

Mallorie Vaudoise

# Honrar a nuestros ANCESTROS

UNA GUÍA DE VENERACIÓN



**S**IRIO



Título original: HONORING YOUR ANCESTORS: A GUIDE TO ANCESTRAL VENERATION

Traducido del inglés por Antonio Luis Gómez Molero

Diseño de portada: Editorial Sirio, S.A.

Maquetación de interior: Toñi F. Castellón

© de la edición original

2019 Mallorie Vaudoise

Publicado por Llewellyn Publications

Woodbury, MN 55125 USA

[www.llewellyn.com](http://www.llewellyn.com)

© de la presente edición

EDITORIAL SIRIO, S.A.

C/ Rosa de los Vientos, 64

Pol. Ind. El Viso

29006-Málaga

España

[www.editorialsirio.com](http://www.editorialsirio.com)

[sirio@editorialsirio.com](mailto:sirio@editorialsirio.com)

I.S.B.N.: 978-84-18531-73-6

Puedes seguirnos en [Facebook](#), [Twitter](#), [YouTube](#) e [Instagram](#).

Si este libro te ha interesado y deseas que te mantengamos informado de nuestras publicaciones, puedes suscribirte a nuestro boletín de noticias en [www.editorialsirio.com/newsletter](http://www.editorialsirio.com/newsletter)

*Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org)) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.*

Para mamá

# Contenido

[Cubierta](#)  
[Créditos](#)  
[Introducción](#)  
[Acerca de este libro](#)  
[¿Quiénes son nuestros ancestros?](#)  
[Antepasados de sangre](#)  
[Parientes recientemente fallecidos](#)  
[Antepasados de linaje](#)  
[Adopción](#)  
[Pareja](#)  
[Iniciación](#)  
[Ancestros por afinidad](#)  
[Santos](#)  
[Guías espirituales](#)  
[Fantasmas](#)  
[Espíritus relacionados](#)  
[Espíritus de la tierra](#)  
[Espíritus de la casa](#)  
[Antepasados no humanos](#)  
[Un ritual para reconectarte con tus ancestros](#)  
[Reflexiones finales](#)  
[Sugerencias para tu diario](#)  
[La curación de los traumas ancestrales](#)  
[Hacer frente al trauma ancestral](#)  
[Un ritual para elevar a un antepasado problemático](#)  
[Hacer obras de arte conmemorativo](#)  
[Morir bien](#)  
[Sugerencias para tu diario](#)  
[Levanta un altar para tus antepasados](#)  
[Mi primer altar de antepasados](#)  
[Hay diversidad de altares](#)  
[Una nota de advertencia](#)  
[Fuego](#)  
[Agua](#)  
[Tela](#)  
[Imágenes de tus antepasados](#)  
[Imágenes sagradas](#)  
[Memento mori](#)  
[Trabajar con el altar](#)  
[Limpieza](#)  
[Encender luces](#)  
[Aceites benditos, amuletos y otras herramientas](#)  
[Ofrendas](#)

[Ritual para consagrar un nuevo altar de antepasados](#)

[Sugerencias para tu diario](#)

[Haz ofrenda a tus antepasados](#)

[Ofrendas básicas](#)

[Café y té](#)

[Pan](#)

[Bebidas ancestrales](#)

[Flores](#)

[Dulces](#)

[Licor fuerte y tabaco](#)

[Artículos de tocador](#)

[Incienso](#)

[Exvotos](#)

[Herramientas](#)

[Cómo realizar las ofrendas](#)

[Ritual para ofrecer una libación](#)

[Ofrenda de comida ritual](#)

[Sugerencias para tu diario](#)

[Reza a y por los antepasados](#)

[Cómo rezar](#)

[Cómo cantar](#)

[Oraciones tradicionales](#)

[Réquiem \(catolicismo\)](#)

[Espiritismo](#)

[Budismo](#)

[Crea tus propias oraciones](#)

[Oración y ritual](#)

[Días auspiciosos](#)

[Novena](#)

[Oración de un mes](#)

[Indulgencias](#)

[Algunas de mis oraciones favoritas](#)

[Una oración matutina](#)

[Una oración antes de la adivinación](#)

[Sugerencias para tu diario](#)

[Higiene espiritual](#)

[Espíritus del hogar](#)

[Grifo y estufa](#)

[Puertas y ventanas](#)

[Lugares de almacenamiento](#)

[Cama](#)

[Limpieza de la casa](#)

[Limpieza del suelo](#)

[Lavados de alféizar](#)

[Limpiezas de humo](#)

[Hervir hierbas](#)

[Ritual de limpieza de la casa de la luna nueva](#)

[Limpiarse con agua sagrada](#)

[Baños espirituales](#)

[Un baño espiritual básico para deshacerse de la negatividad](#)

[Baño blanco para corazones con problemas](#)

[Baño de hisopo para la reconciliación](#)

[Un ritual de limpieza](#)

[Sugerencias para tu diario](#)

[La mediumnidad es para todos](#)

[Disipar los mitos sobre la mediumnidad](#)

[Consejos generales](#)

[Ejercicios](#)

[Sensaciones](#)

[Deriva](#)

[Abrir el puño](#)

[Sugerencias para tu diario](#)

[Profundizar en la mediumnidad](#)

[Invitada a bailar con los ancestros](#)

[Discernir los espíritus](#)

[Adivinación por medio de las cartas](#)

[Adivinación por medio de los sueños](#)

[Sugerencias para tu diario](#)

[Aliados herbarios para honrar a los ancestros](#)

[Madres e hijas](#)

[Las plantas en la veneración de los ancestros y la magia](#)

[Laurel de bahía](#)

[Diente de león](#)

[Olíbano](#)

[Lavanda](#)

[Menta](#)

[Artemisa](#)

[Rosa](#)

[Ruda](#)

[Romero](#)

[Sugerencias para tu diario](#)

[Invocar un poder ancestral](#)

[La moralidad de la magia](#)

[¿Por qué parece que algunos hechizos tienen éxito, y en cambio otros fracasan?](#)

[Practicar magia ancestral](#)

[Sugerencias para tu diario](#)

[Un surtido de hechizos](#)

[Hechizo contra las pesadillas](#)

[Hechizo para momentos de desesperación](#)

[Hechizo para la buena suerte](#)

[Hechizo para los enamorados que se van a vivir juntos](#)

[Hechizo para que se te presenten nuevas oportunidades](#)

[Hechizo para orientarte](#)

[Hechizo para un viaje seguro](#)

[Hechizo para el amor hacia uno mismo](#)

[Hechizo para que una mujer gobierne en el hogar](#)

[Hechizo para encontrar una buena pareja](#)  
[Hechizo para conseguir un trabajo](#)  
[Hechizo para sanar](#)  
[Hechizo para vacunarse contra la desesperación](#)  
[Hechizo para saber quiénes son tus verdaderos amigos](#)  
[Hechizo para hacer nuevos amigos](#)  
[Hechizo para mudarse a otra localidad](#)  
[Hechizo para multiplicar la fortuna](#)  
[Hechizo para proteger a alguien o algo](#)  
[Hechizo para eliminar el mal de ojo](#)  
[Hechizo para eliminar las influencias ambientales negativas](#)  
[Hechizo para el éxito en cualquier empeño](#)  
[Hechizo para cambiar las tornas cuando el juego está casi perdido](#)  
[Hechizo para entender a alguien](#)  
[Hechizo para ganar el favor e influir en la gente en el trabajo](#)  
[Recordar el futuro](#)  
[Bibliografía](#)  
[Índice temático](#)  
[Sobre la autora](#)



## INTRODUCCIÓN

La veneración de los ancestros se ha convertido en un tema candente en los últimos años. Los miembros de una amplia gama de tradiciones espirituales, entre ellas la brujería y el paganismo, parecen estar redescubriendo rituales dirigidos a los antepasados en lugar de a los dioses. Mientras tanto, los practicantes de tradiciones más antiguas, como las de la diáspora africana y las practicadas por los pueblos indígenas, llevan cientos de años venerando a sus ancestros por medio de rituales. Como resido en la heterogénea ciudad de Nueva York, he tenido el privilegio de escuchar a integrantes de numerosos círculos espirituales, y todos parecen estar de acuerdo en una cosa: lo primero es honrar a tus antepasados. Pero ¿qué significa eso? ¿Y cómo se hace?

Si vienes de un linaje espiritual que incorpora la veneración de los antepasados en su conjunto de prácticas, tu padrino o iniciador te dirá cómo hacerlo. Pero tal vez no tengas la suerte de contar con un maestro. Puede que todavía estés buscando tu camino. O quizá hayas llegado a la conclusión de que seguir un camino ecléctico te conviene más que ser fiel a unas determinadas enseñanzas. Aunque te identifiques con lo que acabo de decir, puedes tener una práctica de veneración a los antepasados profunda y satisfactoria. Escribí este libro para mostrar que dicha veneración es para todos.

La veneración de los antepasados puede referirse a cualquier ritual o práctica espiritual que te reconecta con las personas que estuvieron aquí antes que tú. Realizar investigaciones genealógicas, cocinar la receta favorita de tu abuela, aprender la música y la danza folclórica de tu cultura y hablar con los muertos en tus sueños son ejemplos de veneración a los antepasados. Las prácticas de veneración a los ancestros pueden ser seculares, mágicas o ambas cosas. Complementan una amplia variedad de caminos espirituales.

Vemos ejemplos de veneración a los ancestros en culturas de todo el mundo. La festividad de los espíritus hambrientos, celebrada por budistas y taoístas en varios



países asiáticos, incluye ofrendas para los muertos, como comida, billetes funerarios<sup>1</sup> y cantos. Las mascaradas Egungun prestan a los ancestros una forma física en territorio yoruba y en Brasil. Los adivinos de Sangoma, en Sudáfrica, prescriben la curación espiritual de acuerdo con la sabiduría de los antepasados. Y los católicos de todo el mundo veneran a sus antepasados en el Día de los Difuntos (2 de noviembre), a menudo incorporando costumbres paganas a esta fiesta supuestamente cristiana.

Comencé a honrar a mis ancestros cuando me interesé en la brujería y el paganismo. Cuando era niña, me habían enseñado a mostrar respeto y gratitud hacia mis antepasados que habían sufrido para que yo pudiera disfrutar de abundancia y buena salud. Pero la brujería me enseñó la importancia de los ciclos de la naturaleza. Aprendí que Halloween, mi fiesta favorita, tenía sus raíces en la festividad pagana celta de Samhain. Se creía que el Samhain era una época en la que el mundo de los espíritus, el reino de los antepasados y las hadas, era más accesible para nosotros los seres físicos. Históricamente se celebraba con actos de adivinación y mascaradas. Comencé a pensar en mis ancestros en esta época del año y a realizar rituales estacionales para honrarlos. Pero pronto me di cuenta de que ellos, los que me dieron la vida, eran demasiado importantes para venerarlos solo una vez. Así que empecé a buscar formas de hacerlo durante todo el año.

Mi práctica de veneración de los antepasados se volvió más importante cuando me involucré en las comunidades religiosas de la diáspora africana. He tenido la inmensa suerte de conocer a varios ancianos de estas tradiciones que han compartido conmigo generosamente sus conocimientos culturales y medicinales. A todo el que se adentra en la religión de la diáspora africana se lo anima a desarrollar la relación con sus ancestros, sin importar de dónde provengan. Durante este proceso, asistí a rituales que procedían de África y habían llegado a través de Cuba y Brasil. Mis maestros también me animaron a profundizar en mi comprensión de la cultura de mis antepasados italianos, entre otras cosas en el conocimiento de las formas en que ellos habían honrado nuestro linaje ancestral. Y, a medida que mis antepasados adquirían más fuerza y presencia en mi vida por medio de estos rituales, me transmitieron mensajes sobre lo que consideraban importante: lecciones sobre la familia, la amistad, el amor y la esperanza.

En última instancia, tu práctica de veneración a los ancestros es única. Ya eres el sumo sacerdote o la suma sacerdotisa de esta religión. Eso significa que tienes la libertad y la responsabilidad de honrar a tus ancestros de una manera que os beneficie tanto a ti como a ellos. Aun en el caso de que estés aprendiendo a servir a tus antepasados de acuerdo con las formas de un linaje tradicional, siempre hay

oportunidades para desarrollar tu propia relación personal con ellos. Este libro te proporcionará la inspiración para hacerlo.

A medida que profundices en tus prácticas de veneración a los ancestros, verás beneficios sustanciales en tu vida cotidiana y en tus actividades mágicas. Piensa que tu existencia de ser encarnado es como un jardín. Cualquier cosa que quieras manifestar en esta vida es una planta. Los trabajos, las vacaciones especiales, las parejas, los niños, los proyectos creativos..., todo son plantas. Tus ancestros son la tierra, el clima y el agua que nutren el crecimiento de este jardín. Para que cualquier planta eche raíces y dé frutos, necesita que los antepasados la cuiden. Debe ser compatible con su suelo y su clima y nutrirse de su sol y su agua. Pero una vez que aprendas a cuidar adecuadamente tu jardín, no tendrás que hacer nada para conseguir que una planta crezca. Así como la Madre Naturaleza es en última instancia la que hace que las plantas crezcan, los antepasados aumentan los dones de nuestras vidas.

También descubrirás que a medida que florezca tu práctica, tendrás acceso a una nueva perspectiva. Al principio esto adquirirá la forma de un mayor autoconocimiento, es decir, una mejor comprensión de quién eres. Pero luego se expandirá la consciencia que trasciende tu vida y lo que piensas de ti mismo. La historia que comienza con nuestro primer aliento y termina con el último es solo un capítulo de una narración mucho más extensa. Entenderse a sí mismo en el contexto de esta narración cura una de las heridas más fundamentales que nuestra cultura nos inflige: la mentira de que estamos solos y no tenemos historia.

Basándome en mi propia experiencia como ser espiritual, en las experiencias que han compartido conmigo mis amigos y maestros a través de diversas tradiciones y en las experiencias de los estudiantes de mi curso *online*, he identificado varios dones que normalmente surgen como consecuencia de una sana práctica de veneración a los antepasados. Uno de ellos es la buena salud, tanto física como mental y emocional. Otro es el triunfo del amor, ya se manifieste atrayendo a una nueva pareja, bendiciendo una unión duradera o resolviendo disputas dentro de una estructura familiar. Los antepasados también nos bendicen con creatividad. Para algunos, esto puede significar la creación de hijos que continuarán su estirpe. Para otros, significará diferentes formas de creatividad: escribir libros, tocar música, hacer arte. Y por supuesto, para muchos, ¡significará crear hijos y arte!

Si practicas la magia, descubrirás que honrar a los ancestros refuerza el trabajo de hechicería, mejora la precisión y la utilidad de la adivinación, y establece una base firme para otras formas de contacto con el espíritu. Cuando tengas una buena relación con tus antepasados, podrás llamarlos al realizar hechizos y pedirles que se manifiesten a través de tu herramienta de adivinación preferida. Ellos pueden

facilitarte el contacto con otra clase de espíritus si decides buscar ese tipo de relación con el mundo espiritual. Asimismo, pueden actuar como guardianes, impidiendo que tengan acceso a ti los espíritus que no te convienen.

Además de los beneficios, también he escuchado algunas preocupaciones comunes de los estudiantes que están empezando a honrar a los ancestros. Ahora me gustaría dedicar un momento a tratar estos temas.

*¿Qué sucede si no sé quiénes son mis antepasados?*

Todo el mundo tiene ancestros de sangre,<sup>2</sup> es decir, los antepasados que crearon tu cuerpo con los suyos. No es necesario conocer sus nombres o de dónde vinieron para saber que vivieron y murieron para soñarte y concebirte. Recopilar información genealógica e historias familiares es una práctica hermosa y que vale la pena. Pero hay otras prácticas igualmente bellas y valiosas que son más accesibles para quienes fueron adoptados o actualmente están alejados de sus familias de origen.

En los últimos años se han popularizado mucho las pruebas genéticas que revelan la procedencia de nuestros antepasados. Para algunos estas pruebas constituyen un punto de partida útil para una práctica de veneración de los antepasados, especialmente si aún no saben nada sobre ellos. Sin embargo, los resultados de estas pruebas todavía son propensos al error y pasan por alto el hecho de que no toda nuestra herencia cultural se transmite biológicamente. Solo la mitad del ADN de cada uno de los padres se transmite a la siguiente generación, por lo que los antepasados que están espiritualmente cerca de ti podrían no haber dejado ningún rastro en tus genes físicos. Y, por supuesto, las pruebas genéticas no pueden revelar los casos de adopción e intercambio cultural que pueden haber dado forma a tu linaje ancestral. Si crees que una prueba de este tipo te sería útil, trátala como cualquier otra forma de adivinación, como una lectura del tarot o tu horóscopo mensual: es una fuente de inspiración, no un mandamiento tallado en piedra.

Los estudiantes con poco o ningún conocimiento de sus antepasados de sangre a menudo encuentran que después de comenzar una práctica de veneración, aparece nueva información sobre estos ancestros. Confía en que lo que sepas en este momento, sea mucho o poco, es justo lo que necesitas saber ahora mismo. Lo que debas saber en el futuro te será revelado en el futuro. Esto lo he visto en mi propia vida: la información genealógica y la herencia familiar me llegaron en mis primeros años de práctica seria de veneración a los ancestros. Y más recientemente, han aparecido oportunidades inesperadas para estudiar mi lenguaje y mi tradición musical ancestrales. Hace diez años, ini siquiera habría imaginado que estos dones llegarían a mí!

*¿Y si no me gustan mis antepasados?*

La veneración a los antepasados es para ti aunque tengas una mala relación con tu familia de origen, e incluso si te avergüenzas de quiénes fueron tus antepasados de los últimos cien años o de lo que hicieron. Tu linaje es más extenso y mucho más diverso de lo que te imaginas. Puede que te conectes con una generación más antigua de tus ancestros, una generación que quizás no hayas conocido en esta vida. Cuando nos remontamos lo suficiente, todos encontramos antepasados que vivían en una buena relación con la tierra y con los demás. Estos antepasados son un ejemplo de cómo podemos vivir hoy. También pueden ayudar a traer sanación y estructura a un linaje ancestral que se ha vuelto confuso. Cuando retrocedemos, ellos avanzan y las generaciones intermedias se alinean.

También hay otros tipos de ancestros más allá del linaje sanguíneo inmediato. Estos pueden incluir antepasados de un linaje espiritual, antepasados con los que tenemos algo especial en común (como nuestra identidad o vocación) y guías espirituales que han elegido caminar con nosotros en esta vida por sus propias razones. Tu práctica de honrar a los ancestros puede abarcar todos estos tipos de antepasados y otros más.

*¿Qué sucede si no sé nada sobre mis tradiciones ancestrales o si practico una religión diferente a la de mis antepasados?*

La sabiduría ancestral es mucho más que «hacer algo exactamente como lo hacíamos antes». Se trata de integrar las lecciones aprendidas a lo largo de muchas vidas para tomar mejores decisiones. Gran parte de nuestro mundo actual es nuevo. Nuestras tecnologías, dificultades y oportunidades son muy diferentes a aquellas con las que nuestros antepasados se encontraron en sus vidas. Ni siquiera el antepasado más sabio de tu linaje sabría qué hacer si pudiera encontrar la manera de viajar en el tiempo hasta el día de hoy.

En última instancia, tú eres quien está vivo hoy en día. Eso significa que estás al volante en este viaje. Tus antepasados están ahí contigo para ayudarte a conducir, elegir la música y pasarte aperitivos desde el asiento trasero. Pero no te engañes: cada curva que tomes la decides tú. Y un día, ya no estarás en el asiento del conductor.

### **Acerca de este libro**

Escribí este libro principalmente como una guía para personas espirituales que no han aprendido a honrar a sus ancestros de acuerdo con su tradición familiar o linaje espiritual. Si tienes la suerte de aprender directamente de un maestro vivo la forma de relacionarte con tus antepasados según la tradición común, por favor escucha a ese maestro antes que a mí. Pero, si él te apoya a hacerlo, este libro también puede

servirte de inspiración para expandir tu repertorio de prácticas de veneración a los antepasados.

Lo que me inspiró a escribirlo fue tanto el hecho de haber experimentado el inmenso beneficio de aprender de maestros vivos que pertenecen a un linaje espiritual como el impulso creativo de investigar y explorar independientemente mis propias prácticas ancestrales. Soy *olorisha* (sacerdotisa orisha) iniciada, *quimbandeira com licença* (devota iniciada de Exu y Pomba Gira) y aprendiz de la maestra de música folclórica Alessandra Belloni de mi tradición musicoespiritual ancestral. Cada uno de esos linajes ha requerido un cuidadoso estudio bajo la supervisión de mis maestros, a los cuales debo mucho más de lo que se puede decir brevemente en esta introducción. Pero cada uno de esos linajes también me ha empujado a profundizar en los otros y a explorar nuevos territorios que, en este momento, no se encuentran custodiados por maestros vivos.

Por lo tanto, nada de lo que verás en este libro es genuinamente tradicional, aunque todo está basado en mi estudio de estas tradiciones, que proporcionó la base para mi práctica personal de veneración a los ancestros y mi labor como médium (ambas actividades se han nutrido tanto la una de la otra que ya no hay manera de separarlas). Como no estoy escribiendo este libro para transmitir una tradición y tú, lector, no eres formalmente mi estudiante, te invito a hacer lo que estimes conveniente con este material. Puedes seguirlo al pie de la letra o quemarlo e ingerir las cenizas. Tus antepasados forman parte de ti, lo que significa que tu intuición es, en última instancia, tu mejor guía en la materia. Lo mejor que puede hacer un libro es inspirarte: darte ideas a las que reaccionar y rituales que puedas probar. Este libro es mi ofrenda para ti y tus ancestros. No hay una manera correcta o incorrecta de cosechar el beneficio de este sacrificio.

Como todos los autores, mi acercamiento al material está condicionado por mi contexto cultural. Por ello, podrás notar que me apoyo mucho en ejemplos de las tradiciones con las que tengo una conexión personal.

Esto incluye material extraído del catolicismo romano, que ha sido practicado de alguna manera por mis antepasados durante los últimos dos milenios. El catolicismo es rico en prácticas de veneración a los antepasados en forma de tradiciones, oraciones y rituales. Aunque no me considero ni mucho menos una católica practicante tradicional, estos ritos me siguen pareciendo poderosos y accesibles. Los he incluido en este libro porque ilustran principios generales y los conozco lo suficientemente bien como para explicarlos, no porque desee hacer proselitismo. Si tienes ancestros católicos, tal vez desees emplear alguno de estos ritos al tratar con tus antepasados, aunque no seas católico practicante. Si no tienes ninguna conexión con

el catolicismo, tal vez prefieras centrarte en el principio más que en los detalles de implementación. Puedes sustituir las oraciones y los rituales por los de tu propia religión como te parezca apropiado.

Este libro está organizado en once capítulos. A los lectores que apenas conocen el tema de la veneración de los antepasados les resultará más fácil leer los capítulos en orden. Aquellos que ya tienen una práctica espiritual de veneración a los antepasados pero que esperan mejorar aspectos específicos de esa práctica, pueden leer los capítulos que necesiten en el orden que deseen.

Cada capítulo concluye con una serie de sugerencias opcionales para tu diario. Las comparto para ayudar a asimilar el material, labor que a veces puede requerir una reflexión profunda y valiente. Puedes seguirlas todas, ignorarlas por completo o seguir solo las que te gusten. Puedes comprar un nuevo diario y dedicarlo específicamente a tu práctica de honrar a los ancestros. Si ya tienes un diario mágico o un diario de sueños, puedes usarlo también para estas indicaciones. Si no te gusta escribir, puedes hablar en voz alta frente al altar de tus antepasados (si aún no tienes uno, no te preocupes; hablaremos de cómo construir un altar en el capítulo tres). O, si estás leyendo este libro con un club de lectura, se puede formar un círculo para debatir estas sugerencias grupalmente.

El primer capítulo explica quiénes son los ancestros. Hay muchos tipos diferentes de antepasados, entre ellos los de sangre, los de linaje y los de afinidad. Hablaremos de la diferencia entre los ancestros y los espectros. También te preparará para los pasos iniciales de este camino; te enseñará, entre otras cosas, las señales que debes observar a medida que comienzas a prestar más atención a tus antepasados (y ellos a ti).

El segundo capítulo profundiza en el tema del trauma ancestral. Todo el mundo sufre algún tipo de trauma ancestral. Hablamos de lo que es el trauma y de cómo afrontarlo, de aprender a asimilarlo a través del arte conmemorativo y de morir bien en beneficio de las generaciones futuras.

En el tercer capítulo, hablaremos de los altares dedicados a los ancestros. Estos altares pueden ser sencillos o elaborados, permanentes o temporales. Tu altar dedicado a los antepasados reflejará tu gusto único y tu relación particular con el espacio que habitas. Compartiremos alguna inspiración sobre qué incluir cuando prepares tu altar, así como los trabajos mágicos que se pueden hacer en él.

El cuarto capítulo explora el mundo de las ofrendas, que pueden realizarse en el altar de los ancestros o en otro lugar. Las ofrendas crean un intercambio energético entre los vivos y los muertos, reafirmando así la relación sagrada existente. Este capítulo habla asimismo de cómo hacer y limpiar las ofrendas. Comparto una lista de

ofrendas de mi propia práctica personal, que espero te inspire, sin limitarte, cuando empieces a realizar ofrendas para tus antepasados.

Puede que, además de hacer ofrendas, desees comenzar a orar por tus ancestros y también a pedirles; esto lo verás en el quinto capítulo. Leerás algunas de las oraciones para los muertos más populares de varias tradiciones religiosas. También hablaremos de cómo escribir tus propias oraciones.

El capítulo seis se centra en la higiene espiritual para ti y tu hogar. Muchos elegimos honrar a nuestros ancestros y a los espíritus del lugar que comparten nuestros hogares con nosotros. La higiene espiritual es especialmente importante para quienes deseen explorar los ejercicios de mediumnidad descritos en los capítulos siguientes. En este capítulo, encontrarás recetas para algunos de mis métodos favoritos de limpieza que puedes hacer por ti mismo.

El capítulo siete introduce la práctica de la mediumnidad. Creo que todos tenemos una conexión especial con nuestros ancestros, una conexión que puede resultar en la transmisión mediúmnica de importante sabiduría a través de sueños y estados alterados de conciencia. Veremos ejercicios diseñados para facilitar esta transmisión.

En el capítulo ocho, hablaremos de profundizar en la práctica de la mediumnidad. Esto significa, principalmente, integrar los mensajes recibidos a través de la mediumnidad. También significa desarrollar tu discernimiento como médium. Veremos además cómo la mediumnidad puede ser reforzada y perfeccionada utilizando herramientas de adivinación.

El capítulo nueve presenta el ámbito de los espíritus de las plantas que pueden ser tus aliados en la práctica de honrar a tus ancestros, limpiando de miasmas a las personas, objetos o espacios; mejorando la mediumnidad a través de una mayor sensibilidad y claridad psíquica, y sanando a los espíritus de los vivos y de los muertos. Te muestro algunos de mis espíritus de plantas aliados favoritos relacionados con mi práctica personal de veneración a los ancestros; muchas de estas plantas son fáciles de cultivar o de encontrar en una tienda local de comestibles.

A lo largo del capítulo diez, hablaremos de lo que es la magia y cómo funciona.

Finalmente, en el capítulo once, te enseñaré hechizos que llaman a los ancestros a que inviten a que la sanación, el amor, la prosperidad y la protección estén presentes en tu vida. Puedes adaptarlos a tus circunstancias personales y a tu gusto; ninguno de estos hechizos requiere de ingredientes costosos o herramientas difíciles de encontrar.

Mientras lees este libro, espero que recuerdes que no estás solo. La veneración de los antepasados es un aspecto importante del ecosistema espiritual que numerosas culturas del mundo han celebrado. La falta de prácticas centradas en honrar a los

ancestros en nuestra propia cultura es un hecho inusual y poco saludable. Está relacionada con muchas de nuestras grandes enfermedades culturales, como la negación de la muerte, el racismo, la misoginia y la crisis ecológica creada por el hombre, y tal vez es responsable de ellas. Sanar nuestra relación personal con nuestros antepasados es una forma sencilla pero eficaz de tratar estas heridas colectivas.

Hacen falta agallas para desafiar las normas culturales. Nuestra cultura nos dice que los muertos desaparecen o están en una vida inaccesible que hay después de la muerte. Pero nuestro instinto de especie nos dice algo más. No tienes por qué adoptar un determinado conjunto de creencias para cambiar tu vida y hacer de la veneración de los antepasados una parte central de ella. Solo necesitas atreverte a probar algo nuevo.

---

<sup>1</sup> N. del T.: También llamados *billetes del infierno*. Billetes de falso papel moneda que se utilizan en muchas regiones de Oriente para honrar y agasajar a los ancestros.

<sup>2</sup> N. del T.: También denominados antepasados directos o ancestros sanguíneos.