



Crea tu templo

por **Aliwalú**

Para iniciar tu cocina con todas las bendiciones y dándole vida, es muy importante crear un templito para subir la frecuencia y ofrecer toda esta intención y trabajo que se va a realizar en este espacio al lugar donde tengamos la representación para nosotros de lo divino. Este lugar desde donde nutrirnos y aportar nuestro grano de arena en la consciencia global, es nuestra cocina. Aquí respetamos y honramos los alimentos y toda su cadena de vida hasta llegar a nuestra boca.

Es una practica cultural ancestral que en nuestra cultura occidental se ha ido perdiendo y banalizando. Es importante crear ese rincón donde ofrecer nuestro rezo y activar la conexión vital con la esencia de las cosas.



Agua, fuego, tierra, aire, metal, éter, corazón

Elije una representación de los 7 elementos.

Elije un lugar que sientas adecuado en tu cocina.

Elije elementos que te generen respeto y admiración.

(Pueden ser cristales, elementos naturales, fruta, verdura, una vela, un cuenco con agua, utensilios de metal, imágenes...)

Representa con ellos los 7 elementos.

Entrénate en honrar con presencia ese espacio sagrado que es la cocina.

Aliméntalo diario con tu gratitud y atención.

Tu templito puede ser de lo mas pequeñito a algo mas vistoso pero el echo de darle espacio y atención es lo que cuenta. La expresión creativa individual es personal.

Envía la foto de tu templo al grupo