensaciones y los sentimientos que tal estado nos produce, o aprovechar ese tiempo y ese espacio en los que todo es posible, para imaginarnos y visualizar todo tipo de escenas, paisajes, acontecimientos...

Para llegar al estado de meditación, debemos prepararnos previamente relajando nuestro cuerpo, nuestra mente y nuestras emociones, con el fin de reducir cualquier malestar o incomodidad que podamos tener, así como también para aproximarnos adecuadamente al ejercicio. Una vez realizada la meditación, es conveniente escribir en un cuaderno o diario personal lo experimentado durante esta práctica, las facilidades y las dificultades que hayamos notado, lo que nos ha sugerido, lo que hemos conocido de nosotr@s, etc. Meditar diariamente no sólo calma nuestro ánimo y nuestra mente, también es una buena disciplina para fortalecer otras facultades, como por ejemplo: la atención, la concentración, la visualización, la intuición y la creatividad.

Para esta Luna os propongo una meditación con cinco llamas para la sanación de Gaia, nuestra Madre Tierra.

MEDITACIÓN PARA LA SANACIÓN DE GAIA

Escoge un lugar cómodo y tranquilo y asegúrate de que nadie te va a molestar mientras realizas esta meditación. Procura estar en una postura cómoda, sentad@ o tumbad@, con la espalda bien recta, sin calzado y sin que ninguna prenda de vestir te apriete o moleste.

En primer lugar, cerrad los ojos y haced varias respiraciones profundas, tomando el aire lentamente por la nariz y desde el diafragma, ve subiendo por todo el tronco hasta llenar los

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

pulmones, lo retienes ahí unos instantes y después empiezas a soltarlo por la nariz o por la boca, también lentamente y hasta que te hallas vaciado por completo. El objetivo de estas respiraciones profundas es que os desprendáis de la energía que habéis acumulado en vuestro ser hasta este momento.

Después de haber hecho esas respiraciones profundas, continuad respirando durante unos minutos al ritmo que vuestro cuerpo necesite. Con este ejercicio vamos dejando a un lado nuestros pensamientos, imágenes, ideas..., y vaciamos nuestra mente, para poder centrarnos en la meditación.

A continuación visualizad cómo unas largas y fuertes raíces empiezan a salir de las plantas de vuestros pies. Estas raíces comienzan a bajar, a bajar, a bajar... muy profundamente, hasta encontrarse en la superficie de Gaia, nuestra Madre Tierra. A lo largo del camino se han hecho más fuertes y sólidas, preparándose para entrar en lo más profundo de Gaia, en su centro, donde se encuentra su corazón de cristal, que late en sintonía con el nuestro y con el de toda la vida en el planeta. Introducid ahí vuestras raíces para que vuestro cuerpo físico esté bien sujeto a la Tierra a lo largo de la meditación.

Ahora, que ya os habéis anclado a la Tierra, os vais a anclar al Cielo, donde se encuentra la Fuente Madre/Padre de la que toda la creación ha emanado. Lo haréis visualizando un tubo de luz que sale desde el centro de vuestra coronilla y empieza a subir, a subir, a subir... hasta llegar al corazón central de la Fuente, donde lo anclaréis, igual que hicisteis anteriormente en el corazón de Gaia. A lo largo de la subida el tubo se ha hecho más luminoso y potente, así que podéis estar tranquil@s, la luz del Cielo os protegerá e iluminará a lo largo de esta meditación en honor de la sanación de Gaia que vamos a realizar.

Ahora, centrad@s en vuestro corazón y respirando con él, expandid conscientemente vuestra expresión de amor incondicional, compasión, gratitud, comprensión, perdón y creatividad hacia todo cuanto existe, empezando por vosotr@s mism@s.

Colocad las manos en vuestro regazo, la izquierda debajo de la derecha y los pulgares de ambas unidos. En esta postura, Visualizad, pensad, imaginad o sentid que Gaia, la Madre Tierra, está apoyada y sostenida por vuestras manos. Sentid el latido de su corazón, que es el latido del vuestro... Sentid la energía de la Tierra que

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

llega a vuestras manos... Siente que Gaia y tú sois una sola carne, una sola sangre, una sola respiración... Todo tu ser late con ella, todo tu ser vibra, resuena y se mueve con ella, al unísono..., en una perfecta danza llena de sincronía y amor... El amor de Gaia hacia ti, su hij@ querid@.

Ahora, que ya estás unid@ a Gaia y sientes con ella, visualiza, piensa, imagina o siente cómo la esfera terrestre, que hasta hace un momento era sostenida por tus manos, empieza a crecer, a crecer, a crecer... hasta hacerse tan inmensa como realmente es, y colocarse delante de ti en todo su esplendor. Gaia, la Madre Tierra, la Madre Naturaleza, tu Madre, está ahora ante ti, con su enorme corazón de cristal vislumbrado a través de su superficie. Contéplala durante unos instantes, admírala, quíerela y piensa que, en la misma medida en que sientas todo eso por ella, lo sentirás por ti.

A partir de este momento vamos a visualizar varias llamas diferentes en distintos puntos de la esfera terrestre, para que cada una de ellas realice su función específica, contribuyendo con ello a la sanación y energización de Gaia, de nuestra querida y honrada Madre Tierra.

En primer lugar, y en la parte de la esfera que está justo ante nosotr@s, vamos a visualizar una llama de color amarillo dorado, el color que tienen las llamas de cualquier fuego. La llama empieza siendo pequeña y va creciendo con la fuerza de nuestra intención y de nuestra atención. Permaneced unos instantes en esa visualización, sintiendo cómo la llama crece y crece hasta hacerse más alta que la Tierra.

A continuación, a la izquierda de la esfera, vais a visualizar, imaginar, pensar o sentir una hermosa llama blanca, de un blanco puro y reluciente, que también empieza a crecer y elevarse con la fuerza de vuestra intención y vuestra atención, hasta llegar a sobresalir sobre la superficie terrestre.

Ahora vamos al lado derecho de la esfera, visualizando, imaginando, pensando o sintiendo una llama trina: amarilla, azul y rosa, que comienza a elevarse desde abajo y a crecer, hasta superar la superficie..., siempre sostenida con la fuerza de la intención y de la atención.

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

En este momento, por la parte de detrás de la esfera, empieza a formarse una llama de color violeta profundo, que asciende y asciende hasta sobresalir por encima de la superficie del planeta, alcanzando la misma altura de las anteriores.

Observa durante unos instantes cómo arde cada una de esas llamas alrededor de Gaia y cómo todas ellas laten y vibran al unísono, siguiendo el ritmo del latido cardíaco de la Madre Tierra y también, cómo no, del vuestro. Respirad profundamente varias veces e intensificad con vuestro aliento el fuego de esas llamas.

Por último, visualizamos la parte central superior de la esfera terrestre y nos damos cuenta que muy tímidamente al principio y con más fuerza después, empieza a surgir una llama con los siete colores del arco iris: rojo, naranja, amarillo, verde, azul, violeta y blanco. Una llama que va creciendo con la fuerza de vuestra atención y vuestra intención.

Contemplamos ahora durante unos minutos cómo las cinco llamas purifican, limpian, iluminan, transmutan y sanan a Gaia de todos los atropellos cometidos con ella, que quedan consumidos por el fuego de todas y cada una de esas llamas. Respiramos profundamente varias veces para intensificar su fuego con nuestro aliento y sentimos cómo, al tiempo que la Madre Tierra se purifica, limpia, ilumina, transmuta y sana..., también lo hacemos tod@s y cada un@ de nosotr@s, abriendo así la puerta a una vida de dignidad, honor y respeto para todo cuanto forma parte de la Naturaleza y de la Vida.

Concentraos ahora durante unos minutos en la respiración, preparándoos para recuperar el estado de vigilia. Haced mientras tanto una toma de tierra, anclándoos en el núcleo de hierro de la Tierra a través del chacra de la estrella terrestre, que está por debajo de vuestros pies. Después haced también una toma de cielo, anclándoos al centro de la Fuente Madre/Padre a través del chacra de la estrella del alma, que está por encima de vuestra cabeza.

Haced a continuación varias respiraciones profundas, moved vuestras manos, piernas, cabeza... si lo consideráis necesario y, con calma, abrid los ojos para volver completamente a la consciencia habitual del aquí y el ahora, dando las gracias por esta meditación y por la sanación lograda con ella al Universo, a Dios

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

Madre/Padre, al Gran Espíritu, a la Fuente..., como más te guste, y a todos los Seres de Luz que trabajan a favor del Plan Divino Universal.



PERLAS DE SABIDURÍA PERENNE

PLEGARIA MAYA A LAS SIETE DIRECCIONES GALÁCTICAS

Desde la Casa Este de la Luz

que la sabiduría se abra en aurora sobre nosotros
para que veamos las cosas con claridad

Desde la Casa Norte de la Noche

que la sabiduría madure en nosotros
para que conozcamos todo desde adentro

Desde la Casa Oeste de la Transformación

que la sabiduría se transforme en acción correcta
para que hagamos lo que haya de hacerse

Desde la Casa Sur del Sol Eterno

que la acción correcta nos de la cosecha
para que disfrutemos los frutos del Ser Planetario

Desde la Casa Superior del Paraíso

donde se reúnen la gente de las estrellas y nuestros antepasados
que sus bendiciones lleguen hasta nosotros ahora

Desde la casa Inferior de la Tierra

que los latidos del corazón cristal del planeta
nos bendigan con sus armonías
para que instauremos la paz y la belleza

Desde la Fuente Central de la Galaxia

que está en todas partes al mismo tiempo
que todo se reconozca como luz de amor mutuo.

IAH YUM HUNAB KÚ, EVAN MAYA E MA HO! (TRES VECES)

iSea la Paz de la Naturaleza del Cosmos en tod@s y en cada un@!

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

LA GRAN INVOCACIÓN (Alice A. Bailey)

Desde el punto de LUZ en la Mente de Dios,
Que afluya luz a las mentes humanas,
Que la LUZ descienda a la Tierra

Desde el punto de AMOR en el Corazón de Dios,
Que afluya amor a los corazones humanos,
Que CRISTO retorne a la Tierra

Desde el centro donde la VOLUNTAD de Dios es conocida,
Que el propósito guíe a las pequeñas voluntades humanas,
El propósito que los Maestros conocen y sirven

Desde el centro que llamamos la raza humana,
Que se realice el Plan de Amor y de Luz
Y cierre la puerta donde se halla el mal

Desde el Avatar de Síntesis que está aquí,
Que descienda Su energía a todos los reinos,
Y eleve a la Tierra hasta los Reyes de la Belleza.

Que la LUZ, el AMOR y el PODER restablezcan el plan en la Tierra.

LOS VERSOS DORADOS DE PITÁGORAS (Versión de Antoine Fabre
d'Olivet, fechada en el año 1813)

PREPARACIÓN

Rinde el culto consagrado a los Dioses inmortales;
Conserva tu fe; reverencia la memoria
De los Héroes bienhechores y los Espíritus semi -Dioses.

PURIFICACIÓN

Sé buen hijo, hermano justo, esposo tierno y buen padre.
Escoge por amigo tuyo a quien sea amigo de la virtud;
Acoge sus dulces consejos, intrúyete con su vida,
Y jamás le abandones por un ligero agravio
Si puedes hacerlo; pues una ley severa

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

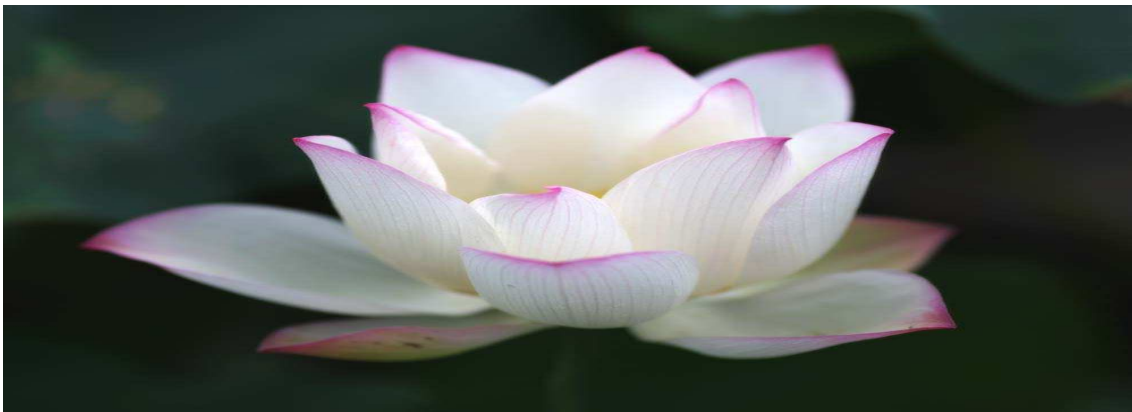
Liga la Autoridad con la Necesidad.
Por ello, estás habilitado para combatir y vencer
A tus locas pasiones, aprende a dominarlas.
Sé sobrio, dinámico y casto; evita la ira.
Ni en público ni en privado, jamás permitas
Nada malo; y, sobre todo, respétate.
No hables ni actúes sin haber reflexionado.
Sé justo. Recuerda que un poder invencible
Ordena morir; que los bienes y honores
Fácilmente adquiridos, son fáciles de perder.
Y en cuanto a los males que el Destino conlleva,
Júzgalos por lo que son; sopórtalos, y procura,
En lo que puedas, suavizar sus rasgos;
Los Dioses, por demás crueles, no han librado a los sabios.
La Verdad es, como el Error, para sus amantes:
El filósofo aprueba o censura con prudencia;
Y, si el Error triunfa, aquél se aleja y espera.
Escucha mis palabras y grábalas en tu corazón:
Cierra tus ojos y oídos a la prevención;
Recela del ejemplo ajeno; piensa por ti mismo;
Consulta, delibera y elige libremente.
Deja que los locos actúen sin objeto ni motivo.
Tú debes, ahora, contemplar el porvenir.
No pretendas hacer lo que no sabes.
Instrúyete: el tiempo y la constancia todo lo deparan.
Vigila tu salud: dispensa, con mesura.
Alimentos al cuerpo y reposo al espíritu.
Evita los cuidados demasiados o escasos, pues el deseo
Se aferra por igual a uno u otro exceso.
El lujo y la avaricia tienen parecidas consecuencias.
En todo hay que elegir un término medio, justo y bueno.

PERFECCIÓN

Ojalá que el sol jamás cierre tus párpados
Sin que te preguntes: ¿Qué omití? ¿Qué hice?
Si obraste mal, abstente; si obraste bien, persevera.
Media sobre mis consejos; ámalos; hazlos tuyos.
Ellos te conducirán hacia las virtudes divinas.
Lo juro por quien grabó en nuestros corazones

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

La Tétrada Sagrada, símbolo inmenso y puro,
Fuente de la Naturaleza, y modelo de los Dioses.
Sin embargo, que ante todo tu alma, fiel a su deber,
Invoque con fervor a estos Dioses cuyo auxilio
Es el único capaz de consumir las obras que iniciaste.
Que ellos te instruyan; entonces, nada te inducirá a error.
Sondearás la esencia de seres diferentes;
Conocerás el principio y el fin de Todo.
Si el Cielo lo quiere, sabrás que la Naturaleza,
Semejante a todo, es la misma por doquier;
De modo que, en conocimiento de tus verdaderos derechos,
Tu corazón no se alimentará más con deseos vanos.
Verás que los males que devoran a los humanos
Son el fruto que ellos eligieron; y que esos desdichados
Buscan lejos de sí los bienes de cuya fuente son portadores.
Poco saben sobre ser felices; juguetes de las pasiones
Sacudidos, alternadamente por olas contrarias,
En un mar sin ribera, enceguecidos, van a los tumbos
Sin poder resistir ni ceder a la tempestad.
¡Dios, los salvarías quitándoles las vendas de sus ojos!
Sin embargo, no es así: corresponde a los humanos, cuya raza
Es divina, distinguir el Error y ver la Verdad.
La naturaleza es su servidora. Hombre sabio, hombre feliz.
Respira en el puerto en el cual ingresaste.
Más observa mis leyes, absteniéndote de cosas
Que tu alma debe temer, distinguiéndolas bien;
Dejando que la inteligencia reine sobre el cuerpo
A fin de que, elevándote en el Éter resplandeciente,
Seas tú mismo un Dios en el seno de los Inmortales



**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**



ALCÁNTARA PSICOLOGÍA Y ESPIRITUALIDAD

AGENDA PARA JULIO 2011

CURSOS

**EL ÁRBOL DE LA VIDA CABALÍSTICO: UN MAPA DE LA CONCIENCIA PARA LA
EVOLUCIÓN PERSONAL Y ESPIRITUAL**

Todos los jueves de Junio y Julio, de 19 a 21 horas, comenzando el 2 de Junio

Lugar: Alcántara Psicología y Espiritualidad

Dirección: C/ Alcántara, 67 – 2º B – Metro Diego de León

Impartido por: M^a Dolores Sánchez-Villacañas

Importe: 200 Euros el curso completo

Más información e inscripciones: 91 401 55 70 – 627 12 09 47

mariadoloresdetoro@hotmail.com

TALLER DE AUTOSANACIÓN Y SALUD

Sábados 2 y 16 de Julio

Horario: 10 a 14 y de 15:30 a 19 horas

Lugar: Alcántara Psicología y Espiritualidad

Dirección: C/ Alcántara, 67 – 2º B – Metro Diego de León

Impartido por: M^a Dolores Sánchez-Villacañas

Importe: 90 Euros cada uno de los días. Se puede asistir a ambos o a uno de ellos.

Más información e inscripciones: 91 401 55 70 – 627 12 09 47

mariadoloresdetoro@hotmail.com

TERAPIA REGRESIVA CONSCIENTE

Todos los Miércoles y Viernes de Julio, de 18 a 20 horas

Lugar: Alcántara Psicología y Espiritualidad

Dirección: C/ Alcántara, 67 – 2º B – Metro Diego de León

Impartido por: M^a Dolores Sánchez-Villacañas

Importe: 150 Euros

Más información e inscripciones: 91 401 55 70 – 627 12 09 47

mariadoloresdetoro@hotmail.com

**METAMORFOSIS Nº 27 – LUNA CÓSMICA DE LA TORTUGA
AÑO III**

CÓMO TRANSFORMAR NUESTRA VIDA COTIDIANA CON EL RAYO DE LA CREACIÓN

Martes 5, 12, 19 y 26 de Julio, de 18 a 20 horas

Lugar: Alcántara Psicología y Espiritualidad

Dirección: C/ Alcántara, 67 – 2º B – Metro Diego de León

Impartido por: M^a Dolores Sánchez-Villacañas

Importe: 75 Euros

Más información e inscripciones: 91 401 55 70 – 627 12 09 47

mariadoloresdetoro@hotmail.com

MEDITACIÓN GUIADA CON EL ARCÁNGEL URIEL

Sábados 23 y 30 de Julio, de 17 a 19 horas

Lugar: Alcántara Psicología y Espiritualidad

Dirección: C/ Alcántara, 67 – 2º B – Metro Diego de León

Impartido por: M^a Dolores Sánchez-Villacañas

Importe: 20 Euros cada meditación. Grupo mínimo: 6 personas

Más información e inscripciones: 91 401 55 70 – 627 12 09 47

mariadoloresdetoro@hotmail.com



OTRAS ACTIVIDADES

SHAMBALLA MULTIDIMENSIONAL HEALING™: CURSO BÁSICO

Sábado 9 y Domingo 10 de Julio

Horario: De 10 a 14 y de 16 a 19 horas los dos días

Lugar: Arteduna – C/Campomanes, 6 – 5º dcha.

Impartido por: M^a Dolores Sánchez-Villacañas y Natividad Navarro

Importe: 180 Euros, incluido certificado de la B.C.M.A. (Asociación Británica de Medicinas Complementarias)

Más información e inscripciones: 91 401 55 70 – 627 12 09 47

mariadoloresdetoro@hotmail.com

namastemdn@gmail.com

RECUPERACIÓN ENERGÉTICA, EQUILIBRADO DE CHAKRAS Y MEDITACIÓN GUIADA

Todos los lunes de Julio, de 19 a 21 horas

Todos los miércoles de Julio, de 10 a 12 ó de 12 a 14 horas

Lugar: Alcántara Psicología y Espiritualidad

Dirección: C/ Alcántara, 67 – 2º B – Metro Diego de León

Impartido por: M^a Dolores Sánchez-Villacañas

Importe: 20 Euros por sesión. Grupo mínimo: 6 personas

Más información e inscripciones: Tel. 91 401 55 70 – 627 12 09 47

mariadoloresdetoro@hotmail.com

MEDITACIÓN GUIADA PARA LA SANACIÓN MULTIDIMENSIONAL

Por la tarde: Todos los lunes de Julio, de 17 a 19 horas

Por la mañana: Todos los lunes y todos los viernes de Julio, de 12 a 14 horas

Lugar: Alcántara Psicología y Espiritualidad

Dirección: C/ Alcántara, 67 – 2º B – Metro Diego de León

Impartido por: M^a Dolores Sánchez-Villacañas

Importe: 20 Euros por sesión. Grupo mínimo: 6 personas

Más información e inscripciones: Tel. 91 401 55 70 – 627 12 09 47

mariadoloresdetoro@hotmail.com



CONSULTAS INDIVIDUALES REALIZADAS POR

M^a DOLORES SÁNCHEZ-VILLACAÑAS

- **Psicología Clínica y Psicoterapia**
- **Terapia de Pareja y de Familia**
- **Psicoterapia Espiritual**
- **Terapia Floral de Bach**
- **Estudios astrológicos y Astrología Psicológica**
- **Astrología y Flores de Bach: Elixir floral personal a partir de la Carta Natal**
- **Astrología y Ángeles de la Cábala: Guías angélicos de la Carta Natal**
- **Oráculos: Maya, de las Hadas, de las Diosas, de los Ángeles de la Cábala, Cabalístico (creación propia)**
- **Terapia Regresiva Consciente (creación propia)**
- **Trabajo energético y sanación multidimensional**



LIBROS RECOMENDADOS



- **ÁLAVA REYES, M^a J. – LA INUTILIDAD DEL SUFRIMIENTO – LA ESFERA DE LOS LIBROS**
- **BACH, R. – EL PUENTE HACIA EL INFINITO – RBA EDICIONES**
- **HIRIGOYEN, M.F. – EL ACOSO MORAL – ED. PAIDÓS**
- **TORO, M^a D. de – INTELIGENCIA PERSONAL Y VITAL – ED. VISION NET**
- **TORO, M^a D. de – LA ESTELA DE LOS ASTROS: UNAS LECCIONES DE ASTROLOGÍA – EDICIÓN DIGITAL**
- **TORO, M^a D. de – PENSAMIENTOS Y AFORISMOS PARA LA VIDA COTIDIANA – EDICIÓN DIGITAL**
- **TORO, M^a D. de – VIAJE AL CENTRO DEL SER: MANUAL DE MEDITACIONES PARA EL CRECIMIENTO INTERIOR – EDICIÓN DIGITAL**

¡SHAMBALLA ON! ¡SHAMBALLA ON! ¡SHAMBALLA ON!