

GUIA PARA LA CEREMONIA DE CACAO ANCESTRAL



¿Sabías que el chocolate es en realidad una medicina ancestral?

Te cuento un poco de historia....

El Cacao Ceremonial

Es un tipo de bebida sagrada y tradicional elaborada a partir de granos de cacao orgánico y 100% puro.

México fue el primer país en cultivar la semilla de cacao. Los antiguos mexicanos tostaban y mezclaban las semillas con agua, dando como resultado una bebida rica y amarga a la que llamaron “xocolatl”.

Con el paso de los años esta deliciosa bebida llegó a Europa, en donde le añadieron azúcar para volverla más dulce. Más tarde, en Inglaterra se fabricó el primer chocolate como lo conocemos actualmente.



Las semillas de cacao también eran utilizadas como monedas para adquirir diferentes productos de la vida cotidiana.



Tanto en México como en Europa el chocolate solo estaba al alcance de las clases privilegiadas, ya que era un artículo bastante caro.

Una ceremonia de cacao es una práctica ancestral que se lleva a cabo con la intención de conectar profundamente con nuestro corazón, con nuestro ser interior. El cacao en su forma pura y sagrada es considerado medicamento espiritual que abre el corazón, limpia bloqueos emocionales y favorece la conexión con nuestra intuición.

En esta ceremonia, el cacao se consume como bebida ritual, invitándonos a un estado de meditación, introspección y sanación.

Beneficios del cacao ceremonial

- Abre tu corazón
- Te conecta con tu sabiduría de tus palabras
- Aumenta tu hermandad
- Te conecta con el presente
- Te abre a los canales creativos

Preparación para la ceremonia con tu cacaito



Elige tu propósito o Intención.

Antes de todo, conecta contigo y pregúntate.

¿Para qué quiero abrir este espacio?

Puede ser para sanar algo, abrir tu corazón, recibir guía, agradecer o simplemente reconectar contigo.

Elementos para la ceremonia

Antes de la ceremonia debes tener preparado e intencionado tu cacaoito.

Reúne los siguientes ingredientes adicionales para realzar los sabores de tu cacao ceremonial:

- *Cacao de grado ceremonial:* utiliza únicamente cacao puro de alta calidad que haya sido designado para uso ceremonial, puedes conseguirlo en tiendas naturales, herbolarias.
- *Especias de tu elección:* considera usar canela, nuez moscada, cardamomo o clavo para obtener una infusión sutil de sabores. En México le agregan chile en polvo si deseas un poco más de picante.
- *Una taza o tazón:* busca un recipiente que contenga energía para ti, una taza especial dedicada exclusivamente a este ritual.
- *Agua caliente:* se recomienda agua filtrada para preservar la pureza del cacao, si deseas puedes utilizar leche vegetal o de tu preferencia.
- *Edulcorante de elección:* tradicionalmente, los mayas usan panela, pero también puedes agregar miel o azúcar orgánica.

Pica tu cacao Mide tu cacao y especias:

El cacao ceremonial puro suele venir en bloque. Por lo tanto, deberás cortar la cantidad de cacao crudo sobrante en trozos pequeños. Determina el tamaño de porción deseada de cacao ceremonial (1-2 cucharadas por taza).

Además, decide la proporción de especias que te gustaría incorporar. Una cucharadita de cada especie es un buen punto de partida, pero siéntete libre de ajustarla según tus preferencias.

Calentar agua a la temperatura ideal

Lleva el agua a fuego lento, asegurándote de que no llegue al punto de ebullición, ya que esto puede disminuir las propiedades del cacao. La temperatura ideal para preparar el cacao ceremonial es de alrededor de 180°F (82°C).

Combina el cacao y las especias

Combine el cacao ceremonial y las especias en un recipiente o plato. Mezcle bien para esparcir adecuadamente las especias por todo el cacao.

Mientras combina la mezcla de cacao y especias, observe cómo bailan los sabores y deleite sus sentidos con la combinación armónica de cacao y especias. Deja que su esencia te transporte a otros mundos de sabor y aroma, aumentando tu experiencia transformadora.

Vierte la mezcla de cacao y especias en el recipiente

Vierte lentamente la mezcla de cacao y especias en tu taza o taza. Tómate un tiempo para integrar tus intenciones y gratitud en la mezcla a medida que avanzas. Considere las especias que se mezclan con el cacao y el viaje transformador que busca.

Agrega agua caliente

Vierte el agua hirviendo en tu taza o taza, vertiéndola gradualmente sobre la combinación de cacao y especias. Agrega suavemente el chocolate y las especias para que se disuelva. Si quieres también puedes usar pétalos de flores.

Revuelve tu cacao y agrega un toque edulcorante

Revuelve la mezcla de cacao en el sentido de las agujas del reloj con una varilla o cuchara ceremonial, infundiendo energía e intención positiva. Puedes cantar afirmaciones o verbalizar en silencio tus deseos durante este procedimiento, concentrándote en la fusión de sabores y aspiraciones.

Aquí puedes agregar edulcorantes opcionales al gusto.

Deja que el cacao se asiente y los sabores se mezclen por unos momentos. Aprovecha este tiempo para practicar la atención plena o la meditación, sumergiéndote por completo en el momento presente.



Puedes traer a la ceremonia cristales de tu preferencia, aceites esenciales, velita del color que quieras... si no tienes no importa la intención es lo que vale.

Ten presente que la ceremonia dura entre una hora a hora y media, como requisito debes tener cámara encendida, es un momento de conexión con nuestras HERMAGAS y es lindo poder vernos las caritas y tener una conexión real de presencia y amor.



Te espero el 11 Julio

a las 5 pm Hora Colombia

**con tu cacaíto listo para beberlo
durante la ceremonia.**

No olvides ingresar al grupo de
Whatsapp donde tendrás el link de
acceso a la ceremonia y daré todas las
indicaciones.