



# Sagrado Femenino

Graciela A. Domínguez

Tu regalo Mujer

Un recorrido vivencial

¡Vive tu propia experiencia  
íntima y profunda!

Graciela A. Domínguez



## La Mujer – El Ritual Sagrado

Recién había amanecido. La noche anterior fue un momento de preparación. Sabíamos los pasos a dar cuando los primeros rayos de sol iluminaran la copiosa y húmeda selva. Debíamos estar atentas a ese preciso momento donde los sonidos de las criaturas de la noche dieran paso al brillo amaneciente y a los sonidos del reino de la luz.

### Todo se inicia con la luz

El humo de las maderas recién encendidas llegan aromáticas. Ese aroma peculiar de inciensos y resinas se mezclan en el aire y convocan al interior. Penetran las emociones. Avivan los recuerdos, las memorias de un pasado sin tiempo, a una nueva forma de estar y sentir el misterio y a experimentar esta oportunidad conducida por el espíritu a una capa más profunda, sagrada y única.

Sobre las maderas ardientes, “el Hombre de Fuego”, arroja las piedras volcánicas hasta que se elevan a rojo vivo. Una de las asistentes se dirige a la tienda y de regreso trae abundantes ramas de salvia blanca que parecen recién cortadas y que apoya sobre una pila de piedras en forma de mesa.

### La magia. El ruido calla

No hace falta más que estar en silencio, sólo el sonido despertador de la selva se agita entre las ramas, mientras un suave rumor del río, como un hilo constante y conductor lo une todo bajo el sol y el influjo de la Luna en sus cuatro vestiduras.





## El corazón late

Estamos sentadas en círculos, no nos conocemos y al mismo tiempo, nos sentimos hermanadas, conectadas, entreteljadas por una historia femenina que nos une. Somos las fibras de un telar de sueños, de aciertos y errores, de amores y desamores, de pérdidas y conquistas. Una trama hecha de todos los colores del arco iris que se alternan en fondo mutantes entre de blancos, negros y grises.

Ahora, se inician los sonidos suaves de percusión que parecen marcar el ritmo del corazón. Los recibo en mi pecho, en mi respiración, en las ondas cerebrales, en la pulsación de mi sangre. Permanezco escuchando, oliendo, sintiendo los sonidos. Permanezco en presencia de la húmeda tibieza de la piel, sabiéndome en el lugar perfecto, a la hora perfecta, en la actitud perfecta.

## Estamos. Estoy preparada

La conciencia de identidad se fortalece en el colectivo femenino que nos identifica: "despertar al arte de vivir en conexión con la tierra y el cielo, con el agua y el fuego, con el aire y el espíritu para ascender por la dorada escalera a la mejor versión de si mismas de tal modo, que nuestras vidas se conviertan en una historia bonita que merezca ser contada.

## El temazcal

Atuendo Liviano. Descalza sintiendo el piso acolchado de un suave y húmedo verdor contornea la ondulación de la tierra y compensa la rugosidad de las raíces que tejen la selva.

El "Guía Mayor" nos invita a ingresar a la casa de calor y sudor. Esta casa circular está cubierta de cuero de animales apoyada sobre una base de piedras y adobe donde se ensamblan troncos abovedados que sostienen la cubierta con una única puerta.





Las piedras calientes se colocan en el centro, se vierte agua del río y las plantas de salvia blanca. El calor y el vapor, más el aroma exquisito, penetrante, salvador y mágico de la salvia, se mezclan con cantos y sonidos de purificación que elevan el espíritu. El sudor nos alivia de toxinas, el aroma nos lleva. Arriba a un lugar hipnótico y sacro.

Algo se desprende y mucho se alivia. Al salir somos recibidas con un manto limpio impregnado con el aroma virginal de la selva. Símbolo de pureza y nueva vida emergida por calor y fuego.

### **El río Dulce. Aguas de femineidad**

La Mujer de "Agua", nos conduce al río para celebrar el ritual del Baño Sagrado dedicado al despertar del Poder femenino.

Nos subimos a unas chalupas que nos esperaban sobre el margen del río Dulce hacia un lugar donde estas aguas reciben de la tierra el ingreso de agua caliente termal.

Avanzamos en silencio y en paz, acompañadas por la suave melodía de un interior que va cantando como quien camino de regreso a casa.

El verde exuberante nos rodea, las hojas de los árboles besan el río, mientras los pelícanos permanecen en las ramas más altas que sobresalen del espeso follaje, mientras otros permanecen sobre los troncos flotantes en espera de alimento. Por allí, los pescadores despliegan con gracia sus redes voladoras de esperanza. El canto de los pájaros, el escurridizo Quetzal, los sonidos de los monos aulladores. Todo mezclándose entre sonidos, olores, colores, formas, texturas. Esencias vitales que animan el paisaje junto al flujo de las aguas y el cielo azul radiante que nos acompaña. La vida está aquí manifiesta, desplegada.





## Llegamos a destino

Siguiendo el cauce entramos por el recodo del río. Y allí, estaba lo impensado: un inmenso y maravilloso jardín acuático de increíble cantidad de nenúfares florecidos. Flores en todas las gamas de colores que estos pequeños lotos pueden regalarnos entre blancas, rosadas, amarillas, lilas, más suaves, más intensas flotando entre sus hojas verdes, redondas al compás de las suaves olas, componiendo un paisaje selvático y tropical cuya belleza no puede ser expresada.

Las chalupas se detienen y la Mujer de "Agua" nos conduce hasta la orilla del río, sobre el maná de las aguas termales y los nenúfares flotantes.

Estamos solas. Todo el paisaje es para nosotras. El sol se refleja diamantino sobre las aguas y la brisa corre sin prisa y agradable.

## El ritual por agua

Ingreso al agua que me llega hasta el pecho, por debajo siento el calor termal, por la superficie frío, pero cuando me muevo la temperatura se integra agradablemente. Me siento en la gloria. Todos los sentidos están reconfortados entregados al contacto con este elemento. La piel, el cuerpo, la mente, el alma en la gloria.

Hacemos una rueda de mujeres, bajo la dirección de la guía nativa. Esa extraordinaria Mujer de "Agua."

Me entrego a su voz, al rumor del río, a la tibieza, al canto de la selva, al jardín de las flores, a mi propio cuerpo y emociones, me hago "una" en un contexto que no puede ser más perfecto donde el tiempo parece detenerse en un eterno.







## El Baño Sagrado

El movimiento del cuerpo es el que imprime el movimiento de las suaves oleadas. Me acaricia el sol, las hojas, los pétalos de las flores flotantes. El delicado y casi imperceptible aroma dulce se mezclan con los frescos y estimulantes verdes de la selva.

Inhalo toda esta belleza y exhalo. Exhalo lento para soltar tanta sustancia acumulada.

Inhalo esa suave y penetrante bocanada de vida perfecta y exhalo mucho más lento, soltado, soltando, soltando, lento, muy lento.

Escucho una canción en ritmos de cuna. Envolvente, ensoñadora. La voz de la Mujer de "Agua" nos guía. Canta las melodías antiguas de las abuelas, que recogen, bendicen y fortalecen a las mujeres en cada etapa de su existencia. Una voz que mece, pero que poco a poco se aleja para ocupar un segundo plano hasta que dejo de escucharla.

Girones de mi vida parecen alejarse y en su lugar, una sensación de liviandad reconforta mis células, mis huesos, trepa por cada espacio corporal y abre el pecho en un aire más profundo y libre que se abre paso por las ceñiduras opresivas de la propia historia femenina de un tiempo donde parece perderse la memoria, en una cadena infinita que sigo su hilo y se encuentra con el aullido de una loba reclamando en medio de la noche y al final me encuentro en el centro de una flor simple que me acoge. Abrazada con la ternura, y a la vez, con la fuerza y decisión de esa extraña y primigenia flor que por primera vez fue besada en su centro desnudo y que ahora me acuna.

Sobreviene un silencio. Ese otro silencio como un personaje que corre el ruido del ego, a las sensaciones de pérdidas y ganancias, en el afán por la lucha cotidiana. Sólo silencio, completud. Una experiencia nueva que gana espacio y se apodera.









## Lo extraordinario

No se cuanto tiempo ha transcurrido hasta que la voz de la Mujer de "Agua" nos trae de regreso.

Otra vez la consciencia del agua, el brillo de la luz, el jardín acuático, los pelícanos, el rumor de la selva.

Abro los ojos. Un telón se cae. Todo es distinto. Me quiero quedar en aquel estado por siempre. Sin embargo, este renacer es extraordinario. Lo es, en el sentido que puedo contemplar las diferencias de consciencia. Un matrimonio perfecto entre los elementos, el espacio y el tiempo y mi propio ser que parece agigantarse en un cuerpo donde cabe toda la vida, mientras la otra se derrumba como un juego de figura y fondo, lo importante frente a lo intrascendente que consumía tanta energía.

Me digo: -finalmente, es este el estado que promueven los maestros y maestras. La meditación y su fruto ¿Será el Samadhi la puerta del Paraíso prometido en el eterno presente del ahora?. ¿La consciencia pura que diferencia la vida ordinaria, de la trascendente?. ¿El recorrido vital de una mujer al encuentro de su sentido y destino desde el SAGRADO FEMENINO?. Porque no son las cosas, ni las circunstancias, ni la historia de las relaciones quienes nos definen. Es otra cosa que se hace experiencia, purifica y libera de toda ceñidura que da en parir al YO PROFUNDO Y REAL

Lo extraordinario está allí, en la percepción espiritual y sutil ante la maya o la ilusoria idea de vivir. Un salto cuántico que tiene sus peldaños. Un viaje de la MUJER DORMIDA a su SAGRADO FEMENINO que encarna la liberación y la sabiduría para convertirse en Agua de vida en el desierto, Luz de Luna en la noche ciega. Ser hija, madre, hermana, esposa, hechicera, medicina, chamana.

Si has disfrutado este regalo, recibiré tus preguntas y/o comentarios.

Graciela A. Domínguez





Esta experiencia es un regalo para ti, que espera sea un acceso a vivir tu propia experiencia con las esencias capaces de componer un ambiente propicio para tu trabajo y bienestar personal.

¡Ahora, te invitamos a la practica para disfrutar tu Baño Ritual!.

En tu caja BioBox encontrarás la Guía de ejercicios y Productos Aromáticos para tu baño sagrado!

Ingresar con un click a nuestras redes sociales

