

Neutral News



HABIRAMY | FOUNDER: NEUTRAL NEWS, SER CASASANDRA, DHARMA GLOBAL.

Creemos que nuestros pensamientos tienen algún tipo de validez. En muchos casos, convertimos estos interludios mentales, en nuestra práctica. Lo que pensamos está basado en interpretaciones y creencias que generan erróneamente nuestra costumbre de sabernos separados, sin cuestionar, invadidos en nuestra imaginación por el otro. Nuestros mayores apegos, no son a las cosas, las personas, sino a las creencias que tenemos sobre ellas y, sobre nosotros y nosotras, algo que dictamina un estado de miedo, ansiedad, muchas veces; los cuales podrían significar para nuestro Yo psicológico, o nuestro constructo mental, supuestamente identificado con un cuerpo, nuestra autenticidad. El conjuro de los pensamientos es el conjuro de las fantasías -inclusive en la palabra yo- las cuales se representan en los cuerpos. Cualquier pensamiento que devenga del río insondable de la mente y su atributo innato de pensarse a través de utopías, no significan nada; de hecho, no significan nada por sí mismas, solo cuando relacionamos los pensamientos con los objetos, es ahí, cuando empiezan a tomar un significado, con miles y miles de conceptos, atributos, descripciones, que validan la individualidad de cada artefacto en este universo e inclusive la creación de nuevas formas en el contexto de este sueño de fabricar elementos perceptivos donde la mente se exprese. La realidad es inmutable, ilimitada, pacífica, amorosa.

El pensamiento es limitado en sí mismo. Describe un objeto dentro de la totalidad, la cual jamás puede ser descrita. Por eso en este momento, que nos reunimos para celebrar un ciclo anual que cierra y otro se abre, tenemos un gran chance para observar aquellas cosas que se repiten y se repiten y, que en verdad, se convierten en obstáculos para nuestra felicidad; los cuales, por supuesto, nunca están en el mundo, sino en la elección que hacemos de pensarlas, con odio u amor, a través del mundo.

Estamos en una coyuntura en que la humanidad necesita de reencuentros en favor de nuestra virtud mayor: el amor, la cooperación, la solidaridad, el respeto a todos los seres vivos, relacionándonos por igualdad con todos ellos.

La felicidad es sinónimo de equilibrio, de unidad porque cuando damos, nos estamos dando al unísono. ¡Felicidades! ¡Qué 2022 sea un encuentro de unidad para todos por el bien común!



We believe that our thoughts have some kind of validity. In many cases, we turn these mental debates into our practice. What we think is based on interpretations and beliefs that wrongly generate our habit of knowing that we are separate, without questioning, invaded in our imagination by the other. Our greatest fixations are not to things, people, but to the beliefs we have about them and about ourselves, something that leads to a mood of fear, anxiety, many times; which could mean for our psychological "I", or our mental construct, presumably identified with a body, our authenticity. The conjuration of thoughts is the conjuration of fantasies-including in the word I-which are represented in bodies. Any thought that comes from the mind's endless river and its innate attribute of thinking itself through utopias, mean nothing; in fact, they mean nothing by themselves, only when we relate thoughts to objects, that is when they begin to take on a meaning, with thousands and thousands of concepts, attributes, descriptions, that validate the individuality of each artefact in this universe and even the creation of new forms in the context of this dream of fabricating perceptual elements where the mind expresses itself. Reality is immutable, unlimited, peaceful, loving. Thought is limited in itself. It describes an object within the totality, which can never be described. So at this time, as we come together to celebrate one annual cycle closing and another opening, we have a great chance to observe those things that repeat and repeat and, in truth, become obstacles to our happiness; which, of course, are never in the world, but in the choice we make to think them, hatefully or lovingly, through the world.

We are at a point where humanity needs to meet again in favor of our greatest virtue: love, cooperation, solidarity, respect for all living beings, relating equally with all of them.

Happiness is synonymous of balance, of union because when we give, we are giving in unison. Congratulations! Let 2022 be a meeting of unity for all for the common benefit!



GUSTAVO PÉREZ MONZÓN
Tres bordados | 2019

EL AMOR NO ABRIGA RESENTIMIENTOS

La mayoría de las veces nos pensamos de manera errónea, en un proceso de ataque y defensa, de culpa, miedo y separación. Una de las formas en las que podemos poner en práctica esta búsqueda hacia el equilibrio es que cada vez que nos encontremos y nos pensamos a través de una situación, observemos cómo nos sentimos de cara a la situación que se nos está presentando. ¿Qué sientes? Calma o ansiedad. Culpa o gratitud. Sea que sea. No juzgues. No lo separes. No eres tus pensamientos. Eres el **SER** amoroso que en silencio observa.

LOVE DOES NOT CHERISH RESENTMENT

Most of the time we think of ourselves in the wrong way, in a process of attack and defense, of guilt, fear and separation. One of the ways in which we can put into practice this search for balance is that every time we meet and think ourselves through a situation, we observe how we feel in the face of the situation that is being presented to us. What do you feel? Calmness or anxiety. Guilt or gratitude. Whatever it is. Do not judge. Do not pick it apart. You are not your thoughts. You are the loving **HUMAN** that silently observes.

UN LIBRO QUE ESPERA CONOCERTE

"Cuentos de Navidad" de Charles Dickens es un relato que habla sobre la transformación y los valores. Una historia sencilla que nos hace reflexionar sobre el valor de la familia, los amigos y el vínculo afectivo. Al igual que también nos muestra que podemos transformarnos y cambiar, que nunca es tarde para mejorar y hacer de tu proyecto de vida uno que se alinee con tus valores. Scrooge, el personaje principal, logra cambiar su actitud ante la vida, movido por el amor y la bondad. Es una historia que también llama la atención sobre lo perjudicial que puede ser el apego a las cosas materiales y cuán cegados y cerrados podemos llegar a estar por esta causa. Es un canto al mejoramiento humano, a la transformación vital y al cambio constante.

A BOOK THAT HOPES TO MEET YOU

"Christmas Carol" by Charles Dickens is a story that talks about transformation and values. A simple story that makes us reflect on the value of family, friends and the emotional bond. It also shows us that we can transform ourselves and change, that it is never too late to improve and make your life project one that aligns with your values. Scrooge, the main character, manages to change his attitude towards life, moved by love and kindness.



It is a story that also calls attention to how harmful attachment to material things can be and how blinded and closed we can become.

EL ARTE Y LA ESPIRITUALIDAD AL SERVICIO DE LA COMUNIDAD

Hace aproximadamente 4 años nació en Ser Casassandra el proyecto Isla Residencia. Un programa de residencias de artistas para la creación, el diálogo y la educación, conectada a la cotidianidad del pueblo de Holbox. Un espacio que busca compartir con la comunidad desde la creatividad y la sensibilidad artística. El proyecto se concibe desde la integración real de los artistas con la Isla y todo lo que ella pueda brindarles. Ser Casassandra tendrá esta vez en la Isla Residencia a Gustavo Pérez Monzón a uno de los artistas más significativos de la generación de artistas cubanos de los años 1980. Del 22 de noviembre al 5 de diciembre, la rica cultura de la península de Yucatán será el panorama que inspirará la creatividad y el arte de este artista visual cubano-mexicano. La comunidad de Holbox podrá disfrutar de la obra de este artista, premiada no solo en Cuba, sino también en México; y reconocida por explorar la práctica de la meditación y las búsquedas de crecimiento espiritual. Nuestro invitado dictará conferencias, talleres y charlas en la Casa de la Cultura del Pueblo a las que podrán asistir toda la comunidad de Holbox.

ART AND SPIRITUALITY AT THE SERVICE OF THE COMMUNITY

Approximately 4 years ago the project Isla Residencia was born in Ser Casassandra. An artist residency program for creation, dialogue and education, connected to the daily life of the people of Holbox. A space that seeks to share with the community through creativity and artistic sensitivity. The project is conceived from the real integration of the artists with the island and all that it can offer them. This time, Ser Casassandra will have Gustavo Pérez Monzón, one of the most significant artists of the generation of Cuban artists of the 1980s, at the Island Residence. From November 22 to December 5, the rich culture of the Yucatan Peninsula will be the panorama that will inspire the creativity and art of this Cuban-Mexican visual artist. The Holbox community will be able to enjoy the work of this artist, awarded not only in Cuba, but also in Mexico; and recognized for exploring the practice of meditation and the search for spiritual growth. Our guest will give lectures, workshops and talks at the Casa de la Cultura del Pueblo, which can be attended by the entire Holbox community.

EN VERDAD OS DIGO QUE EL ADIÓS NO EXISTE

In verdad os digo que el adiós no existe:
Si se pronuncia entre dos seres
que nunca se encontraron,
es una palabra innecesaria.
Si se dice entre dos que fueron uno,
es una palabra sin sentido.
Porque en el mundo real del espíritu
solo hay encuentros y nunca despedidas,
y porque el recuerdo del ser amado
crece en el alma con la distancia,
como el eco en las montañas del crepúsculo.
Khalil Gibran

I REALLY TELL YOU THAT GOODBYE DOES NOT EXIST

In truth I tell you that goodbye does not exist:
If it is pronounced between two beings
that never met,
it is an unnecessary word.
If it is said between two that they were one,
it is a nonsense word.
Because in the real world of the spirit
there are only encounters and never goodbyes,
and because the memory of the loved one
grows in the soul with distance,
like the echo in the mountains of twilight.
Khalil Gibran

Ser Casassandra
HOLBOX-MÉXICO



+52 998 120 7061
+52 984 115 9219
@casassandra

¿CUÁNTO CUESTA PERSEGUIR UN SUEÑO?

Cerrar ciclos, despedir etapas, practicar el desapego en todas sus formas es un constante aprendizaje. A ratos suena fácil, pero cuando estamos ahí, en el bucle de que lo que queremos y lo que no fue, la mente juega y nosotros obedecemos.

Cuando te permites confiar, cuando entiendes que estás en el punto exacto donde debes estar, ni más ni menos, cuando aprendes que la vida no sucede como tú crees que debe suceder, entonces desde una mente amorosa podrás agradecer y soltar.

El escenario puede variar: terminar un trabajo, una relación, un proyecto...y pasa por diferentes etapas, comenzamos entonces a temer, a buscar pros y contras, entramos en una catarsis emocional, miedo, inseguridad, parálisis profesional, precisamente esas ganas de controlarlo todo, de echar la culpa fuera, de imaginar razones es lo que hace potente la incertidumbre que los cambios llevan consigo. Para. Entrega tu carga. Decide no decidir nada. Elige que se corrijan tus pensamientos y llegue a ti la percepción correcta. Desde la paz que somos, que nada tiene que ver con un trabajo, un lugar, un jefe, un esposo, una situación que mejora o empeora. Hemos visto a muchas personas mantener relaciones que no quieren ni desean, pero tienen las justificaciones suficientes para quedarse paralizados y no abandonar. Aferrarse es tan autodestructivo como mantener relaciones tóxicas. Creer que el cambio está afuera es el más dormido de los sueños. Pregúntate hoy:

¿Para qué quiero esto en mi vida? ¿Me siento cómodo? ¿A qué espero? ¿Quiéres estar en este constante papel de víctima? Sin excusas, sin divagar. Son preguntas que nos hacen responsabilizarnos con nuestros actos. Dicen que el primer paso para manifestar un cambio es el compromiso. Elige el compromiso con tu alma. La verdadera coherencia está en sentir, pensar y hacer lo mismo. Cuando te sientas en ese punto, estarás listo para aceptar el cambio. ¿Cuánto cuesta perseguir un sueño? Es la interrogante precisa para mantenerte dormido, mientras divagas y buscas explicaciones que te atosigan. Percibe que solo en silencio y calma hallarás todas las respuestas. Solo si estamos en paz, podremos extenderla. Mi deseo en esta Navidad para ti es que pierdas el interés por perseguir "el sueño". **DESPIERTA.**

HOW MUCH DOES IT COST TO PURSUE A DREAM?

Closing cycles, saying goodbye to stages, practicing emotional release in all its forms is a constant learning process. At times it sounds easy, but when we are there, in the loop of what we want and what was not, the mind acts and we obey.

When you allow yourself to trust, when you understand that you are at the exact point where you should be, no more, no less, when you learn that life does not happen the way you think it should happen, then from a loving mind you can be grateful and let go. The scenario can change: ending a job, a relationship, a project...and it goes through different stages, then we begin to fear, to look for advantages and disadvantages, we enter into an emotional catharsis, fear, insecurity, professional paralysis, precisely this desire to control everything, to find the blame outside, to imagine reasons is what makes the uncertainty that changes bring with them powerful. Stop. Drop your burden. Decide not to decide anything. Choose to let your thoughts be corrected and the right perception come to you. From the peace that we are, which has nothing to do with a job, a place, a boss, a spouse, a situation getting better or worse. We have seen many people maintain relationships that they do not want or desire, but they have enough justifications to be paralyzed and not leave. Holding on is as self-destructive as staying in toxic relationships. Believing that change is out there is the sleepest of dreams. Ask yourself today: What do I want this in my life for? Do I feel comfortable? What am I waiting for? Do you want to be in this constant victim role? No excuses, no digression. These are questions that make us take responsibility for our actions. It is said that the first step to manifesting change is commitment. Choose commitment to your soul. True consistency is in feeling, thinking and doing the same. When you feel at that point, you are ready to embrace change. How much does it cost to pursue a dream? It is the precise question to keep you asleep, while you wander and look for explanations that torture you. Realize that only in silence and calm will you find all the answers. Only if we are at peace, we will be able to extend it. My wish for you this Christmas is that you lose interest in pursuing "the dream". **WAKE UP.**

LA COCINA DE ANDRÉS

Es la Navidad un espacio para celebrar en familia el amor y la gratitud de estar juntos. Nuestro chef Andrés Fernández te propone hoy "Calabaza rellena", un éxito en su menú navideño. ¡Qué la disfrutes!

Ingredientes:

- Calabaza local pequeña 1 pza
- Sal gruesa 2grs
- Aceite de oliva 10mL
- Realizar un corte a la calabaza del lado superior y retirar la tapa.
- Con la ayuda de una cuchara retirar el interior de la calabaza con cuidado de no romperla.
- Colocar en una charola la calabaza sin la tapa, añadir sal y aceite de oliva.
- Llevar al horno precalentado a 160 °C durante 20 minutos aproximadamente o hasta ablandar la calabaza.
- Sikil pak
- Jitomate 160grs
- Cebolla 70grs
- Ajo 10grs
- Chile habanero 10grs
- Pepita molida 100grs
- Jugo de naranja agria 20ml
- Sal fina c/s
- Asar los jitomates, cebolla, ajo y chile habanero hasta tomar una tonalidad oscura en sartén o parrilla.
- Procesar los ingredientes juntos y sazonar.
- Longaniza de Valladolid 55grs
- Aceite vegetal 20mL
- Sofreír la longaniza de Valladolid en sartén.
- Crema de calabaza:
- Calabaza local 270grs
- Ajo 25grs
- Cebolla 62grs
- Aceite vegetal 30mL

- Sal fina c/s
- Leche 1L
- Preparación:
- Retirar la piel de la calabaza y cortar en trozos del mismo tamaño para una cocción uniforme.
- Verter la leche en una olla para darle cocción a la calabaza local sin piel.
- Cuando la calabaza esté cocinada, retirar de la leche con la ayuda de un colador.
- Picar cebolla y ajo en cortes pequeños y sofreír en un sartén aparte.
- Procesar la calabaza junto a la cebolla, ajo.
- Sazonar
- Relleno:
- Ajo 2grs
- Cebolla 8grs
- Aceite de oliva 10 mL
- Relleno de calabaza c/s
- Sal fina c/s
- Picar ajo y cebolla.
- Sofreír en aceite de oliva el ajo y cebolla picado junto al relleno de calabaza que retiramos con la cuchara anteriormente.
- Sazonar
- Montaje:
- Rellenar la calabaza con el relleno anteriormente salteado, sikil pak, la longaniza y tapar.
- Colocar de base sikil pak para mantener la calabaza derecha.
- Verter crema de calabaza de un costado.
- Degustar.

ANDRÉS'S KITCHEN

Christmas is a space to celebrate as a family the love and gratitude of being together. Our chef Andrés Fernández proposes you today "Stuffed Pumpkin", a hit on his Christmas menu. Enjoy it!

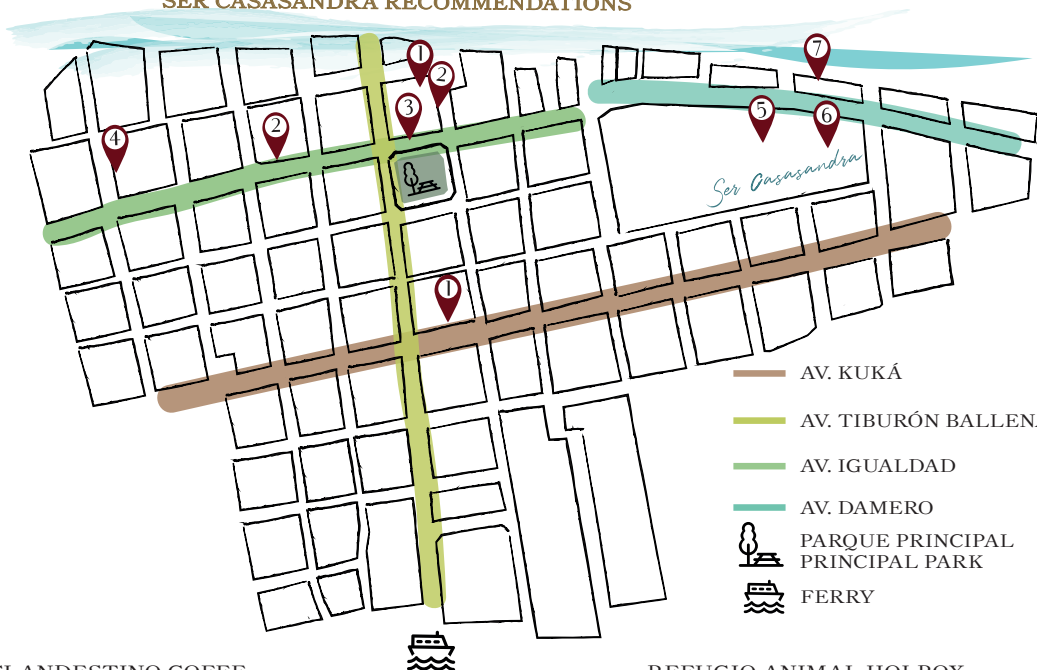
Ingredients:

- Small local pumpkin 1 pc
- Coarse salt 2grs
- Olive oil 10mL
- Cut the pumpkin on the upper side and remove the lid.
- With the help of a spoon, remove the inside of the pumpkin being careful not to break it.
- Place the pumpkin on a tray without the lid, add salt and olive oil.
- Bake in a preheated oven at 160 ° C for approximately 20 minutes or until the pumpkin is soft.
- Sikil pak
- Tomato 160grs
- Onion 70grs
- Garlic 10grs
- Habanero chili 10grs
- Ground nugget 100grs
- Sour orange juice 20ml
- Fine salt c / s
- Process the ingredients together and season.
- Sausage from Valladolid 55grs
- Vegetable oil 20mL
- Fry the longaniza from Valladolid in a frying pan.
- Pumpkin cream:
- Local pumpkin 270grs
- Garlic 25grs
- Onion 62grs
- Vegetable oil 30mL

-Fine salt c / s

- Milk 1L
- Preparation:
- Remove the skin from the pumpkin and cut into pieces of the same size for even cooking.
- Pour the milk into a pot to cook the local pumpkin without skin.
- When the pumpkin is cooked, remove from the milk with the help of a strainer.
- Chop onion and garlic into small cuts and fry in a separate pan.
- Process the pumpkin together with the onion, garlic and stir-fry.
- Season
- Filling
- Garlic 2grs
- Onion 8grs
- Olive oil 10 mL
- Pumpkin filling c / s
- Fine salt c / s
- Chop garlic and onion.
- Sauté the garlic and chopped onion in olive oil together with the pumpkin filling that we removed with the spoon previously.
- Mounting:
- Fill the pumpkin with the previously sautéed filling, the sikil pak, the sausage and cover.
- Place the base sikil pak to keep the pumpkin straight.
- Pour pumpkin cream on one side.
- Taste.

RECOMENDACIONES SER CASASANDRA
SER CASASANDRA RECOMMENDATIONS



- 1 CLANDESTINO COFEE @clandestino_cafe
- 1 MANGLAR CAKES @_manglar
- 2 NOA JOYERÍA / NOA JEWELRY @noa.925holbox @noaholbox
- 3 CRÓNICAS CERVECERÍA ARTESANAL CRÓNICAS CRAFT BEER @cronicashbx
- 4 REFUGIO ANIMAL HOLBOX ANIMAL SANCTUARY HOLBOX @refugioanimalholbox
- 5 ZHUBI HOLBOX CLOTHES @zhubiholbox
- 6 SER ESENCIA RESTAURANT @casasandra
- 7 MOJITO BEACH CLUB @casasandra

Ahál
HOLISTIC CENTER



MOJITO
BEACH CLUB



Maisy
POOL RESTAURANT



SER ESENCIA
RESTAURANT

