



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

(Grado Cero – Formación Fundamental)

**CLASE 5 - LOS CUERPOS SUTILES HIDAYITAS: ANATOMÍA
OCULTA Y REGENERACIÓN**

Objetivos:

1. **Comprender** la estructura real de los cuerpos sutiles según la tradición hidayita.
2. **Diferenciar** entre conceptos esotéricos populares y la visión práctica de la H.H.I.D.D.A.Y.A.H.
3. **Aprender** a percibir y trabajar con cada vehículo conscientemente.
4. **Iniciar** el proceso de regeneración de las Aguas Internas (Cuerpo Vital).

**I. EL ERROR COMÚN: CONFUNDIR PLANOS CON
"CUERPOS ASTRALES"**

En el esoterismo popular se habla de "cuerpo astral", "cuerpo etérico", "cuerpo mental" como si fueran capas separadas. En la visión hidayita, **no son capas, sino estados de densidad de la misma conciencia.**

Analogía práctica:

- El **hielo**, **agua** y **vapor** no son tres cosas diferentes, sino **tres estados** de la misma sustancia (H₂O).
- Así, tus "cuerpos" son **tres estados** de tu conciencia materializada:
 - **Sólido** (3D: Cuerpo Físico)
 - **Líquido** (4D: Cuerpo Vital/Aguas)
 - **Gaseoso** (5D-6D: Cuerpos Mentales-Superiores)

II. LOS TRES VEHÍCULOS PRIMARIOS Y SU TRABAJO ESPECÍFICO

A. CUERPO FÍSICO (3D) – EL TEMPLO DE PIEDRA

Naturaleza: Celular-Molecular

Leyes: 48 (total determinismo material)

Función: Ser el **ancla** en la materia densa.

Error común: Considerarlo inferior o un obstáculo.

Es tu **punto de palanca** para trabajar todos los planos superiores. Sin él, no hay transformación real.

Práctica de percepción:

1. Acuéstate en silencio.
2. No intentes "salir" del cuerpo.
3. Enfócate en **sentir la gravedad** que te presiona contra el suelo.
4. Permanece allí 10 minutos. **Eso** es conectar con tu 3D.

B. CUERPO VITAL / AGUAS INTERNAS (4D) – EL RÍO QUE DA VIDA

Naturaleza: Etérica-Energética

Leyes: 48 (pero ya flexibilizadas)

Función: Ser el **punto** entre lo denso y lo sutil.

Aquí reside el secreto de tu regeneración.

¿Qué son realmente "las Aguas"?

No son un fluido místico. Son el **campo de fuerza formativa** que:

- Mantiene tus células unidas y regenerándose.
- Lleva tus patrones de salud/enfermedad heredados.
- Contiene tu energía sexual transformable (los "metales sutiles").
- Registra cada trauma y cada experiencia a nivel energético.

Síntomas de Aguas contaminadas/estancadas:

- Fatiga crónica sin causa médica.
- Sensación de "pesadez" emocional.
- Enfermedades recurrentes.
- Sueño no reparador.
- Dificultad para concentrarse.
-

Práctica de regeneración (Ritual de las Aguas Claras):

1. Sentado, manos sobre el bajo vientre (3 dedos bajo el ombligo).
2. Respiración 4-4-4 (4 inhalar, 4 retener, 4 exhalar).
3. Visualiza **luz plateada** entrando por la coronilla.
4. Al exhalar, imagina que sale **agua oscura** por las plantas de los pies.
5. Mentalmente repite: "**Claro fluir, limpio ser**".
6. **Solo 7 minutos** diarios.

C. CUERPOS MENTALES SUPERIORES (5D-6D) – LOS MOLDES DE LA FORMA

Naturaleza: Atómica-Electrónica (5D) y Protónica (6D)

Leyes: 12 (5D) y 7 (6D)

Función: Ser los **arquitectos** de tu realidad.

Verdad crucial:

No trabajas DIRECTAMENTE en estos planos hasta haber **ordenado el 4D**. Intentar "elevarte" a 5D con las Aguas sucias es como querer pintar un cuadro maestro con pinceles llenos de barro.

Ejemplo práctico:

- **Problema:** Quieres manifestar abundancia (trabajo 5D de moldear realidades).
- **Obstáculo:** Tus Aguas (4D) tienen registros de "escasez" heredada de tu familia.
- **Resultado:** Por más que visualices en 5D, el patrón 4D saboteará todo.
- **Solución:** Primero limpiar las Aguas (4D), **luego** trabajar en 5D.

III. EL PROCESO HIDAYITA CORRECTO: DE ABAJO HACIA ARRIBA

Paso 1: CONSOLIDAR EL 3D

- Alimentación consciente.
- Sueño regular.
- Ejercicio que conecte con la tierra (caminar descalzo, jardinería).
- **Sin esto estable, todo lo demás es castillo en el aire.**

Paso 2: REGENERAR EL 4D (Tu trabajo principal ahora)

1. **Limpieza:** Ritual de las Aguas Claras (diario).
2. **Recarga:** 15 minutos diarios bajo el sol (antes de las 10am o después de las 4pm).
3. **Protección:** Evitar lugares/energías densas hasta que tu campo se fortalezca.
4. **Alimentación sutil:** Agua cargada a la luz de luna llena.

Paso 3: SOLO LUEGO, ACCEDER AL 5D-6D

- Trabajo con símbolos y arquetipos.
- Visualización creativa consciente.
- Contacto con el Íntimo (7D proyectado en 6D).

IV. PRÁCTICA INTEGRADORA: EL ÁRBOL DE RAÍCES PROFUNDAS

Objetivo: Sincronizar los tres vehículos en una sola percepción.

Procedimiento:

1. De pie, pies descalzos sobre tierra si es posible (sino alfombra).
2. Visualiza **raíces doradas** saliendo de tus plantas de pies, penetrando la tierra (3D).
3. Siente un **río plateado** subiendo por esas raíces, llenando tu abdomen (4D).
4. Desde el corazón, haz crecer un **árbol de luz** que se expande hacia el cielo (5D-6D).
5. Permanece así 5 minutos respirando normalmente.

Significado:

- **Raíces:** Tu conexión con lo físico, sin la cual te "vuelas" y pierdes anclaje.
- **Río:** Tus Aguas Internas, nutridas desde la tierra.
- **Árbol:** Tu expresión superior, que **solo es estable si las raíces son profundas**.

V. PRINCIPIOS FUNDAMENTALES HIDAYITAS

1. **No saltes pisos:** No intentes trabajar en dimensiones superiores sin haber consolidado las inferiores. Es la causa del 90% de los "despertares" fallidos.
2. **El 4D es tu taller principal:** Aquí se gana o se pierde la batalla espiritual. Las Aguas limpias son tu mayor protección y tu mayor poder.

3. **Paciencia con proceso biológico:** Regenerar las Aguas lleva **mínimo 40 días** de práctica diaria. Es un proceso orgánico, no intelectual.
4. **Verificación práctica:** Sabes que estás progresando cuando:
 - Tu sueño se hace más profundo.
 - Tu energía aumenta sin estimulantes.
 - Tus reacciones emocionales se vuelven más conscientes.
 - Sientes una "presencia" constante en tu abdomen bajo.
5. **La gran paradoja:** Para "ascender" (hacerte más sutil), primero debes "descender" (conectarte más profundamente con tu cuerpo y tu energía vital).

Palabras de Rashid en "La Hidayah":

"No busques experiencias extracorpóreas. Busca estar completamente EN tu cuerpo, pero consciente de él. Ese es el verdadero misterio. El que domina sus Aguas, no necesita volar: hace que toda la realidad dance a su alrededor. Comienza por lo concreto: hoy, bebe un vaso de agua conscientemente. Ese es tu primer ritual de regeneración dimensional."

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

