

Práctica: El Cáliz de Magdalena



Daniel Curbelo

Alkimiah
Íntima presencia

Preparación

Prepara un pequeño altar con:

- Una vela encendida.
- Un vaso con agua.
- Una rosa (preferentemente roja o blanca).
- Si lo deseas, un cuenco o copa.

1. Entrar en la Presencia

Respira profundamente tres veces.

Con cada exhalación, siente que dejas atrás las preocupaciones del día.

Permite que tu atención descienda desde la cabeza hasta el corazón y luego al vientre.

2. El bosque

Imagina que caminas por un antiguo bosque, es nuestra arboleda sagrada.

Los árboles son altos y el aire tiene aroma a tierra húmeda.

Llegas a un claro iluminado por una luz dorada.

En el centro hay una gran roca.

Allí está María Magdalena.

No dice nada.

Simplemente te mira con una mirada llena de compasión y fortaleza.

3. El cáliz

Magdalena sostiene un cáliz.

Te lo entrega.

Cuando lo recibes, comprendes que ese cáliz eres tú.

Tu cuerpo.

Tu corazón.

Tu capacidad de contener la Vida.

Permanece unos instantes sintiendo esa verdad.

4. La rosa

Ahora toma lentamente la rosa del altar.

Acércala al corazón.

Percibe su perfume.

Pregúntate en silencio:

¿Qué aspecto de mí necesita hoy ser amado y recibido?

No busques una respuesta.

Solo escucha.

5. El agua

Observa el vaso de agua.

Introduce un dedo y toca suavemente el agua.

Luego toca tu frente...

tu garganta...

tu corazón...

y finalmente el vientre.

Mientras lo haces, di interiormente:

"Consagro mi cuerpo como templo de la Presencia."

6. Cierre

Magdalena sonríe.

No te entrega un conocimiento.

Te recuerda algo que siempre estuvo en ti.

Antes de irte, coloca una mano sobre el corazón y otra sobre el vientre.

Permanece un minuto en silencio.

Apaga la vela.

Bebe lentamente el agua, como símbolo de integrar la experiencia.

"La verdadera sacerdotisa no busca poseer el misterio. Se convierte en un cáliz donde el misterio puede habitar."