



LA COSMOVISIÓN ANDINA TIENE TRES CONCEPTOS ORDENADORES

- **KAWSAY – ENERGÍA VIVIENTE:** Todo es energía y tiene una conciencia
- **KARPAY:** Iniciación; Transmisión de Poder de maestro a alumno
Conjunto de habilidades o capacidades que yo tengo en base a mi experiencia aquí y ahora. Es mi poder personal.
 - YACHAY: Pensamiento, Saber, Conocimiento, Aprender con experiencia
 - MUNAY: Sentimiento, Sentir, Querer algo con voluntad
 - LL'ANKAY: Acción, Hacer, Trabajo
- **AYNI:** Reciprocidad, Cooperación, Solidaridad. Dar y Recibir en equilibrio

Existen dos tipos de **kawsay**:

- Hucha (jucha), que es la energía pesada
- Sami, que es la energía ligera, fluye libremente

El Ser Humano es el único que genera energía pesada y esto ocurre porque:

- La rechazo: no me entrego a la experiencia, a un aprendizaje, me cierro a las ideas nuevas, no me creo digna de ser amada o abundante, me aílo del mundo o siento miedo.
- La retengo: me aferro a una idea o dolor del pasado, no comparto. Creo, practico el poder, el amor, etc como algo sólo mío.

Es por eso que es necesario realizar estos ejercicios para limpiar, equilibrar y potenciar nuestro Campo de Energía Luminosa.

SAMINCHAKUY

Cuando lo uso:

- Me siento pesado
- Quiero ser recíproco con el Cosmos y la Pachamama (Ayni).
- Para saborear el Sami del Cosmos y mejorar mi relación con él.
- Siento dolor físico o emocional. Alguna enfermedad
- Los pensamientos me pesan. Si me siento cargado energéticamente
- Si siento mucha rabia, ira. Si estoy nervioso/a
- Si voy a entrar a una situación de confrontación
- Si me encuentro con alguien en un lugar con mucha hucha.
- Si necesito mayor claridad para entender una situación.

Pasos:

- 1.- Abro mi poqpo y con la intención le pido al Cosmos que me entregue su Sami, que luego entra por mi coronilla (Uma).
- 2.- Lo hago fluir por mi columna vertebral (kurku).
- 3.- El Sami barre con la hucha que hay en mi burbuja.
- 4.- Entrego a través del siki ñawi la hucha a la Pachamama como si fuera una cañería.
- 5.- Le decimos a la Pachamama toma mi hucha para que te la comas.
- 6.- Cuando sienta que es suficiente, paro.



SAYWACHAKUY

Cuando lo uso:

- Me siento pesado/a
- Quiero ser recíproco con la Pachamama y el Cosmos (Ayni).
- Necesito estar Aquí y Ahora.
- Para empoderarme. Para tomar valentía
- Si me siento volando y necesito enraizarme.
- Si estoy débil o bajo/a de ánimos.
- Si me siento deprimido/a.
- Necesito claridad sobre cómo actuar en una situación.
- Para saborear el Sami de la Tierra y Mejorar mi relación con ella.

Pasos:

- 1.- La hucha que entregué a la Tierra sube refinada en Sami
- 2.- Abro mi siki ñawi y hago entrar el Sami de la Pachamama.
- 3.- La hago subir por mi columna vertebral (kurku).
- 4.- El Sami sale primero por mi coronilla (Uma) y luego abro mi poqpo y se lo entrego al Cosmos.

Limpieza de ñawis

Guía del proceso:

1. **Abres tu poqo con tu intención**
2. **Llevas un rayo de sami al ñawi elegido. Pones toda tu conciencia en ese ñawi.**
3. **Sientes toda la jucha que hay en ese ñawi, recapitulando todo el malestar relacionado a ese ñawi en particular.**
4. **Con un saminchacuy haces fluir la jucha que hay en el ñawi y lo sacas por el mismo ñawi hasta la tierra, hasta que sientas que tu ñawi está ligero y en bienestar.**

Ñawis:

1. **Kanchis ñawi, lloque ñawi y phaña ñawi**
2. **Kunka ñawi**
3. **Sonqo ñawi**
4. **Qosqo ñawi**
5. **Siki ñawi**

