



Caminando con las Trece Abuelas

CLAN DE LAS SABIDURIA



Clan de la Sabiduría





Abuela de la Sabiduría

La Historiadora de todos los registros de la Tierra. Ella es guardiana de las bibliotecas de piedra y protectora de todas las tradiciones; ella resguarda la Memoria Sagrada de la Humanidad. Ella nos cuenta cómo desarrollamos el sentido de Ser a través de honrar la verdad en todos los seres sintientes, recuperando nuestra verdad más vital y liberada de condicionamiento. Su mes es febrero. Ella es también la guardiana de las amistades y vínculos, nos cuenta que cuando nos comprometemos en nuestro desarrollo personal podemos tejer vínculos genuinos donde nuestra verdad es honrada también, y somos vistas y recibidas. Ella nos apoya a sanar y restaurar la memoria.



“¿Te has preguntado alguna vez cómo te las arreglaste para acabar en una familia tan rara como la tuya? Si has vivido tu existencia como una forastera, como una persona ligeramente extraña o distinta, si eres una solitaria y vives al borde de la corriente principal, tú has sufrido. Y, sin embargo, también llega un momento en que hay que alejarse remando de todas estas cosas, conocer otra posición estratégica, **emigrar a la tierra que nos corresponde.**”

El cigoto equivocado, en Mujeres que corren con lobos de Clarissa Pinkola



La Sagrada Biblioteca de la Tierra

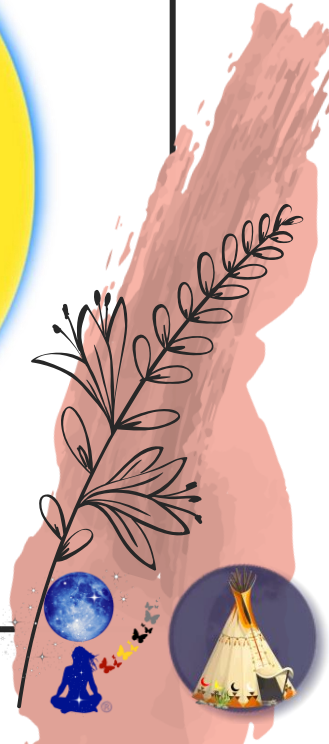
Sabiduría

- Sabiduría: saber / sabor. Conocimiento alto adquirido. Discernir lo mirado o sabido, lo degustado. Saber distinguir los sabores. Hacer del conocimiento un camino coherente de verdad personal.
- ¿Dónde encontramos la sabiduría propia? **En el cuerpo.** En la experiencia y vivencia de nuestro cuerpo físico acompasado con el mental, emocional y la Orenda o esencia espiritual.
- La Tierra tiene Guardianas del tiempo, de la sabiduría e historia en las Abuelitas Piedras. Los cuarzos o piedras preciosas guardan la memoria de una medicina específica. Las piedras son la sagrada biblioteca de la Tierra y de la humanidad.
- La memoria de la creación está guardada en las Cuevas, y en el cuerpo humano, nuestro útero es reminiscencia y holograma de esa matriz origen y de las cuevas de la tierra.



La Sagrada Biblioteca de la Tierra

- La Historia real humana está hecha de distintos puntos de vista, tod@s contribuimos.
- La realidad es un consenso colectivo, por eso mi contribución es vital y la de otr@s.
- Después del Sendero de lágrimas nos fue impuesta una sola perspectiva, y que además sólo algún@s tenían la verdad: “ganadores desde la guerra, lo masculino opresivo y los colonizadores”.
- Recuperar nuestra sabiduría nos implica recordar la sabiduría que nos fue negada, de los pueblos originarios indígenas, lo matrilineal y matrifocal para sumar su tradición a las visiones de nuestro corazón.

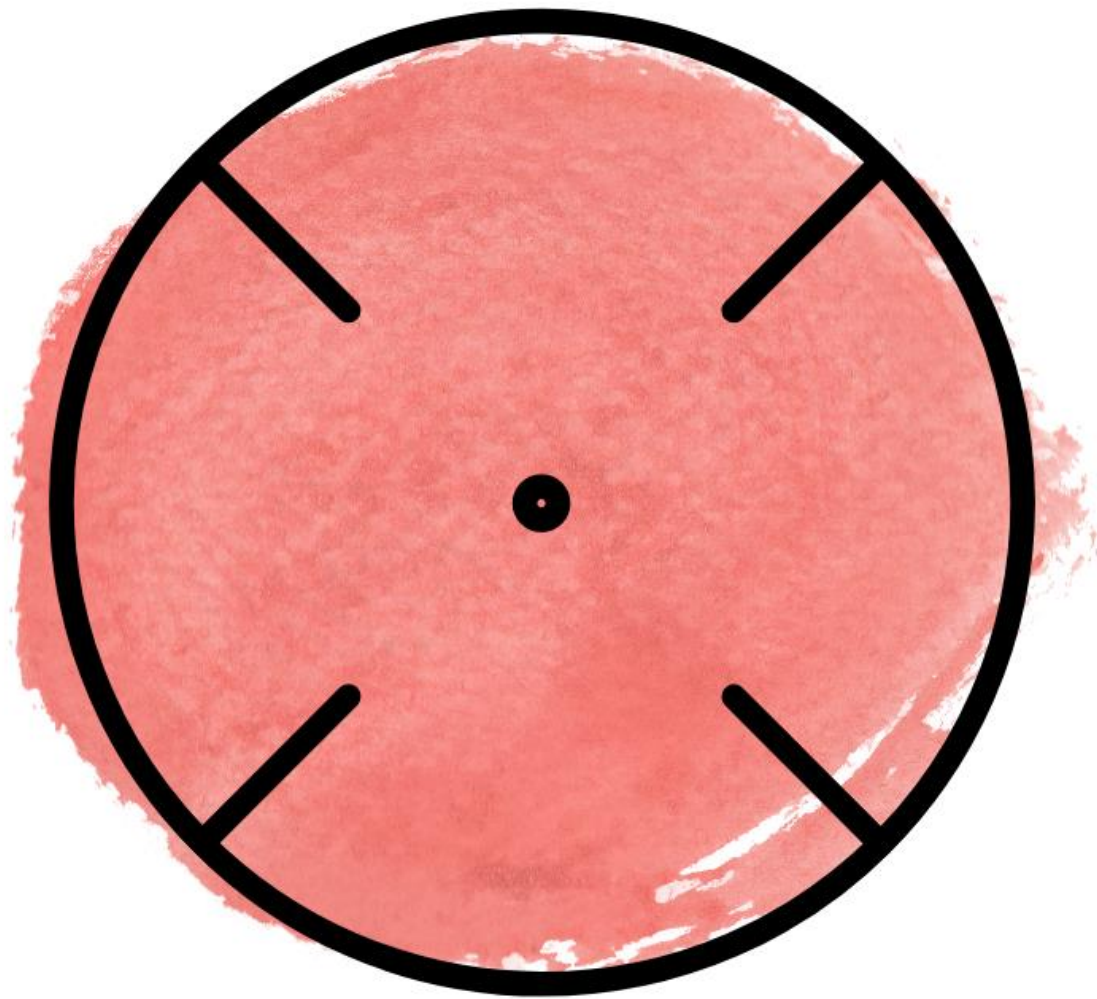


La sagrada biblioteca de la Tierra

Útero

- Aquí custodiamos toda nuestra historia creativa-sexual, vincular-afectiva, nuestro ensueño y realidad. Todo el deseo y lo que quiere nacer. Por esto es vital mantener la energía de nuestro útero circulando saludable, es nuestro corazón arcaico.
- Todas las personas con las que nos vinculamos tienen un hilo energético atado a nuestro útero. Tod@s l@s hij@s creativ@s o biológic@s que hemos tenido o no, ahí nos habitan con su chispa.
- Cuando miro mi **patrón vincular** a través de mi respuesta de estrés puedo entender que mis relaciones son exitosas no por un tema de amor o desamor, si no, de patrones subconscientes.
- El útero gestiona y guarda toda la memoria emocional de todo lo que ha acontecido a nivel personal, familiar y colectivo, también. Guarda un patrón energético que detona todo el proceso hormonal.





Patrón vincular y respuestas al estrés

REGULADA

LUCHA	HUIDA	PARALISIS	ADULACION
Asertividad Límites Valentía Arrojo Liderazgo	Desvinculación Retiro sano Trabajador@ Sabe hacer Persevera	Consciente Atención plena Disposición Paz Presencia	Amor y servicio Compromiso Escucha Justicia Pacificador@

CUANDO ESTÁ SOBREENSTIMULAD@ O AGOTAD@

DES-REGULADA

Controladora Explosiva Esclavista Soberbia Abusiva Autócrata Demandante Perfeccionista	Obsesiva Compulsiva Con pánico Apresurada Huye del dolor Multitasking Abrumada Hiperactiva	Contracturada Se esconde Se aísla Sueña despierta demasiado Con fobia a moverse o a los logros Excéntrica	Servil Indulgente Pérdida del yo Esclava Parentificada Invasiva Se convierte en el chivo expiatorio
---	---	--	--



La Sabiduría corre a través de la regulación

La lealtad a nosotras mismas

- Cuando no cultivamos lealtad con nosotras mismas es posible que busquemos ilusiones de traición allá afuera, o la traición se haga nuestro propio camino.
- La jueza interna y externa (me juzgo o juzgo a otr@s) no nos permite escuchar nuestro verdadero ritmo, deseo y necesidades. Es importante parar de forzarnos y forzar a otr@s a vivir según lo que esta jueza dicta. Todo juicio es una confesión.
- Vivimos en una sociedad que protege al perpetrador; la espiritualidad se vuelve una trampa cuando decimos que “Somos un espejo” pero no contemplamos que en ese espejo se reflejan los traumas transgeneracionales. Algunas personas vienen para que aprendamos a **parar** y poner límites, no para que les llamemos “seres de luz” ni sigamos romantizando a los perpetradores.
- Aprendimos a huir, luchar, paralizarnos o adular a nuestr@s perpetrador@s por supervivencia. Somos quizás, la primera generación que está eligiendo y teniendo la oportunidad de hacerlo distinto, a través de la presencia.



La Sabiduría corre a través de la regulación

¿Cómo nos traicionamos?

- Tejer amistades o colaboraciones con personas en quienes no confiamos.
- Traicionar nuestros valores por que “se lo debemos” a otr@s.
- Obligarnos a ser indulgentes y presentes con personas mal intencionadas.
- Dejar de hacer cosas vitales que nos regulan, nos dan estabilidad y nos hacen sentir creativas y bendecidas, por servilismo a otr@s.
- Vincularnos con personas con las que no nos sentimos recibidas o validadas, haciendo y cargando su labor emocional.
- Si para estar en una relación necesitamos hacer nosotras más el 50% que nos corresponde, entonces, no estamos en una relación.
- Sentirnos culpables por lo que el otro o la otra sienten (ojo, culpa no es lo mismo que responsabilidad: capacidad de responder).



Animales del Clan de las Relaciones

Dentro de Descargables tienes un AUDIO para encontrar tu propio animal de poder, que te acompañe a lo largo del 2022.

Honrando y recuperando la sabiduría en nosotras vamos a investigar más acerca de UNO de los animales de poder de este ciclo. Intenta llamarlo en sueños, busca integrar su medicina en tu vida, y permite que te acompañe en este despertar del clan de la sabiduría.

Cerdo: Medicina del intelecto y la prosperidad.

- *Ardilla: Medicina de respetar las pequeñas partes de la Naturaleza y prevenir el futuro.*
- *Ratón: Medicina de poner detalle y escrutinio.*
- *Mamut: Guardián del arte de re-cordar.*
- *Nieve: Medicina de los sueños humanos llevados a la tierra para que la vida continúe.*





Prácticas del Clan de la Sabiduría



Mi respuesta y mi patrón

¿Qué situaciones pequeñas o grandes detonan mi respuesta de estrés? ¿Cómo es mi patrón vincular con las personas más importantes para mí? ¿Qué sensaciones desatan en mi cuerpo estos patrones?



Afectos

¿Cómo romantizo mis afectos? ¿Cómo patologizo mis afectos? Si me atrevo a humanizar mis afectos ¿qué puedo observar? ¿A quién anhelo cerca y a quién lejos?



Patrón transgeneracional

Hago una reflexión escrita y reviso cómo son los patrones vinculares y de comunicación en mi árbol genealógico: ¿cómo se realizan las conexiones? ¿cómo se obtiene el apoyo? ¿cómo se dialogan los puntos de vista?



Prácticas del Clan de la Sabiduría



Connmigo

Practico la lealtad a mí misma
¿cómo se siente en mi cuerpo?
¿qué sensaciones de bienestar
me pasan cuando soy leal a lo
que yo misma me prometí
hacer o dejar de hacer?



Jueza

Cada vez que me traicione a
mi o a otr@s, y escuche la
voz que enjuicia, escribiré la
frase y al final de la lunación
las quemaré pidiendo al
Abuelo Fuego transmutación.
Y seré compasiva connmigo.



Rueda del útero

Visualiza que un cordón energético va
de tu útero a la energía de esa persona
que deseas despedir de tu rueda.
Tocando tu ombligo con tus dedos, y
con tu respiración imagina que al
exhalar soplas dentro del cordón y poco
a poco éste pierde color y vitalidad
hasta que se deshidrata y desaparece.
Sabrás que la labor está hecha cuando
vuelvas a cerrar los ojos y ya no
percibas más la energía de esa persona
o el cordón haya desaparecido.

PRACTICAS DEL CLAN DE LA SABIDURÍA
Abuela Guardiadora de mi sabiduría



Recursos de apoyo

- Playlist en Youtube: Resiliencia: [RESILIENCIA – YouTube](#)
- BIBLIOGRAFIA
- Florinda Donner (2010) El sueño de la bruja. España: Gaia
- Mark Wolyn (2018) Este dolor no es mío. México: Océano.
- Yung Pueblo (2018) Hacia adentro. México: Urano





*Guardiana del conocimiento antiguo
susurra tu sabiduría a mi oído
para que siempre recuerde
el misterio sagrado de la vida.*

*Las historias de las Abuelas,
Valientes andanzas, grandes y pequeñas
el progreso de quienes con fé
respondemos al llamado de nuestra madre.*

*Los ciclos y las estaciones,
que marcan nuestros cambios,
el renacimiento de nuestras visiones,
el espíritu que clamamos.*

Jamie Sams

