



SEGUNDO CÍRCULO

LA RELACIÓN DE LOS HOMBRES CON EL SAGRADO MASCULINO

"SER HOMBRE QUE DESPIERTA ES LA EXPERIENCIA MÁS LINDA QUE UNO PUEDE TENER
AL DESPERTAR SU BELLEZA INTERNA, EL HOMBRE EMPIEZA A BRILLAR
INTERNAMENTE Y VER LA BELLEZA DIVINA QUE ESTÁ EN TODO"

- ORILAN -





RECUERDA HACER EL CÍRCULO DENTRO DE LA PRIMERA SEMANA DEL MES

(Para así hacerlo simultáneo y conectar con la energía de los demás círculos de HQD)

PREGUNTAS DE INTRODUCCIÓN AL TEMA:

¿Qué significa ser un hombre en esta época?, ¿Cuáles son los retos que atraviesa el hombre, para llegar a sentirse hombre?, ¿Cómo se define el masculino y el sagrado masculino?, ¿En qué se diferencia este sagrado masculino, del Sagrado femenino?, ¿Cuales son las cualidades de este masculino y como el hombre despierto manifiesta estas cualidades en su vida?.

Estas preguntas están en el centro del desarrollo de la conciencia del hombre en esta época. El viejo masculino dominó la tierra durante siglos, siendo destructivo, controlador y manipulador. Por ello, ha habido una nueva necesidad de replantearnos los patrones de comportamiento: En esta época cada hombre tiene que explorar dentro y fuera de él para construir una nueva visión del masculino. Un masculino conectado con su femenino, un masculino fuerte y a la vez compasivo, un masculino que no tiene miedo de mostrar su amor. Algunos referentes de otras culturas nos muestran las funciones y posibilidades de imágenes arquetípicas en cada cultura. Los Hindúes a través de su cosmovisión veían la energía masculina como la energía Shiva que es la conciencia divina pura. En el Chamanismo se puede entender el poder masculino en la impecabilidad de las acciones y *el ordenamiento del mundo*.

Sabemos entonces que ahora, el hombre tiene el reto de desarrollar por un lado su habilidad de estar consciente, despertar el testigo de su interior, que no se involucra personalmente en lo que pasa; y por otro lado, el hombre está invitado a construir su habilidad de ser impecable en todo lo que hace.

Estas dos habilidades (*ser consciente y ser impecable*) se desarrollan con tiempo, constancia, paciencia y dedicación. El poder del masculino en el mundo se manifiesta en la habilidad de manifestar lo que era idea, imagen, visión, en acciones; conectando así las palabras con los actos coherentes, permitiendo así que el hombre sea constructor y manifestador en el mundo. Aún es importante tener en cuenta lo que decía el tío de Peter Parker (el primer maestro de Spiderman) "A mayor poder, mayor responsabilidad". El poder masculino de esta época tiene nuevas responsabilidades que tiene que asumir, siendo el cuidado del sagrado femenino en nuestro interior y afuera de él como prioridad.

Poder y responsabilidad logran un balance dentro de el cuidado de si mismo y la energía vital. Para construir su fuerza en el mundo, el hombre debe empezar a mirar donde está perdiendo su energía vital. Que malos hábitos él tiene, que están consumiendo su atención y presencia. Normalmente, el hombre pierde energía en estar estresado, cerrado, ocultando, diciendo mentiras, y por su deseo sexual no canalizado. Como tribu tenemos la oportunidad de hablar de estos temas para llevar la conciencia. El círculo ayuda a los hombres a entender donde perdieron su energía y poder, donde el poder masculino se volvió corrupto. La

hombresquedespiertan@gmail.com

www.mujeresquedespiertan.com/hombres



conciencia *permite que ocurra un* cambio y la impecabilidad lo gestiona. Con estas dos habilidades el hombre puede volver a ser completo.

“Nunca es tarde para despertar. Este es el momento. Aquí es el lugar. Tú eres lo que estabas buscando.” – **Or Ilan**

Recuerda que este programa de transformación, es un programa enfocado en la transformación de tu ser. Te aconsejamos que lo hagas en ti, que reflexiones sobre el tema tratado, que te respondas las preguntas, y que una vez hecho, si te nace, cojas el impulso para hacerlo con tus demás hermanos. Las instrucciones generales de cómo manejar los círculos de Hombres Que Despiertan puedes encontrarlas en la convocatoria que está en nuestra página.

*Acuérdate que el plan es solo para ayudarte y darte ideas, lo más importante es que confíes en tu intuición.

ESTRUCTURA PARA GUIAR EL CÍRCULO O PARA TU PROCESO PERSONAL

Si no tienes un círculo te recomendamos tomar el tiempo de escribir tú estas preguntas en tu agenda o bitácora de transformación, y además, encontrar un amigo con el cuál puedas compartir las respuestas.

1. **Círculo de Nombres:** Abrir el círculo con una presentación, diciendo el nombre y así propiciar para que en el círculo cada quien se presente.
2. **Abrir el Círculo de palabra:** Mi relación con el sagrado masculino.

Preguntas guía:

A. ¿Qué es ser hombre y masculino para mí? (en qué se diferencia del femenino)

No es tan obvio qué significa ser hombre, en que se define el masculino. Es importante que cada uno busque el significado. Cuando se mira adentro se puede descubrir que mucho de lo que se pensó que es masculino no necesariamente es.

B. ¿Qué es lo que me dificulta de ser hombre?

Ser hombre tiene muchos lados, en la experiencia que hemos tenido con diferentes círculos de Hombres, muchos de los hombres cargan cosas por su naturaleza. Algunos manifiestan la dificultad de mantenerse fuertes o de sentir una expectativa del mundo. Algunos de los hombres hablan de no saber como expresar lo que sienten o de manejar su energía sexual. Otros hombres, en nuestros círculos, han hablado de la dificultad de ser hombres Homosexuales en una comunidad machista. Compartir las dificultades es un gran paso para el despertar de la conciencia.



C. ¿Dónde estoy perdiendo mi energía vital?

Es importante y trae muchos beneficios mirar cómo se está perdiendo la energía. Puede ser por demasiada preocupación o por estar obsesivo, o puede ser por pereza. Ser consciente de la pérdida de energía, permite que el hombre empiece a ser consciente de cómo recuperar esta energía para estar más vital, vivo y alegre.

D. ¿Qué es lo que me hace fuerte y empoderado como hombre en mi vida?

Así como se han visto las formas en la cual se nos dificulta ser hombres, reconocer las partes que funcionan y que nos hace sentir bien, también es importante para empoderar así nuestra vida.

E. ¿Cuáles son los retos personales que tengo en este momento en mi vida?

3. Segundo reto para los círculos de palabra o para tu proceso personal:

Para mantener la llama del despertar viva, te invitamos a generar un grupo en redes sociales en el cual puedes estar en contacto, para compartir y trabajar juntos. (Para esto funciona muy bien un grupo de WhatsApp, pero quien quiera usar otra red sirve igual.)

**El segundo reto es tomar el ejercicio del barco y mantenerlo todos los días por un mes (por lo menos) y cada día avisar en el grupo o escribir en tu agenda, que has hecho el ejercicio del barco y el día que lo has hecho seguido. Si un día no lo hiciste, tienes que volver a contar desde 1.*

Agregar foto del ejercicio.

El ejercicio del barco: acuéstate con la espalda sobre el piso, levanta las piernas y la cabeza y la espalda alta. Respira profundo. mira el tiempo que logras mantener.

En este ejercicio no es tan importante el tiempo que quedas en el ejercicio si no los días que estás manteniendo tu constancia del ejercicio.

El segundo reto es una oportunidad de construir la fuerza de la constancia y la fuerza del círculo. Es muy bueno que el grupo empiece a construir fuerza. Cuando uno mantienen el reto, todos ganan y todos fortalecen.

4. Cierre del círculo:

Cada uno puede decir una reflexión, motivación o emoción resumiéndola en una palabra que queda en su corazón al haber participado en el círculo.



5. Compartir comida y elementos:

La comida une, y es lindo pedir que cada uno lleve algo para compartir con todos. (recomendable enfocar en comida ligera. Este tipo de dieta soporta el trabajo consciente que hacemos).

* No olvides, por favor, compartir las experiencias que tienes en nuestro grupo de facilitadores de HQD, junto con las fotos de tus encuentros. Además, queremos recordarte que estamos aquí para apoyarte. No estás solo, y te acompañamos en esta revolución de la consciencia. Contáctanos si tienes dudas.

https://www.facebook.com/groups/1916997048574352/?source_id=439341769592567

CON EL APOYO DE:



OR-ILAN

Laura Moreno
FUNDADORA DE *Mujeres Que Despiertan* ©



ASESOR EN CRECIMIENTO HUMANO Y ESPIRITUAL.



<https://biocarlos.carbonmade.com/>

hombresquedespiertan@gmail.com
www.mujeresquedespiertan.com/hombres