

Edición: Editorial Azul S.A.
Dirección editorial: Florencia Lafón
Diseño editorial: Eliseo Castellar Piazza
www.editorialazul.com.ar
info.editorialazul@gmail.com

Hecho el depósito previsto por la ley 11.723

Impreso en Argentina

Reservados todos los derechos sobre este libro. No se debe ni se puede, total o parcialmente: traducir, reproducir, almacenar, transmitir, adaptar y/o utilizar de manera alguna, ni por ningún medio, electrónico, químico, mecánico, óptico, de grabación o electrográfico sin el consentimiento escrito del autor.

Mabel Rosá Peula

CreandoMe

Índice

pág. 13 La palabra	pág. 83 Los controles
pág. 17 El origen Mandala: Magnético	pág. 87 Co-creación Mandala: Galáctico
pág. 23 Juego	pág. 91 Vuelta al mundo
pág. 27 La luz Mandala: Lunar	pág. 97 Matrices - tetraedro Mandala: Solar
pág. 33 Operación	pág. 103 Adentro y afuera
pág. 37 Lo uno Mandala: Eléctrico	pág. 109 Octaedro Mandala: Planetario
pág. 43 El ombligo	pág. 113 Liberación
pág. 47 La forma Mandala: autoexistente	pág. 119 Hexaedro Mandala: Espectral
pág. 53 El pelo	pág. 125 El juicio final
pág. 57 Vida Mandala: Entonado	pág. 133 Icosaedro Mandala: Cristal
pág. 63 Mis celulitas	pág. 139 Semillas
pág. 67 La energía Mandala: rítmico	pág. 151 Dodecaedro Mandala: Cósmico
pág. 73 ¿Desde donde miramos?	
pág. 77 Ciclos cooperativos Mandala: Resonante	

Acerca de las etapas

Este libro se compone de 13 etapas, momentos, que son como gotas suspendidas en el aire.

Las etapas tienen un orden, porque son parte de mi camino, pero no fueron escritas en cada momento. Fueron escritas a lo largo de seis años, escritas en mi interior, como espirales que se superpusieron una y otra vez, generando y creándome.

Algunos acontecimientos me permitieron tejer en torno de ellos una trama con forma de gota.

Cada gota tiene valor propio, es parte del río, puede unirse a él y correr hacia el mar.

Pero también es y contiene en sí misma y, solo ella, a ese río.

Acerca de los ejercicios

A cada etapa la acompaña un ejercicio.

Mi inagotable curiosidad por entender al ser humano, por conocer quién soy, qué soy, cómo soy realmente, en toda mi integridad, me llevó a hacer estudios formales, conocer templos, devorarme bibliotecas, asistir a cursos y talleres, conocer religiones, etc. . De cada uno ellos, quedaron algunas hilachas dando vueltas adentro mío. Cuando fueron muchas, de diversos colores, texturas y tamaños, comencé a realizar con ellas mi propio tejido. Así nacen los ejercicios de este libro. Ninguno de los ingredientes son míos, sólo esta nueva trama.

Elijo como línea conductora los versículos del Génesis, porque admiro su sabiduría que trasciende una religión, ya que sus manuscritos fueron hallados entre los sumerios 8000 años A.C.

También me nutrí de las culturas Egipcia, Maya, Azteca, Hindú, Celta; y de lo poco que nos llegó de los Tehuelches, Mapuches y Diaguitas.

De los pioneros que estudiaron y difundieron la geometría sagrada, en especial Nassim Haramein y Drumbalo Melchizedek. De la persona que descubrió una manera de mostrar la información del agua, Masaru Emoto.

De las lecturas acerca del hermetismo, del uso de la simbología en diferentes sociedades secretas.

Del conocimiento que aporta cada día la ciencia y la tecnología.

De todas las personas que fueron profesores y disertantes en mi camino.

De todos los autores de libros que he leído.

De todos los paisajes que he visto y pisado, de todas las piedras y caracoles que acompañaron mis sueños y meditaciones, de todas las hierbas que he bebido y los animales que he comido. De todas las manos que trabajaron y de todo el oxígeno que alimentó mis

células. De la información del cosmos que en todo momento recibimos. De mis sueños y los de la humanidad.

De todos ellos y de muchos más he tomado ideas, pensamientos, sentires, información. En mi mente y corazón fueron hilados con una mezcla propia y en el mismo telar se confeccionó esta pieza, que es un canto de mi ser, en unidad con todos.

Cada ejercicio puede realizarse todas las veces que sea necesario. También puede aplicárselos a diferentes aspectos del propio ser y estar en este mundo.

El conjunto de los ejercicios encierra el significado del génesis, el origen, la creación, el nacimiento.

Al hacerlos nuestra intención es “nacer de nuevo”. Nacer desde la propia conciencia de nosotros mismos, impregnar a cada célula de nuestro cuerpo, que está naciendo de nuevo, la intención de pureza, libertad y brillo de la esencia divina que hay en cada uno de nosotros.

Podemos utilizarlos todas las veces que deseemos darnos origen a través de nuestro ser. Solo bastará poner la intención con la palabra antes del ejercicio, soltar la mente y entregarse al juego de la geometría sagrada. De esta manera vinculamos nuestra existencia individual a la danza del Todo.

¡Hola!

Esta es mi historia, que seguramente tiene algo en común con la tuya: la búsqueda de la felicidad en esta tierra y en este cuerpo.

Yo te cuento acerca de mi camino, las herramientas que encontré, las ayudas que descubrí. Vos habrás conocido y encontrarás muchas otras para llegar hasta allí.

Allí es tu propio ser, el que no escuchamos o no atendimos, ni vos ni yo, y se nos mostró través de la enfermedad o la desdicha.

Descubrir quién soy, para qué encarné en este cuerpo y ser coherente con eso, es la felicidad. La enfermedad será o no, según lo decida mi ser interior, en felicidad.

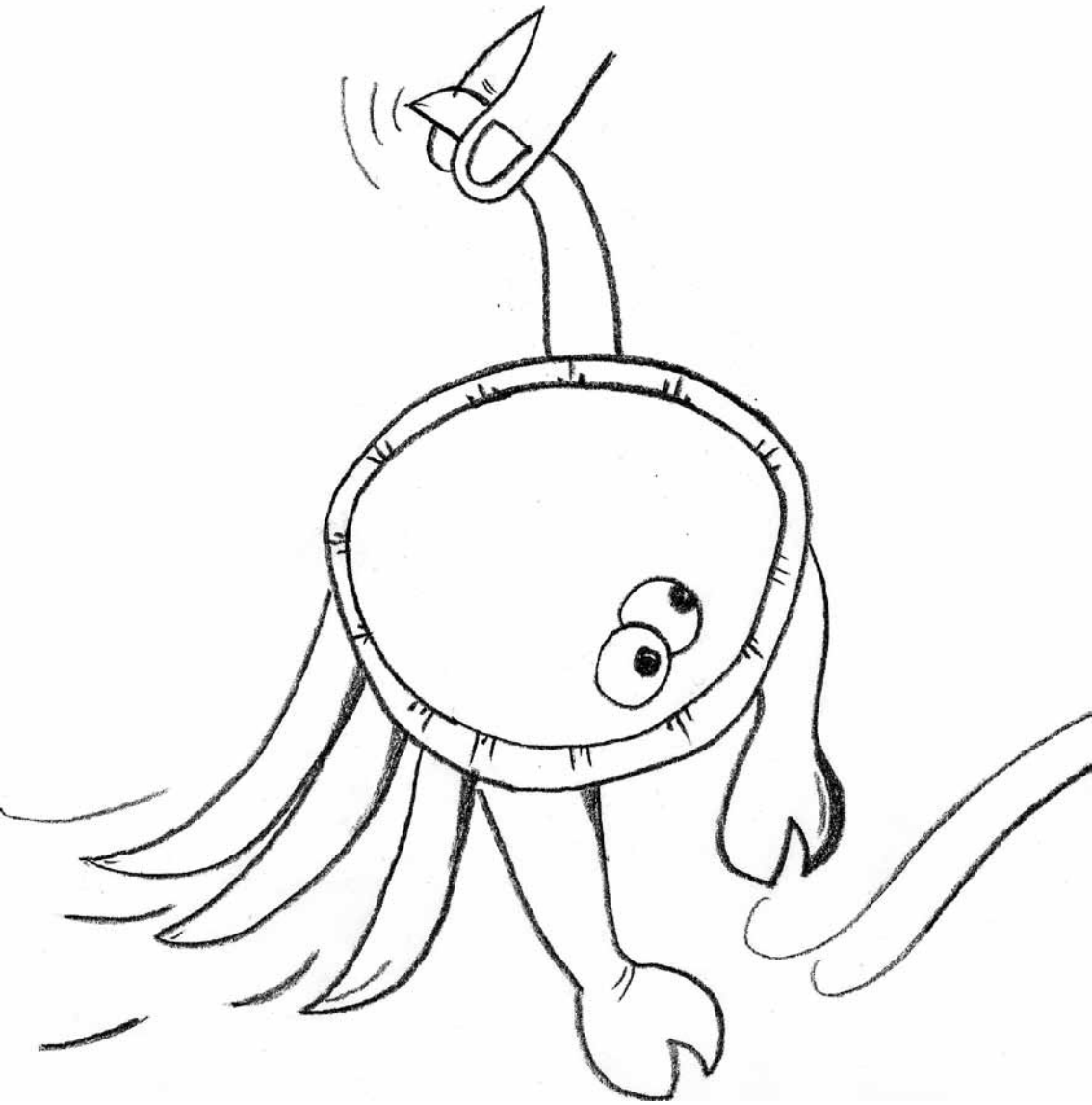
El encuentro de cada uno de nosotros con nuestro ser es importante porque los dones que traemos son únicos y la tarea que haremos en este tiempo de vida también es única.

Muchas personas están esperando que soltemos juicios, mandatos, creencias para poder seguir junto a nosotros el camino.

Eso no lo sabemos, los descubrimos a medida que Somos.

Gracias por querer recorrer tu historia junto a mí.

Mabel (Me)



¡Te agarré!



La palabra

La palabra cáncer sobrevoló mi cielo el día y la noche previa al estudio. Estaba sola, en mi interior estaba sola, ni yo misma me acompañaba. El instinto de supervivencia que hay en mí anuló todo sentir. Era una autómatas que cenó y se fue a acostar. Nada era real, nada era, ni yo era. No tenía miedo, ni pena, tristeza, ni rabia. Me liberé de emociones quizás para poder tolerar la noche. Solo la palabra estaba escondida en alguna nube y cuando miraba hacia arriba, la veía. Creo también que la vi debajo de la almohada cuando la acomodé para dormir, pero no estoy segura.

Cerré los ojos y dormí en el mismo letargo sin emociones en el que pasé la tarde. A nadie había dicho nada de la cara del médico cuando me estaba palpando, ni de su decir: “Hummm, acá hay algo, mañana venga temprano que hacemos un estudio que nos aportará más datos”. No tenía ganas de hablarlo con nadie; en realidad era otra forma de mantener a raya la catarata de pensamientos, ideas, supuestos, sentimientos, que estaban enmadejados en la palabra cáncer, contenerlos como un dique sin permitir la posibilidad de fisura alguna.

Me desperté con la alarma del reloj, traté de hacerme el enema con el producto que había comprado, pero fui una completa inútil. Puse el auto en marcha y salí a buscar alguna farmacia de turno para resolver el tema. La encontré entrando al pueblo y de allí me mandaron a la casa de una enfermera a pocas cuadras. Subí al auto de nuevo y me fui al centro de estudios. Seguía sola, de afuera y de adentro. Y era necesario que así lo estuviera, esto era algo entre yo y yo, tenía que encontrarlo, encontrarme.

El médico, un poco mayor que yo, puso cara de... ¿pena? ¿bronca? ¿o simple pesar?... y me dijo: “Acá hay un tumor, no es muy grande, pero es algo para estudiar y actuar. Lamento mucho tener que darle esta noticia, ¿cuántos años tiene usted?”. “47” le dije, completamente presente. Sonreí, como lo hice siempre, y hasta quise tranquilizarlo con alguna pavada que dije, pero más que nada con mi actitud. Ahora me pregunto, ¿lo quise tranquilizar o realmente yo estaba tranquila? No fue algo premeditado, simplemente me nació así.

A partir de allí la palabra cáncer se instaló, ya la nube se había corrido y se veía nítida, ya estaba escrita en el aire que respiraba y prontamente la puso en su boca mi ginecóloga. La palabra trae consigo una carga que desconocemos. En ese momento yo no lo sabía. La palabra pone un sello que otros cargaron con una tinta persistente y nosotros les permitimos estampar.

Entre los médicos griegos se llamó a esta enfermedad “cangrejo”, no se sabe bien por qué causa. Algunos explican que en los tumores duros podría ser por la solidez del caparazón del cangrejo. Personalmente me pregunto: ¿serían duros los cangrejos de Grecia...? ¡Vaya a saber! Los cangrejos que yo vi a los largo de las costas argentinas no tenían un caparazón muy duro. Con un piedrazo mis alumnos los rompían mientras yo andaba atrás de uno y de otro tratando de salvar, de las dulces manos de los niños discapacitados, a los pobres cangrejos.

O también puede ser que eran duros en comparación con las herramientas y las acciones que se podían hacer en ese momento. La iglesia excomulgaría al que matara el cangrejo de un piedrazo y más si estaba en el cuerpo de una persona. Pero los griegos, que tenían un dios para cada cosa que ellos no podían hacer, seguro que lo cascoteaban, y además de matar al cangrejo serían héroes por ello. Primera conclusión, si cuando decimos cáncer nos aplasta el significado de dureza del caparazón del cangrejo: ¡Va vía...! Cuelo

que tu dice qui non che! Corrió mucha agua bajo la historia que ablandaron los caparazones.

Otros hablan de que un cáncer ramificado puede parecerse a las patas de un cangrejo. Eso ya podemos darlo de baja. Hay tantas cosas que tienen ramas para poder hacer una comparación... sin ir más lejos, los árboles.

Pero aquello que más fuerte nos comprime a la hora de nombrar la palabra cáncer son las pinzas del cangrejo. Esas tenazas que aprietan a su presa y no la dejan escapar. La tenacidad del cangrejo es bastante conocida como para que se instale en nosotros profundamente desde la palabra-imágen-acción de que la enfermedad ganará, que no nos soltará, que somos su presa.

¡Uy...! ¡Esto es muy fuerte! Nos hace bajar los brazos antes de empezar. Nos amilana, nos pone frente a un rival que tiene todas las fichas a su favor.

Y aquí aparecen de nuevo mis alumnos de Puerto Deseado, para quienes jugar con los cangrejos era una de sus pasiones preferidas. Ellos sabían agarrarlos y me enseñaron que cuando uno los toma de la patita de atrás y los deja colgando, las pinzas no llegan a la mano. Para ello se requiere decisión y vencer los propios miedos, sólo hay que tomar la autoridad y accionar, no defenderse, sino actuar. Un día, distraída, mientras les explicaba que con los cangrejos podían jugar, ponerlos en frascos, cambiarlos de lugar, pero que los teníamos que dejar vivos y en la laguna, un cangrejo me agarró el dedo con una de sus pinzas. Me apretó muy fuerte y cuando yo quise sacarlo me empezó a lastimar. Allí desapareció mi discurso proteccionista y lo empecé a golpear contra una piedra, pero él más se aferraba. Entonces Pedrito me dijo: “Pare señora, quédese quieta y apoye la mano en el piso”. Así hice y él, con una simple ramita de un yuyo seco que puso en su otra pinza, hizo que me soltara. Entonces Pedro me dijo: “Cuando ellos están apretando con una pinza, si uno le pone algo en la otra, al cerrarla,

sueltan la presa de la primera”

Faaa...! ¡Qué grande Pedro, desde la distancia/tiempo que hoy nos separa, envió un reconocimiento a tu sabiduría! Con esto di por tierra las tan temidas tenazas de la enfermedad y abrí el camino a buscar adentro mío cuál era esa ramita salvadora. Entonces escuché la palabra, ahora desde mi concepción: Cáncer de ovario, maligno. Cáncer operable. Cáncer como algo que tomó mi cuerpo más allá de mí y determinó hacer allí su voluntad. Y sin embargo yo sabía que no era así, que nada crece adentro de uno si uno no lo permite.

Y entonces me fui para adentro. ¿Qué cosas me estaban pasando o me pasaron o pasarán para que yo haya dado permiso a que algo malo, y que busca destruirme, crezca adentro mío? Quizás ésta era la última etapa, quizás yo ya había colaborado para destruir mis sueños, mis pasiones, mis ideas, quizás ya había perdido mi último tren para ser yo misma y por lo tanto no tenía ningún sentido seguir en esta tierra. Quizás lo que es afuera es adentro y simplemente mi cuerpo estaba siendo un espejo de mi vida.

Entonces me pregunté: ¿Eso qué sería? ¿Cáncer externo, cáncer social, cáncer etéreo? Allí nadie lo diagnostica, solo uno puede darse cuenta, porque es uno quien conoce su verdadera esencia, a pesar que hagamos tantos esfuerzos, durante mucho tiempo, para no verla.

Tenía mucha actividad interior, había que encontrar aquello que yo realmente era, mi ser. Ésa era la ramita que le haría abrir la pinza al cangrejo y mientras tanto tenía que encarar al cangrejo en mi cuerpo y tomarlo de la patita de atrás para sacarlo. Un largo, largo camino...

Ejercicio Uno

El origen

“Y el verbo, se hizo carne.” (Juan 1 v.1)

La palabra crea realidad.

Nosotros somos co-creadores de realidad. Para que nuestra palabra cree la realidad de aquello que somos, bucearemos hacia el origen.

“Las tinieblas cubrían los abismos mientras el espíritu de Dios aleteaba sobre la superficie de las aguas” (Génesis 1 v1)

Aleteo, vibración, aliento. Primer movimiento.

La idea es crearnos a través del primer aliento que nos crea, que todo lo crea.

Crearnos desde ese punto, que no se ve, pero que a su vez es todo potencial, toda información, que es unidad y perfección porque lo contiene todo.

La idea es volver a crearnos, re-crearnos. Hacerlo desde lo simbólico, dibujando un mandala, pero con la conciencia puesta en nuestra propia creación.

Los mandalas estuvieron en todas las culturas y en todos los tiempos, existen en la naturaleza que podemos observar. El hombre los sigue descubriendo a medida que la tecnología le permite entrar en lo más pequeño de los elementos y en lo más grande del universo. Los átomos son mandalas, las galaxias son mandalas.

El mandala es la estructura de organización de la creación toda. Desde un punto, que aún no es nada, que no tiene dimensiones, se genera un círculo en el plano o una esfera en tres dimensiones.

Cuando el compás aletea en nuestras manos y apoyamos su punta en una hoja, allí determinamos el centro, es un punto que aún no es. Desde allí, con la apertura del compás que deseamos, generamos un círculo. Allí es. Creamos algo que tiene bordes, que delimita un área, que tiene dimensiones.

El círculo es un mandala en tanto está referenciado a ese centro. Podemos pintarlo, dibujarlo dentro, jugar con formas, pero será mandala, será creación perfecta en tanto el punto donde clavamos el compás sea el centro, que todo lo ordena. Las figuras se alejan y se acercan de él, llegan al borde y vuelven, se mueven guiadas desde ese punto central.

El centro, inmóvil, es el que le da esa forma que tiene, es el que le permite expresarse y ser.

Si ese mandala es nuestra persona, el punto es el ser, y el ser único, el uno. La circunferencia, los dibujos, los colores, son la forma que tomamos en esta vida, es el aspecto de nuestra persona. Cuando el ser se manifiesta, se muestra de una manera y deja atrás la posibilidad de mostrarse de otras. Volver al centro una y otra vez nos permite entrar en contacto con el origen y que la manifestación sea genuina del ser.

Hacerlo es el camino para comprenderlo. Solo la experiencia de dibujar tu mandala te llevará a comprender las palabras leídas.

Prepara un papel blanco y un compás sobre la mesa.

Cierra los ojos, respira como siempre lo haces. Comienza a sentir el aire que entra y sale de tu cuerpo, percibe por donde entra, hasta donde llega, como sale. Sumerge tu mente y tus emociones en tu respiración y solo se, por unos minutos, un ser que respira. Siente por un instante el vacío que se genera cuando exhalas todo el aire, antes que vuelvas a inspirar.

Lentamente abre tus ojos y coloca la punta del compás en el medio de la hoja. Ese punto es tu vacío en la respiración.

Inspirando y exhalando dibuja un círculo del diámetro que desees, sin medir. Retira el compás y marca con el lápiz ese centro, para no perderlo. Ese es tu primer movimiento. Tu respiración te expande, te genera, generas en ti nueva vida en cada instante.

Con la atención en tu ser, en el punto central, con la conciencia en aquello que busques crear, juega en él. Dibuja con el compás y con la regla, sin mediciones sino atendiendo a la magia de la geometría, trazando círculos, arcos, líneas, uniendo puntos. Todo trazo se genera utilizando el centro y la circunferencia. El centro, el ser y la circunferencia, su manifestación.

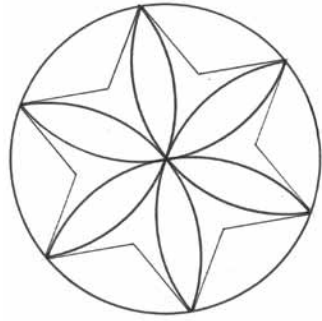
A partir de allí, la medida del compás puede variar, buscando las distancias entre los cruces que aparecen, que son nuevos puntos. De esa manera, todo es armonía, porque todo es geometría.

Podemos hacer el ejercicio tantas veces como queramos. Podemos crear el mandala de nuestra persona, pero también el de una célula, un proyecto, una tarea, un viaje, lo que se nos ocurra.

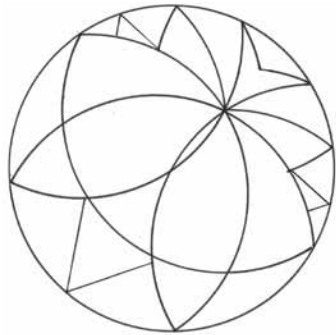
Simplemente, ponemos la conciencia en ese centro, donde no hay nada definido, pero todo es posible, donde no hay enfermedad, no hay escasez, nos hay cargas, ni dolores; desde allí nos creamos, desde el amor, perfectos.

Estos círculos mandalas, que dibujamos y pintamos ante cada una de las situaciones, nos expresan, nos ordenan, nos orientan, nos ayudan a recorrer amorosamente ese camino de nuestro ser a la manifestación y de ella de regreso al ser.

Una vez terminado, el mandala que vemos en la hoja es un símbolo externo de nuestra creación interior. No lo juzgues, es perfecto para ese momento y situación.



1. Mandala realizado con una única longitud del compás, utilizando los puntos que se generan para realizar nuevos trazos, curvos o rectos.



3. Mandala realizado con la misma longitud del compás en todos los trazos. El centro se trasladó al centro de la base del triángulo.

Eso que surge en nuestro dibujo puede ser nuestro presente. Corremos el centro, dejamos de volver al ser, origen, que somos, para hacer nuestro mandala vida y la manifestación comienza a estar cada vez más fuera de nuestro mandala ser. Ponemos el centro en el tener, en el poder, en el disfrutar, en el ayudar, o en tantos otros lugares, que generamos un mandala, una manifestación, muy alejada de nuestro propio ser. Y somos completamente vulnerables a todo y a todos, porque nos falta la esencia, la verdad, el origen. Solo conectándonos con el punto central, tenemos, podemos, disfrutamos, ayudamos, porque todo lo provee el ser, el centro. Si hiciste un mandala y te pasó esto ¡Aleluya! No te enojés ni lo rechaces, ¡ya tienes una señal en el camino!