



3VA  
MONRO  
ALMA LIBRE

## *¡Hola Cacao Amante!*

¡Oh, divino chocolate!  
Que arrodillado te muelen,  
manos plegadas te baten  
y ojos al cielo te beben.

---

Siéntete en tu Hogar.

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

[@eva.almalibre](https://www.instagram.com/eva.almalibre)

[@cacao.salvaje](https://www.instagram.com/cacao.salvaje)



## *Gracias, Maltiox*

Gracias por tu curiosidad por Cacao, y por haber seguido los pasos que te llevan a estar leyendo este relato.

Mi intención con él es alimentar tu curiosidad por el Árbol Curandero de Cacao, como me gusta llamarle, a la vez que facilitarte algunos datos básicos que te sirvan para poder hacerte tu Cacaosito en tu propio Hogar.

Esto es solo una “tapita”, que no sustituye una formación o tu propia investigación sobre este maravilloso mundo de Cacao del que estoy tan ENAMORADA.

Deseo de Corazón que lo disfrutes.

Te pido que si crees que esto le puede servir a alguien en lugar de mandárselo “tal cual”, le reenvíes este link:

[www.evamonro.com/cacao](http://www.evamonro.com/cacao)

Así contribuyes al crecimiento de nuestra Tribu Cacaotera.



## *Brevisísima historia de Cacao*

Se dice de Cacao que “quiere estar entre los humanos”. Quizá sea por este deseo que hoy se le puede encontrar en los Siete Continentes de muy diversas formas, no todas respetuosas con su esencia: chocolates, bebidas, galletas, helados...

Su origen se remonta a América (Abya Yala) donde, hace unos 6000 años "domesticaron" un árbol de la selva, *Theobroma Cacao*, de cuyo fruto se extraen las semillas que, una vez fermentadas, secadas, tostadas y molidas, dan lugar a la pasta de cacao, base de todos los productos achocolatados que tanto nos gustan.

Hay muchas leyendas alrededor de su origen: que fue un regalo de los Dioses a los seres humanos, que la semilla llegó de la mano de seres de otras galaxias...

Para los pueblos de Abya Yala, Cacao tenía muchos usos: moneda de intercambio, ofrenda a los Dioses, bebida sagrada en ceremonias, preparación para las artes de la lucha, para las artes del amor... Seguimos descubriendo mucho sobre Cacao.





Cacao comenzó su expansión cuando los castellanos llegaron a América.

Al principio no entendieron la importancia que los nativos le daban a este producto tan amargo, (y a veces picante).

Fueron los monjes los primeros en apreciar sus propiedades, introduciéndolo en los monasterios españoles. Posteriormente su uso se extendió por la Corte y desde ahí se popularizó su consumo en toda España. Ahí se consolidó durante más de 100 años antes de extenderse a Europa, gracias a los matrimonios de las infantas de los Austrias con los reyes franceses. Los extranjeros que visitaban España decían que “el chocolate es a los españoles lo que el té a los ingleses”.

Fue en la península donde se adaptaron los sabores a los paladares europeos añadiéndole azúcar, especias y comenzando a consumirlo caliente. Tal fue la pasión por Cacao que se intentó cultivar sin éxito en el sur de España, consiguiéndolo en las colonias africanas y extendiendo su cultivo a otras zonas de América.

Como Cacaoístas del S.XXI hemos de tener en cuenta que tenemos entre las manos Sabiduría Ancestral, y que tal y como se produce, comercializa y consume hoy en día, en su mayoría, está muy lejos de ser una forma respetuosa.

Es nuestra responsabilidad darle el valor y espacio que se merece, y por ello hoy hablamos de Cacao Ceremonial.

# CacaoAmor: un Cacao muy especial

No todos los Cacaos sirven para ceremoniar. Para nosotras, un Cacao Ceremonial debe cumplir varios requisitos:

- Debe ser exquisitamente tratado durante TODO el proceso para que conserve intactos sus más de 333 componentes bioactivos.
- Debe provenir de una misma zona, para asegurar sus cualidades exclusivas.
- Debe haber un intercambio justo para los y las agricultoras, sus Guardianes.

De entre todos ellos, a mí me ha escogido CacaoAmor del Ecuador, creado por mi hermana Dia. He probado muchos otros, soy poliamorosa cacaotera, pero CacaoAmor es a quien elijo cuando verdaderamente lo necesito y con quien trabajo en exclusividad en Ceremonias, sin excepción.



CacaoAmor proviene de unas pocas fincas de la zona de Manabí, gestionadas por grupos familiares que son formados para que puedan vivir dignamente de los cacaotales.

CacaoAmor destina parte de sus ingresos a su fundación "In Cacao we trust", creada para mejorar la calidad de vida de estas personas, para así garantizar un relevo generacional y el buen cuidado de la tierra que da vida a esta planta sagrada.

Y por si todo esto fuera poco, ¡CacaoAmor sabe delicioso!

Son muchísimas las personas que nos aseguran que es el más rico que han probado, gracias al trabajo de nuestros especialistas en Ecuador.

Si quieres que te llegue a tu casa, escíbeme. (659299025)

# *Cómo prepararte para una Ceremonia*

Primero decirte que Ceremonia de Cacao y Ritual con Cacao, son cosas diferentes, y que pocas veces lo que vemos “fuera” correspondería a una “verdadera” Ceremonia, a pesar del nombre. Pero esa, es otra larga historia. ;)

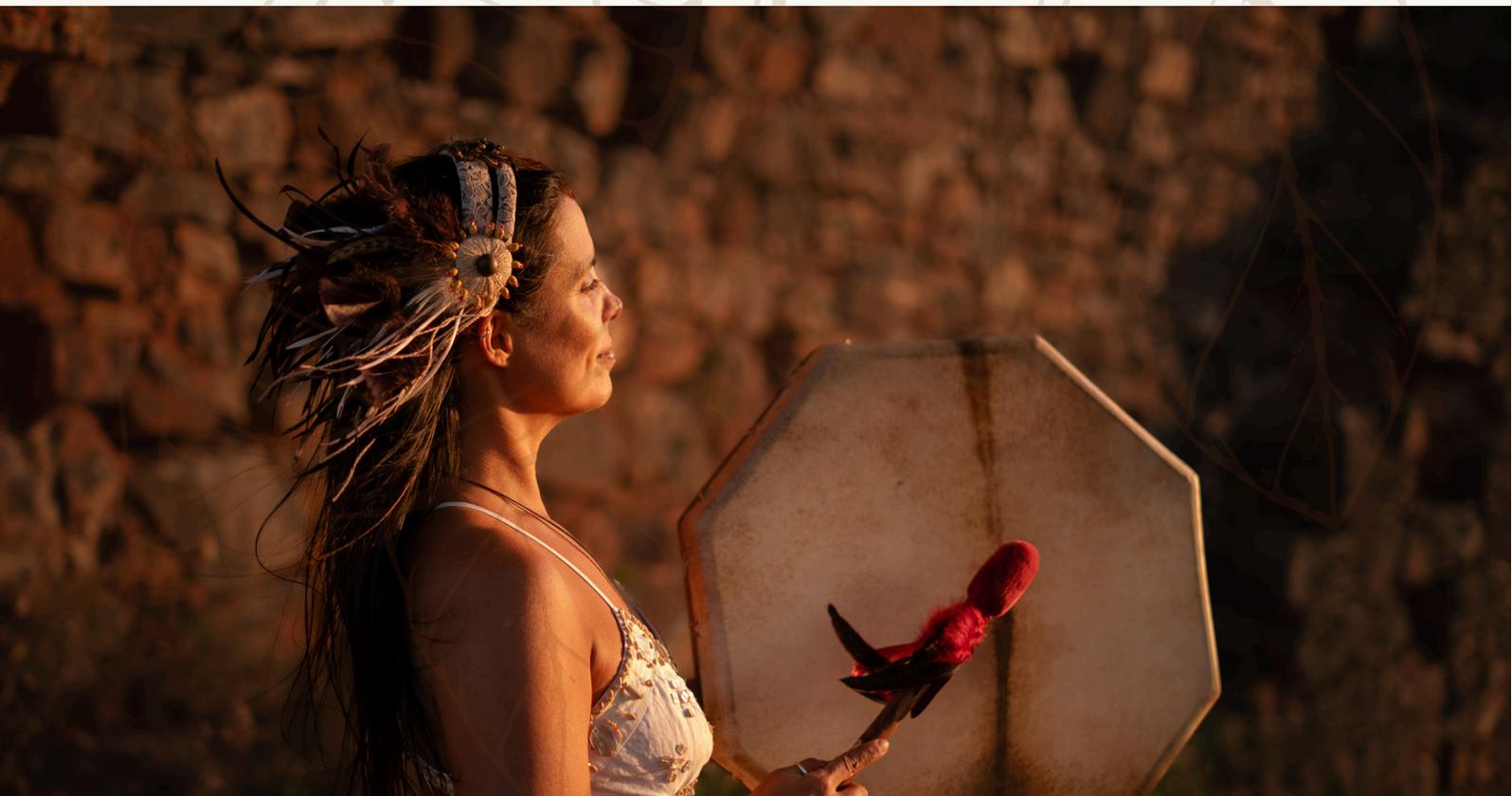
Mamá Cacao nos invita a conectar con el Corazón, y ese es un espacio auténtico donde no hay errores mientras haya escucha, respeto y autenticidad.

Mi ritual es sencillo: desde que me levanto conecto con las ganas de beber del Árbol Sagrado. Es un día en el que intento estar más presente, cuidarme más, quizás alargo la ducha, o el paseo, o me doy un automasaje.

A lo que presto más atención es a la alimentación: para que no interfiera con la digestión del Cacao me limito a frutas o verduras crudas, y en cantidades pequeñas. La mayoría de las veces ayuno, sabiendo que Cacaosita me dará todo lo que necesito.

Importantísimo es hidratarse. Agua filtrada, infusiones neutras, evitarán que su capacidad diurética nos genere dolor de cabeza.

Antes de tomarme mi Cacaosito preparo el espacio dentro y fuera, y conecto con una intención, un rezo o con esta pregunta, ¿qué desea Cacao experimentar a través de mí?





## *Cómo preparar tu taza de Cacao*

Hay muchas formas y recetas para prepararte tu Cacao. Después de bastantes años ofreciéndolo a miles de personas, mi receta favorita es sencilla: Cacao y agua. Cacao es amargo, pero la vida a veces también, y elijo no endulcorarla. Esto no quiere decir que no explores ni investigues, yo también lo hago. ;)

Aquí la forma más sencilla:

1. En un cazo calienta 200-250 ml del agua más pura que puedas. A algunas personas les gusta hervir el agua, a otras no.
2. Puedes añadirle especias u otras plantitas, o calentar alguna bebida vegetal. En este caso no te recomiendo cereales, sino almendras o coco.
3. Nunca hiervas el Cacao, mataríamos sus propiedades. Espera a que la temperatura del agua baje y entonces puedes mezclarlo bien.
4. Previamente habrás cortado entre 22-44 gr de Cacao Ceremonial en trocitos pequeños, que echarás en el agua que hayas calentado.
5. Mezclar, mezclar, mezclar (con molinillos de Cacao o batidores de huevo).
6. Cuando esté bien mezclado lo puedes guardar en un termo si queda un ratito para tu Ceremonia o verterlo en tu taza favorita.
7. Mientras haces todo esto puedes ponerte música que te inspire, cantar, conectar con tu intención... Haz que este espacio forme ya parte de tu Ritual.



## *Durante y después*

Yo llamo a Cacao “La Gran Susurradora”.

Cacao no es como otras plantas maestras, que te muestran el camino quieras o no. ;) Benditas ellas, pero Cacao juega diferente.

Su trabajo ocurre a un nivel más sutil en el plano mental, aunque en el plano físico se pueda sentir poderosa.

Siempre comparto que Cacao no te va a empujar, te va a acompañar en tu viaje desde un lugar muy amoroso y cálido, ya que es un recordatorio de que la respuesta eterna a cualquier pregunta es el AMOR.

Mi recomendación para tu Ritual o Ceremonia íntima es que primero muevas cacao por el cuerpo, con alguna danza o movimiento, y que después te sientes a escuchar sus susurros, que no son otros que los de tu Corazón, largamente silenciado.

Las ganas de Cacao de colaborar hace que se le comparta en muchos formatos: Ecstatics Dance, Breathwork, Masajes, Templos... Y es delicioso. Pero no necesita más que respeto, presencia y escucha. Como nosotras. Que su sensibilidad no haga que te la tomes menos en serio, pues te dará alguna que otra sorpresa.

# Un poco de mi historia

Tengo una mente curiosa y exploradora, y por ello me valgo de variados instrumentos para crear espacios naturales donde tú puedas SER tú. El movimiento, lo Ritual, lo Chamánico, la PalObra...

Mi gran Maestra y Sanadora es la Naturaleza y la amo profundamente.

Soy una apasionada Torita con Alas que aprendió a leer antes que a andar.

La Libertad es mi Brújula.

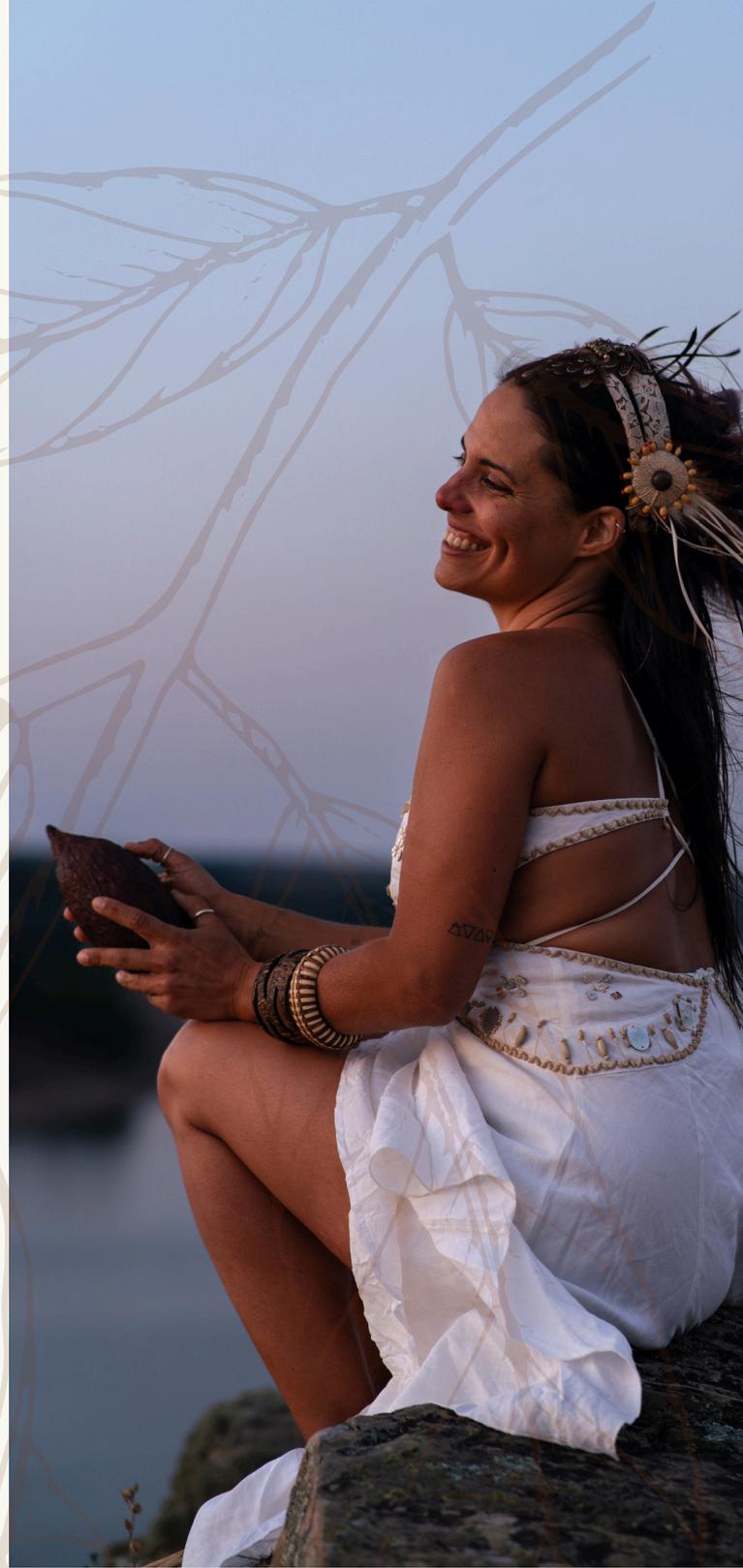
Dejé la ciudad y la abogacía para instalarme en la tierra de mis ancestras. Zamora, Salvaje al Oeste, desconocida, frontera entre mundos.

Llevo toda mi vida indagando, más de 20 años bailando y más de 10 creando Retiros, Círculos, Ceremonias, Talleres, Festivales, Formación OM-Line y Viajes por el Mundo.

En 2023 abrí UTÖPIKÂ en zAMORa capital.

Junto con Dia hemos creado CACAO SALVAJE, sinergia entre su magia y la mía.

Soy la rara del pueblo, y me encanta, ¿quién quiere que su epitafio diga "fue una persona normal"? ;)



**Test de la Libertad en:**  
[www.evamonro.com](http://www.evamonro.com)

**Comparto cosas en:**  
[@eva.almalibre](https://www.instagram.com/eva.almalibre)  
[@cacao.salvaje](https://www.instagram.com/cacao.salvaje)  
[@utopika.zamora](https://www.instagram.com/utopika.zamora)

**Te leo y contesto (a mi tempo) en:**  
[teleo@evamonro.com](mailto:teleo@evamonro.com)



# *Ofrendas Cacaoteras*

**INMERSIÓN DE CINCO DÍAS EN LA NATURALEZA CON CACAO SALVAJE**

**LA FORMACIÓN PARA CACAOÍSTAS MÁS SALVAJEMENTE DELICIOSA**

**VIAJE A LOS CACAOTALES DE CACAOAMOR EN ECUADOR**

**LA MIRADA QUE ACARICIA:** Ceremonia de Cacao con Ritual Fotográfico para ti, si necesitas sanar la relación con tu Cuerpo, o con tu Pareja, para Re-Conectar, Amar ese vínculo que formáis. En interior o en la Naturaleza. ZA.

**A SOLAS CON CACAO:** Ayuno guiado con Cacao, coincidente con los Solsticios y Equinoccios. Acompañamiento virtual grupal.

**CUERPO LIBERTAD:** Acompañamiento 1:1 a través del Cuerpo, durante dos meses para vivir una transformación en tu AMOR a ÉL.

Te informas: en mi web, en mi IG, en mi correo o en mi WS 659299025.

No está permitido el uso ni la reproducción de este dossier. ¡No copies, crea!  
Gracias por respetar nuestro tiempo y nuestro tragozo.



3VA  
MONRO  
ALMA LIBRE

GRACIAS, AMANTE, LIBRE.  
¡CACAUUUUUU, CACAUUUUUUU!