



H.H.I.D.D.A.Y.A.H
**Honorable Hermandad Iniciática Del Divino Ascenso
-Yaqza Al-Hikma-**

(Grado Cero – Formación Fundamental)

Clase 1 – Conocimiento de Sí Mismo y Objetivos

Introducción

Antes de mirar hacia el universo y sus misterios, hay un viaje más urgente: el que te lleva hacia ti mismo. La mayoría cree que se conoce. Sabe su nombre, su edad, sus gustos, sus miedos. Pero lo que creen conocer es solo la carcasa. El verdadero **auto-conocimiento** es descubrir tu naturaleza real, la parte divina que respira dentro de ti, y no todos se atreven a mirar ahí.

Auto-conocerse significa:

- Reconocer quién eres más allá de tu historia personal.
- Experimentar, no solo pensar, la conexión con tu parte más elevada.
- Comprender de dónde vienes, hacia dónde vas y para qué existes.

Ello conlleva a que necesitemos responder algo más simple... y más difícil: ¿Quién soy yo, de verdad? No hablamos de tu nombre, tu profesión o tu historia personal. Hablamos de **lo que eres más allá de tu mente, tu cuerpo y tus emociones**. A esto le llamamos **Auto-Conocimiento**: experimentar que tú y tu Ser Interior son lo mismo, sentir esa unión de forma directa, sin teoría ni creencias prestadas.

¿Por qué esto es tan importante?

Porque todos creemos conocernos, pero lo que sabemos son capas superficiales: lo que hacemos, lo que nos gusta, lo que rechazamos. Sin embargo, muy pocos se han visto tal y como son, sin máscaras. Conocerte es responder, desde dentro y sin mentiras:

- ¿De dónde vengo?
- ¿A dónde voy?
- ¿Qué sentido tiene mi existencia?
- ¿Por qué vivo como vivo?

¿Cuáles son las tres partes que nos componen? Para trabajar este conocimiento, tenemos que reconocer que estamos hechos de tres aspectos:

1. **Materia:** Tu cuerpo físico. Herramienta, vehículo... pero no eres tú. Es real, pero no es todo lo que eres.
 2. **Alma o Mente:** la energía psíquica donde están tus pensamientos, emociones, defectos y virtudes. Aquí está el 97% de tu esencia atrapada. Aquí vive tu mundo interno, a menudo desconocido para ti.
 3. **Espíritu o Conciencia:** tu parte eterna, sabia, libre. Tu sabiduría divina, tu parte inmortal. Solo un 3% está libre; el resto está dormido, atrapado en tus defectos
-

Los 4 Pilares del Conocimiento de Sí Mismo

Para conocerte de verdad, Para entrar en tu mundo interno y dominarlo, trabajaremos en cuatro áreas que debes practicar en paralelo:

1. Ciencia – Experiencia directa

Aquí no creemos, **comprobamos**. La ciencia interna se basa en experimentar dentro de ti. Prácticas clave:

- **Concentración** – Dominar la atención para enfocarla donde decidas.
- **Relajación** – Aprender a soltar tensiones físicas y mentales.
- **Meditación** – Observar tu mente sin dejarte arrastrar por ella.
- **Retrospección** – Revisar tu día (o tu vida) para detectar patrones ocultos.
- **Negociación y Cancelación del Karma** – Trabajar conscientemente con tus causas y consecuencias.

2. Arte – Crear desde lo más profundo

El verdadero arte es la **auto-creación**: convertirte en una mejor versión de ti mismo. Esto implica aprender a **transformar tu energía sexual en fuerza creadora** (Supra-sexo), con respeto, consciencia y sin desperdicio. Práctica inicial:

- Antes de cualquier trabajo interno, hacer una **súplica al Padre Interior y a la Madre Divina** pidiendo guía y protección.

3. Psicología – Descubrir quién vive dentro de ti

No somos una sola persona. Dentro tenemos un “conjunto de yoes” que reaccionan diferente según la situación: un yo irritable, otro generoso, otro perezoso, otro valiente... La auto-observación revela estos personajes internos y nos da poder para transformarlos.

Método en tres pasos:

1. **Observar** – Detectar el defecto en acción.
2. **Comprender** – Analizarlo sin justificarnos.
3. **Eliminar** – Pedir a la Madre Divina que lo desintegre.

4. Mística – Amar el trabajo interno

Aquí nace el verdadero compromiso. La mística es desarrollar **amor por el proceso de transformación**, incluso cuando es incómodo. Sin amor por lo que hacemos, no hay cambio real.

Objetivos del Conocimiento de Sí Mismo (el para qué adquirir y practicar esta clase)

1. Autorrealización del Ser.
2. Regeneración total como ser humano.
3. Liberar toda la conciencia atrapada.
4. Crear los cuerpos existenciales superiores.
5. Comprender todas las leyes universales.
6. Conocer dimensiones superiores.
7. Encarnar el Cristo interior.
8. Resucitar en uno mismo.
9. Lograr la Individualidad Sagrada.

Ejercicio Práctico Diario (5 min)

- Siéntate en silencio.
 - Respira profundamente tres veces.
 - Pregúntate: *¿Quién soy yo más allá de mi nombre y mi historia?*
 - No busques una respuesta intelectual. Solo siente y observa qué surge.
-



Ejercicio de Comprobación

Durante 7 días seguidos:

1. **Auto-observación:** al menos 3 momentos al día, anota en un cuaderno qué yoes o estados internos detectaste.
2. **Meditación breve:** 10 minutos al final del día para repasar esos yoes y comprenderlos.
3. **Intención diaria:** al despertar, fija un objetivo concreto de auto-observación (por ejemplo: "Hoy observaré mi impaciencia").

Prueba de avance: Al final de los 7 días, deberás entregar:

- Tu cuaderno con registros diarios.
- Una breve reflexión sobre lo que descubriste y cómo te afectó.

H.H.I.D.D.A.Y.A.H
Honorable Hermandad Iniciática Del Divino Ascenso
-Yaqza Al-Hikma-

