



CACAOCITO

UN POQUITO DE SU LEYENDA...

Cuenta la leyenda que Quetzalcóatl, divinidad en forma de serpiente alada, dio a los toltecas los granos del cacao.

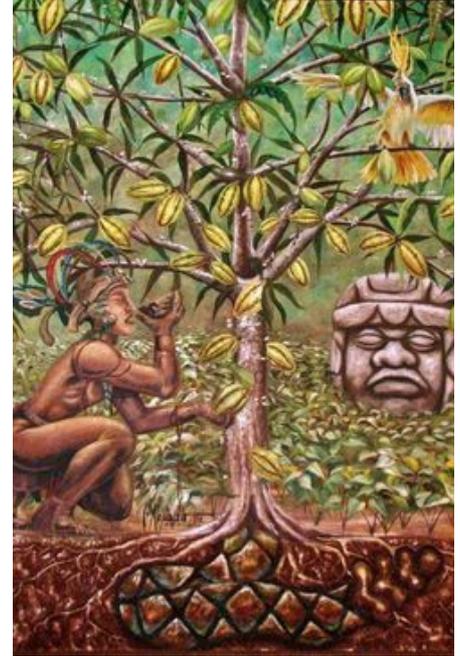
Lo que este dios quería era tener a su pueblo bien alimentado para que, de esa manera, se pudieran dedicar completamente a ser mejores hombres, estudiosos, sabios, arquitectos, artistas y artesanos.

Quetzalcóatl robó el árbol del cacao del paraíso en donde vivían los dioses y plantó el pequeño arbusto en Tula.

Ya que plantó el pequeño arbusto, le pidió al dios del agua, Tláloc, que enviara lluvia a la tierra para que la planta se pudiera alimentar y crecer.

Después fué a visitar a Xochiquetzal, diosa del amor y la belleza y le pidió que le diera al árbol flores hermosas.

Con el tiempo la planta floreció y dio frutos de cacao.





CACAOCITO

ALGUNAS CURIOSIDADES:

Como planta maestra y aliada nos puede servir de guía, nos puede brindar conocimientos, ayudar a sanar e invitar a hacer trabajos específicos.

El espíritu del cacao va a colaborar con quien lo tome, por supuesto, pero también con toda aquella o aquel que sienta su llamado y elija establecer contacto intencionadamente (incluso sin necesidad de tomarlo).

Te recomendamos que si deseas referirte a él, a su espíritu, que es una de las deidades más poderosas de la cosmología Maya, puedes hacerlo llamándole «Ku-Ku» que significa Sagrado sobre lo sagrado.

En caso de que elijas y sea posible para ti tomarlo, el cacao preparado con respeto, honrándolo y acompañándolo con cantos de sanación chamánicos, abre la puerta para realizar un profundo viaje a nuestro interior y a abrir nuestro corazón.



POR OTRO LADO:

El Cacao a nivel fisiológico es riquísimo en antioxidantes naturales; tiene un nivel elevado de teobromina, la cual produce hormonas que favorecen a sentir relajación, tranquilidad y felicidad; y estimula el sistema renal y el sistema nervioso central.

Además, contiene pequeñas cantidades de otras sustancias endorfinicas, que estimulan los centros del placer e inducen a la sensación de amor constante.





CACAOCITO

Y MÁS DATOS INTERESANTES

Una dosis ceremonial de cacao es de aproximadamente unos 42 gramos de cacao criollo. Para empezar, si no se ha consumido antes, mejor hacerlo progresivo: empezar con dosis más bajas 15-20g y, en las siguientes tomas, aumentar.

Físicamente comienza a tener efecto en nuestro cuerpo entre 30 y 45 minutos después de haberlo consumido. ¿Cómo? acelerando el flujo sanguíneo en nuestro cuerpo, por lo que la irrigación en nuestro cerebro aumenta hasta un 40%, trayendo claridad y presencia al pensamiento. Nuestro corazón comienza a latir con mayor fuerza. Y a nivel sutil, la energía se expande, se hace más presente, podemos escucharlo y sentirlo con mayor claridad.

Recuerda, antes de prepararlo, abre y protege el espacio, pon la intención clara, pide permiso, ofrenda... y durante la preparación, ¡canta! comunícate y eleva el espíritu (va a estar muy contento) :)

ALGUNAS RECETAS:

Para tomarlo en pepitas

INGREDIENTES:

- 1 taza de semillas de cacao
- 3 cucharadas de jarabe de arce
- 1/4 cucharadita de canela
- 1/4 cucharadita de nuez moscada
- 1/4 cucharadita de cardamomo
- 1/4 cucharadita de jengibre
- Y una pizca de sal



Coloca las semillas de cacao en una sartén. Agrega el jarabe de arce, las especias que elijas y la sal.

Cocina a fuego medio-alto durante unos 3-5 minutos, revolviendo frecuentemente hasta que todas las puntas de las semillas estén cubiertas uniformemente.

Extiende las semillas de cacao sobre papel de hornear para que se enfríen.

Una vez que se hayan enfriado, vierte las puntas a un frasco de vidrio y guárdalas en un lugar fresco y seco.

¡Disfruuuuta de la experiencia!





CACAOCITO

ALGUNAS RECETAS:



Para tomarlo bebido

INGREDIENTES:

20 - 30 g de pasta de cacao
200 - 250 ml de leche vegetal o agua
Una pizca de sal (o un chorrillo de zumo de limón, contrasta y reduce el amargor)
Y endulzante de tu elección (azúcar de coco, miel, jarabe de arce...)

Calienta suavemente la leche vegetal o el agua.

Agrega la pasta de cacao y una pizca de sal (o un chorrillo de zumo de limón).

Baja el ritmo y disfruta de este rico momento.

Con un batidor, revuelve y observa cómo cambia el cacao a medida que se va fundiendo. Sigue revolviendo hasta que la infusión se emulsione y se convierta en una bebida aterciopelada, suave y cremosa.

Endulza a tu gusto usando tu edulcorante favorito y... ¡a disfrutar maaaami!

¡Pst! Puedes experimentar y combinarlo con otras especias como la vainilla, la canela, el cardamomo, la guindilla, la pimienta, la cúrcuma, el jengibre o las semillas de hinojo. También con la ralladura de limón, lima o naranjas.

Oooo incluso mezclarlo, si tienes conocimiento con otras plantas medicinales como setas, maca activada o ashwagandha.





CACAOCITO

ALGUNAS CANCIONES:

Flor de Cacao - Iván y Gianni

Flor de cacao

Árbol de la selva
Llegaste hasta aquí
Un fruto que nace de la flor
Amargo y después dulce como el amor

Regalo de los dioses
Magia que abre el corazón
Liberanos del sueño
Recuerdanos la eterna bendición

Flor de cacao contigo hago un viaje a mi corazón
Flor de cacao contigo recuerdo la misión

Cuando la magia sea olvidada
Cuando caigamos atrapados
En la prisión de la rutina y la materia
Tu fruto nos hará regresar
Abrir nuestra mente y corazón
Como abres tu la flor para dar vida y amor

Flor de cacao contigo hago un viaje a mi corazón
Flor de cacao contigo recuerdo la misión

De tener mi corazón creando
De tener mi intención brillando
De abrir mi corazón sanando
De entregarme al amor cantando



(haz click en el título de cada canción)

Bóveda celeste: cacao

Theobroma Cacao,
vai abrindo o coração,
Theobroma Cacao,
expandindo o coração,

Respira y conecta el corazón,
sutileza y amor que despertamos.

Sensación divina en nuestro cuerpo,
tierra espíritu de nuestras semillas.

Bates el corazón en una jícara
Con flores rojas, sembrando la alegría.

En un tazón de vida nuestro cacao,
corazón latiendo en nuestra tierrita.

Vai vai Vai vai Vai vai abrindo,
cacau, o coração,
Vai vai Vai vai Vai vai expandindo,
cacau, o coração.

