



CENTRO DE INVESTIGACIONES Y ESTUDIOS
SUPERIORES
EN ANTROPOLOGÍA SOCIAL



PROGRAMA DE DOCTORADO EN CIENCIAS SOCIALES

**MUJERES EN CÍRCULOS ECOFEMINISTAS
EN GUADALAJARA:
CUERPO, EXPERIENCIA Y SANACIÓN**

T E S I S

QUE PARA OPTAR AL GRADO DE
DOCTORA EN CIENCIAS SOCIALES

con especialidad en Antropología Social

PRESENTA

GISELA VALDÉS PADILLA

DIRECTORA DE TESIS

DRA. SUSAN STREET NAUSED

GUADALAJARA, JALISCO, OTOÑO, 2017

© Gisela Valdés Padilla.
Todos los derechos reservados

PÁGINA DE FIRMAS

Dra. Susan Street Nausea

Dra. Renée de la Torre Castellanos

Dra. Oliva López Sánchez

Dra. Alejandra Aguilar Ros

DEDICATORIA

A todas las Diosas
A todas las Niñas
A todas las Mujeres
A todas las Abuelas

A toda la vida que he(r)manamos

AGRADECIMIENTOS

Agradezco profundamente a todos aquellos que con presencia y palabra hicieron posible terminar esta tesis, disfrutar y aprender del proceso.

Agradezco al Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología, el cual me permitió la realización de este trabajo.

A todo el cuerpo académico y administrativo de CIESAS Occidente.

Agradezco a la Dra. Susan Street, por su escucha atenta, su apertura, por sus asesorías en Pinar, por compartir las visiones, por orientar en las convergencias, por aclarar las dudas, y acompañar en este proceso reflexivo y emotivo.

Agradezco a la Dra. Oliva López por leer mi trabajo en varias ocasiones, por su disposición y sus acertados comentarios. Agradezco a la Dra. Renée de la Torre, por la lucidez de sus observaciones que me ayudaron a darle mayor sentido a mi investigación. Agradezco a la Dra. Alejandra Aguilar por compartir su interés en el estudio del cuerpo y haber sido lectora de este trabajo.

Con especial admiración y afecto agradezco a todas aquellas mujeres que compartieron su vida, su corazón, su voz, para darle vida y forma a esta tesis, a esta labor. Gracias a mis comadres que me mostraron que bellos caminos de vida son posibles.

Agradezco a David Flores Magón por contener este proceso, por su energía masculina y su visión clara de la realidad. Gracias a mi red familiar, a las mujeres de mi familia que sostuvieron y nutrieron, haciendo posible el tiempo y los espacios para escribir la tesis. Gracias a mi hijo Fidel y mi hijo Jacinto por la paciencia y la impaciencia.

Gracias a las compañeras y compañeros por estar en los proceso de incertidumbres, inseguridades, apoyándonos y reconociéndonos.

Gracias a la Gran Madre que inspiró y bendijo este proceso. Gracia a la luna, que movió los pensamientos, los sentires, las energías, las reflexiones.

RESUMEN

Mujeres en círculos ecofeministas en Guadalajara: Cuerpo, experiencia y sanación

Otoño, 2017

Gisela Valdés Padlla

Maestra en Antropología Social. Colegio de San Luis. COLSAN

Como parte del fenómeno cultural/espiritual femenino/feminista se abren caminos a otras maneras de resignificar y revitalizar el cuerpo/ser femenino. Prácticas de resistencia, que se han venido gestando y emergen ante el sistema patriarcal que domina y violenta; las mujeres están construyendo una cultura centrada en lo femenino y la vida. Los círculos de mujeres son una manifestación de una espiritualidad holística femenina, en donde las mujeres ritualizan los encuentros para sanarse a sí mismas y en colectivo.

Este estudio consiste en cómo las mujeres encarnan la cultura dispuesta en el contexto de la espiritualidad femenina y cómo viven el bienestar y la autosanación desde estos conocimientos y experiencias. Se parte de epistemologías ecofeministas, del pensamiento complejo y de la fenomenología cultural. Se hicieron entrevista dialógicas y a su vez se registraron etnográfica y autoetnográficamente las reuniones, eventos y celebraciones rituales. El trabajo está centrado en dos ejes analíticos: Las mujeres en círculo como categoría identitaria, mujeres que ha encarnado el bienestar y la sanación, y lo círculos de mujeres como la experiencia que transforma y sana.

Las experiencias rituales son facilitadoras de estados reflexivos/espirituales, con beneficios en la curación holística, oportunidades para la creación de la conciencia ecofeminista. El bienestar y la sanación de las mujeres se materializan en sus cuerpos y en sus vidas cuando encarnan el cuerpo/self holístico femenino y sus formas positivas de inter e intrasubjetividad, revitalizando su impulso vital para el empoderamiento y la labor sororal/terapéutica femenina.

ÍNDICE

Agradecimientos	iv
Resumen	v
Índice de Tablas	ix
Índice de Ilustraciones	x
Índice de Fotografías	xi
Índice de Recortes de Pantalla	xiii
INTRODUCCIÓN	1
I. Posicionamientos ontoepistémicos	6
II. Método, metodologías y labores en campo	10
III. Capitulado	28
CAPÍTULO 1	
SENSIBILIDADES Y EXPERIENCIAS CONTEMPORÁNEAS DEL CUERPO/SER FEMENINO	31
1.1. De los contextos mitohistórico-corporales femeninos	31
1.1.1. El patriarcado encarnado	32
1.1.2. Nueva Era del “despertar de lo femenino”	37
1.1.3. Espiritualidades encarnadas femeninas	40
1.1.4. Modelo de salud femenino/feminista	45
1.2. Propuesta para resarcir la dicotomía naturaleza-cultura	48
1.2.1. Paradigma del <i>embodiment</i>	49
1.2.2. La cuerpa feminista	52
1.2.3. El cuerpo interconectado	56
1.3. Descolonizar y empoderar lo femenino en colectivo	58
1.3.1. La experiencia ritual	63
1.3.2. Eficacia del ritual femenino	65
1.3.3. Eficacia terapéutica: la medicina encarnada	67
1.3.3.1. El <i>self</i> encarnado, autoconocimiento y autocuidado	68
1.3.3.2. Cosanaciones	69
CAPÍTULO 2	
ESPIRITUALIDADES FEMENINAS CONTEMPORÁNEAS: LOS CÍRCULOS DE MUJERES COMO LUGAR DE APROPIACIONES Y RESISTENCIAS.	72
2.1 Espiritualidades femeninas/feministas	73
2.1.1. Las teólogas feminista de América	74
2.1.2. La religión de la Diosa en el Norte	77
2.1.3. Espiritualidades de la Diosa en el Sur	84
2.1.4. Re-conocer lo sagrado Femenino	87
2.2. Ritualidad femenina en México	89
2.2.1. Los Círculos Cuadrados de Regina	91
2.2.2. La Danza de la Luna	93
2.2.3. La Escuela del Amor y el Eterno Femenino	96

2.3. Los Círculos de Mujeres: ritualidad femenina contemporánea	99
2.3.1. Círculos de Mujeres en Guadalajara	103
2.3.2. Carpas Rojas y Carpas Lunares	109
2.3.3. Tejido de mujeres, círculos, tradiciones y experiencias	117
2.4 El Círculo de Mujeres: Experiencia y Arquetipo	122
2.4.1. Experiencia circular	125
2.4.2. Lugares, Altares y objetos sagrados	128
2.4.3. Reapropiaciones ecofeministas	133
2.4.3.1. El sahumero, la copalera el <i>popoxxcomitl</i>	134
2.4.3.2. Rezar con tabaco	137
2.4.3.3. Sostener la Vara de la Palabra	139
2.4.3.4. <i>Temaꝯcal</i> , vientre de la Madre	141
2.4.3.5. Fumar la Chanupa	143
2.5. Los Círculos como espacio/tiempo de sororidad y <i>affidamento</i>	145
2.5.1. Expresiones, Espejos y Cosanaciones	154
CAPÍTULO 3	
MUJERES EN CÍRCULO: ENCARNANDO ESPIRITUALIDADES	158
3.1. Iniciando el camino	159
3.1.1. Las búsquedas. Los encuentros	159
3.1.2. Tensiones y contradicciones	164
3.1.3. Resistencias y rebeldías femeninas	167
3.2. Iniciaciones para reconectar con lo femenino	170
3.2.1. Encarnar lo femenino	180
3.2.1.1. Reconectar con el cuerpo/tierra-luna	182
3.2.1.2. Portar la falda	186
3.3. Parirse a sí misma: Empoderamientos femeninos	192
3.3.1. Reconocer los linajes femeninos, los lazos maternos y las ancestras	196
3.3.2. Sanar la historia	205
3.3.3. Dejar el trabajo, encontrar la labor	207
3.3.4. Mujer medicina	213
3.4. Guardianas de la Tierra: Acción ecopolítica/espiritual	218
3.4.1. La vida como un rezo: ecoespiritualidad cotidiana	222
3.4.2. Sembrar círculos de mujeres	228
CAPÍTULO 4: CUERPO HOLÍSTICO, SANO Y SAGRADO	234
4.1 Recuperar el cuerpo/ <i>self</i> femenino	235
4.1.1. Paradigma holístico	238
4.1.2. Holismo femenino encarnado	240
4.1.3. El <i>self</i> : la autonomía, la sanación y la sacralidad del cuerpo femenino	242
4.2 Sistema de salud femenino holístico	246
4.2.1. Las enfermedades - sanaciones de las mujeres	251
4.2.2. La Gyn/ecología, los conocimientos encarnados	254
4.2.3. Los autoconocimientos: la sabiduría interna	261
4.2.4. Revitalizaciones: sentir y atender al cuerpo/ser	266
4.2.5. Resignificaciones: Las nuevas concepciones del cuerpo/ser femenino	268

CAPÍTULO 5: RESIGNIFICAR Y REVITALIZAR AL ÚTERO-CORAZÓN	274
5.1. Recuperar al útero, matriz de la vida	276
5.1.1. Útero revitalizado	283
5.1.2. La sabiduría, la medicina y el poder del útero	285
5.1.3. El útero ancestral e interconectado	288
5.1.4. Útero Sagrado, Útero Universal	289
5.1.5. Las mamas, los ovarios, la vulva y la vagina	291
5.2. Sexualidad y genitalidad	299
5.2.1. Sexualidad sagrada	301
5.2.2. Fertilidad Consciente	307
5.2.3. La sanación del aborto	312
5.3. Prácticas terapéutico/espirituales uterinas	316
5.3.1. Bendición de Utero	316
5.3.2. Respiración ovárica	327
5.3.3. Osiris: el Huevo de Obsidiana	332
CAPÍTULO 6: MENSTRUACIÓN Y EL PODER DE AMAR LA SANGRE	338
6.1. Ciclicidad encarnada	345
6.1.1. Entre dos lunas	349
6.1.2. Mujer cíclica: los arquetipos	356
6.1.2.1. Modos cíclicos de atención	361
6.1.2.2. Tiempo espiral	364
6.1.2.3. Superficies, profundidades y trascendencias	365
6.1.3. Brújulas, Diagramas, Mandalas, Espirales	368
6.2. Estados menstruales	373
6.2.1. “La sangre de vida no va en los basureros”	375
6.2.2. Prácticas Menstruales y usos de la sangre	381
6.2.3. Experiencias menstruales: Reconectar con la Bruja, la Anciana	383
6.2.3.1. Iniciación, reconocer, sentir	386
6.2.3.2. Soltar y transformarse	388
6.2.3.3. Dones y poderes	390
6.3. Espiritualidades menstruales	393
6.3.1. Rezos menstruales	395
6.3.1.1. Tarot Menstrual	396
6.3.1.2. Cinturón Menstrual	400
6.3.1.3. Punto de Sangre en el tercer ojo	401
6.3.1.4. El rezo que es individual y colectivo	403
6.3.2. Sembrar la luna	406
6.3.2.1. Sangre Sagrada	407
6.3.2.2. El ritual de a siembra de la luna	409
6.3.2.3. Ofrenda de vida	412
6.3.3. Recibir y despedir la Sangre	414
6.3.3.1. Iniciar el camino rojo: La menarquia	416
6.3.3.2. Cuando la sangre es de las mujeres sabias	419
CONCLUSIONES	425
ANEXOS	441
BIBLIOGRAFÍA	446

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Relación, Mujeres en Círculo, edad, ocupación y círculo de mujeres que convocan o asisten	15
Tabla 2. Categorías de análisis de los círculos de mujeres.	26
Tabla 3. Categorías de análisis mujeres en círculo	26
Tabla 4. Tipos de textos etnográficos	27
Tabla 5. Ciclo sexual/vital y correlaciones	359

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1. Organismo de interconexiones empíricas y conceptuales.	11
Ilustración 2. Tejido de interconexiones empíricas y conceptuales.	12
Ilustración 3. Genealogías de estudios multidisciplinarios y aproximaciones a la Diosa y lo femenino.	78
Ilustración 4. Mapa de Ubicación de los Círculos de Mujeres en la ZMG y sus alrededores.	104
Ilustración 5. Programa de la 1era Carpa Roja.	109
Ilustración 6. Entretejido de relaciones y vínculos entre mujeres, colectivos y círculos.	119
Ilustración 7. Complejidad y diversidad en la práctica de espiritualidad femenina en Guadalajara.	120
Ilustración 8. Recorte de libro "Cuerpo de Mujer, sabiduría de mujer" de Christiane Northrup.	186
Ilustración 9. Mudra de empoderamiento.	192
Ilustración 10. Relieve de Coyolxauhqui, encontrado en el Templo Mayor.	237
Ilustración 11. Modelo de red fractal de las dimensiones de la salud. Guirao (2013).	246
Ilustración 12. Modelo de unidad compleja. Guirao (2013).	246
Ilustración 13. Gráfico de los condicionantes de salud y factores atenuantes (Valls-Llobet, 2009).	247
Ilustración 14. Portada del libro Manual Introductorio a la Ginecología Natural. Pérez (2005)	258
Ilustración 15. Portada del libro Del cuerpo a las raíces. Uso de plantas medicinales para la salud sexual y reproductiva. Pérez (2011)	258
Ilustración 16. "Yo no salí de tu costilla, vos saliste de mi útero"	290
Ilustración 17. " <i>I didn't come from your rib, you came from my womb</i> "	290
Ilustración 18. Dana Leggett	295
Ilustración 19. Loreto Contreras	295
Ilustración 20. "Elevation" por Melissa Briese	295
Ilustración 21. "Yoni Love" de Dana Leggett	295
Ilustración 22. Vagina ancestral	296
Ilustración 23. Goddess	296
Ilustración 24. El segundo ciclo de energía femenina: dos ciclos menores (Thesz, 2013).	358
Ilustración 25. Mandala de correlaciones hormonales, arquetipos, prescripciones, Diosas y las fases lunares.	360
Ilustración 26. Toalla Sana	377
Ilustración 27. Portada y contraportada del libro <i>Las Lunas</i> de Victoria de Avoitiz. Argentina, 2015.	418
Ilustración 28. Las mujeres no tienen sofocos, tienen oleadas de poder. Maureen Murdock	423

ÍNDICE DE FOTOGRAFÍAS

Fotografía 1. Charlas de día, Abuela Malinalli, en Danza de la Luna Teotihuacán, México. 2015	96
Fotografía 2. “Escuela del Amor” de lado izquierdo Esperanza Morán y a la derecha la Abuela Margarita. s/a.	98
Fotografía 3. Taller de "Plantas para la mujer" Primera Carpa Roja, El Refugio, Guadalajara.	111
Fotografía 4. Caminata meditativa, Ritual del laberinto. Carpa Lunar,	111
Fotografía 5. Cierre de la Carpa Roja. Barrio del Refugio, Guadalajara, 2014. GVP.	112
Fotografía 6. Taller de Gynecología. Jimena Chalchi. Casa Caracol, Verano 2014.	113
Fotografía 7. <i>Círculo de amigas. Guadalajara, Verano, 2015. Publicada en Facebook.</i>	114
Fotografía 8. Charla copera, Café del centro de la ciudad, Junio, 2014. GVP	114
Fotografía 9. Círculo Ritmos Femeninos, Actividad de tejer mandalas. Junio, 2014. GVP.	114
Fotografía 10.. Temazcal de mujeres, luna llena. Casa Lunai. Mayo, 2014.GVP	115
Fotografía 11. Círculo de ceremonia. Encuentro Mujeres de Luna Roja. Bailadores.	115
Fotografía 12. Consejo "Conexión Madre Tierra". Evento "Por mil mujeres despiertas".	119
Fotografía 13. Altar de Carpa Roja en San Pancho Nayarit. Julio, 2014	129
Fotografía 14. Altar segunda Carpa Lunar, Casa Lunai, Junio, 2014.	130
Fotografía 15 Altar central, círculo Ritmos Femeninos. Mayo, 2014.	130
Fotografía 16. Detalle de altar, Círculo de Mujeres Tribu de Mujeres en Casa Caracol.	131
Fotografía 17. Altar y ofrenda de semillas	132
Fotografía 18. Altar en Círculo Luna Creciente.	132
Fotografía 19 Ceremonia de Equinoccio de Primavera, Casa Caracol, 2014.	132
Fotografía 20. Copalera de Andrea Ibarra en la 1o Carpa Lunar, Barrio el Refugio.	137
Fotografía 21. Andrea Ibarra, fumando tabaco.	138
Fotografía 22. Isis Lenina fumando tabaco	138
Fotografía 23. Vara de la Palabra Tribu de Mujeres, Bailadores, Abril 2016. GVP	141
Fotografía 24. Carpa Roja San Pancho, Nayarit, Julio, 2014. GVP	141
Fotografía 25. Temazcal de mujeres, en luna llena. Casa Lunai. Mayo, 2014. GVP	143
Fotografía 26. Rezo del tabaco. Círculo Tribu de Mujeres, Casa Caracol. Junio, 2014	145
Fotografía 27. Práctica ritual. Campamento Mujer Chamán, 2015. Abuela Esperanza.	175
Fotografía 28. Campamento Mujer Chaman, 2015.	175

Fotografía 29. Grupo de iniciadas. Campamento Mujer Chamán, 2016.	175
Fotografía 30. Tiaras y bastones. Campamento Mujer Chamán, 2016.	176
Fotografía 31. Práctica ritual. Campamento Mujer Chamán, 2016.	176
Fotografía 32. Altar doméstico de Rosa Orozco. San Pancho Nayarit, 2014	224
Fotografía 33. Altar personal de Arely Fraga. Guadalajara, Mayo, 2014.	225
Fotografía 34. Acercamiento del altar personal de Chandra Santiago. Guadalajara, Julio, 2014.	225
Fotografía 35. Altar personal GVP	225
Fotografía 36. Altar personal de Edith Torres. Guadalajara, Septiembre, 2014.	226
Fotografía 37. Altar personal de Andrea Ibarra. Guadalajara, Julio, 2014.	226
Fotografía 38. Altar Segunda Carpa Lunar. Guadalajara, Junio, 2014.	298
Fotografía 39. Altar Segundo encuentro de Mujeres de Luna, Guadalajara, Abril, 2016.	298
Fotografía 40. Altar Circulo Barcelona. Blog "Mujeres de Luna"	298
Fotografía 41. Alatar Círculo Sicilia. Blog "Mujeres de Luna"	298
Fotografía 42. Microscopio Ovatel.	311
Fotografía 43. Bendición de útero, Puerta al Corazón. Mayo, 201	322
Fotografías 44. Serie soplo de energía lunar realizado por Lizette Mercado. Bendición de útero.	323
Fotografía 45. Círculo convocado por Claudia Gómez, meditación de bendición de útero.	324
Fotografía 46. Bebiendo el agua bendecida en la meditación de bendición de útero. Centro Tlazokamati. Guadalajara, Mayo, 2014.	325
Fotografía 48. Vaso-útero y vela en el altar personal en la meditación de bendición de útero.	325
Fotografía 49. Meditación de bendición de útero. Círculo Ritmos Femeninos, Mayo, 2014.	326
Fotografía 50. Carpa Lunar, antes de la respiración ovárica. Teopantli Kalpulli. Septiembre 2014.	330
Fotografía 51. Huevo de obsidiana de uso intravaginal	333
Fotografía 52. Circulo de Mujeres Luna Creciente. Lectura de Oráculo. Junio, 2014.	399
Fotografía 53. Cartas del Oráculo Mujer Sagrada	399
Fotografía 54. Pigmento de Cochinilla para simbolizar el punto de sangre. GVP Carpa Lunar	401
Fotografía 55. Marcando el punto rojo en la frente. Carpa Lunar, San Pancho, Nayarit,	402
Fotografía 56. Serie de retratos, mujeres con punto rojo en la frente. GVP Carpa Lunar	402
Fotografía 57. Sangre deshidratada, en altar doméstico, Guadalajara, Jal. GVP Agosto, 2014.	408

ÍNDICE DE RECORTES DE PANTALLA

Recorte de pantalla 1. Mensaje en Facebook de una comunidad “Trece Lunas”. Septiembre, 2013.	102
Recorte de pantalla 2. Correo electrónico de invitación. Correo personal, Octubre, 2013.	106
Recorte de pantalla 3. Invitación a la Primera Carpa Roja, Febrero, 2014.	110
Recorte de pantalla 4. Evento de iniciación de sahumadoras, Facebook de Casa Lahak. Junio, 2014.	136
Recorte de pantalla 5. Post de Facebook, invitación a babyshower/temazcal. Marzo, 2014.	152
Recorte de pantalla 6. Post de Facebook de la comunidad Morelense “Carpa Roja”, cita "El camino Rubí" de Erika Irusta. Octubre, 2014.	168
Recorte de pantalla 7. Post de Facebook de la comunidad de la Ciudad de México "Redes Lunarias".	171
Recorte de pantalla 8. Post de Facebook de la Comunidad “Arte Femenino”	172
Recorte de pantalla 9. Invitación "Campamento Mujer Chamán" 2014.	174
Recorte de pantalla 10. Post del Facebook personal de Christel Candelas. Febrero, 2014.	177
Recorte de pantalla 11. Invitación a taller de “Iniciación en lo Sagrado Femenino” con Lizette Mercado,	178
Recorte de pantalla 12. Correo electrónico de Lizette Mercado después de la Bendición de Útero, Correo personal Mayo 2014.	179
Recorte de pantalla 13. Mensaje de Blog “Invitación al Reto de la falda	191
Recorte de pantalla 14. Mensaje de Blog “Masaje de Ovarios”	194
Recorte de pantalla 15. Post de Facebook de Comunidad Tapatía. Marzo, 2014.	196
Recorte de pantalla 16. Invitación a la Bendición de útero, Octubre, 2015. Guadalajara, Jal.	198
Recorte de pantalla 17. Post de Facebook de la comunidad Psicoalterna. Guadalajara, Diciembre, 2013.	210
Recorte de pantalla 18. Post de Facebook de la Comunidad Española "Trece lunas: energía divina femenina". Agosto, 2014.	217
Recorte de pantalla 19. Post de una comunidad argentina de espiritualidad Femenina en Facebook.	220
Recorte de pantalla 20. Post del Facebook de Rocío Shekinah, invitación al Carnaval del maíz.	221
Recorte de pantalla 21. Post en Facebook de la comunidad española "El taller de la hechicera".	231
Recorte de pantalla 22. Post de Facebook de la comunidad Yeztli, Enero, 2014.	244
Recorte de pantalla 23. Invitación al círculo de Estudios Mujer consciente.	256
Recorte de pantalla 24. Invitación al Taller Principios de Ginecología Natural. Guadalajara.	256
Recorte de pantalla 25. Invitación al taller de Herbolaria, organizado por IxChel y Yeztli, Guadalajara,	260
Recorte de pantalla 26. Post de Facebook de la colectiva IxChel, información sobre salud ovárica,	261
Recorte de pantalla 27. Post de Facebook "Conócete". IxChel, Abril, 2014.	264
Recorte de pantalla 28. Documento adjunto (1) en mail personal. Febrero, 2013	270
Recorte de pantalla 29. Documento adjunto (2) en mail personal. Febrero, 2013.	271
Recorte de pantalla 30. Post de Facebook comunidad chilena El Retorno de la Diosa,	271
Recorte de pantalla 31. Post e Facebook de la comunidad de Yeztli. Agosto, 2014.	278
Recorte de pantalla 32. Post de Facebook de la Comunidad Yeztli, Julio, 2014.	282
Recorte de pantalla 33. Post de Facebook de la comunidad de Yeztli, Agosto, 2014.	294
Recorte de pantalla 34. Invitación de Miri Metztlixóchitl a su taller en Monterrey. Diciembre, 2013.	305

Recorte de pantalla 35. Post de la Comunidad Carpa Roja Febrero, 2014.	308
Recorte de pantalla 36. Invitación Taller de Fertilidad Consciente. Melipilla, Chile, Abril 2014.	309
Recorte de pantalla 37. Invitación al Taller de anticoncepción herbal. Guadalajara, Febrero, 2017.	309
Recorte de pantalla 38. Post del Facebook de Yeztli, Agosto, 2014.	310
Recorte de pantalla 39. Post de Facebook de la Colectiva IxChel. Lanzamiento y campaña de información Ovatel. Noviembre, 2013.	310
Recorte de pantalla 40. Invitación a la meditación mundial de sanación del aborto por Sajeeva. Correo personal.	314
Recorte de pantalla 41. Explicación de ¿Qué es una sintonización de bendición de útero?	317
Recorte de pantalla 42. Esquema de las meditaciones de la Bendición o sintonización de útero.	319
Recorte de pantalla 43. Post de Rocío Shekinah a la comunidad de Facebook Mujeres de Obsidiana.	336
Recorte de pantalla 44. Post de Facebook de LunaCup. Abril, 2014.	350
Recorte de pantalla 45. Post de Facebook de la Comunidad chilena Cántaro Sagrado.	350
Recorte de pantalla 46. Post de Facebook de la comunidad Mujer Cíclica, Noviembre, 2014.	351
Recorte de pantalla 47. Post de Facebook de la comunidad Menstruación alternativa. Octubre, 2014.	354
Recorte de pantalla 48. Post de Facebook de la comunidad Círculo de Mujeres, Sanación Matriz. Junio,	357
Recorte de pantalla 49. Post de Facebook de la Comunidad Esencias de Afrodita. Noviembre, 2013.	368
Recorte de pantalla 50. Post de Facebook de la invitación al taller de diagrama lunar en la Carpa Roja del Refugio, Guadalajara, Febrero, 2014.	370
Recorte de pantalla 51. Post de Lunacup. Marzo, 2014.	370
Recorte de pantalla 52. Calendario Serpiente Lunar, 2014 editado en Chile. Agenda Lunar de Loreto Contreras, 2014 editada en Chile (en el 2017 se reimprimió en Guadalajara por la colectiva IxChel.)	372
Recorte de pantalla 53. Post de Facebook de la comunidad IxChel. Febrero, 2016	375
Recorte de pantalla 54. Invitación a Charla Copera. Enero, 2014.	376
Recorte de pantalla 55. Post de Facebook de la Comunidad Michoacana Carpa Roja (ahora Vulva Sapiens). Abril, 2014.	385
Recorte de pantalla 56. Post de Facebook de la comunidad Mujeres que corren con los lobos. Septiembre.	390
Recorte de pantalla 57. Post de Facebook de LunaCup. Abril, 2014.	392
Recorte de pantalla 58. Post de Facebook de la comunidad Menstruación alternativa. Marzo, 2014.	403
Recorte de pantalla 59. Post de Facebook de la comunidad Mujer Cíclica, texto de Myriam Wigutov. Noviembre, 2013.	409
Recorte de pantalla 60. Recursos de inspiración para el arquetipo de la Doncella en página electrónica mujercíclica.com	417
Recorte de pantalla 61. Invitación a un círculo de Doncellas. Santiago de Chile, 2014.	418

ÍNDICE DE CÓDIGOS QR

QR 1. Video "¿Qué sucede en los círculos de mujeres? Rocío Shekinah, Junio, 2014.	155
QR 2. Video Reconocer a las Ancestras. Paulina Oviedo. Diciembre, 2013.	202
QR 3. Invocación a las Ancestras Nubia Rodríguez. Junio, 2014.	204
QR 4. Audio Nadia Ávila, Las Ancestras Junio, 2014.	207
QR 5. Canto Reloj de Campanas. Se desconoce intérprete.	218
QR 6. Audio. Canto De Libertad. Mujeres de Luna	228
QR 7. Canción "Mujer Santuario" Conector II	233
QR 8. Canto Entrego esta sangre de vida. Se desconoce autora. Guadalajara, 2014.	406
QR 9. Canto Enraizada a mi sangre	413
QR 10. Video "Honrar". GVP, 2014.	414
QR 11. Video "Rezar la Sangre". GVP, 2014.	425
QR 12. Video "Mujeres en Círculos" Guadalajara, 2014.	441

INTRODUCCIÓN

En el año de 1997, cuando yo tenía 16 años, fui con mi hermano a un campamento de verano en la comunidad del Teopantli Kalpulli, localizada a hora y media de la ciudad de Guadalajara. Recuerdo que cuando llegué aquella noche, me sentí parte de otra realidad. Al día siguiente, tuve mi primera experiencia de Temazcal de mujeres, dirigido por la Abuela Margarita, dentro del temazcal, al calor de las piedras ella nos habló de la vital importancia de que las mujeres nos reuniéramos y honráramos nuestro cuerpo y nuestra sangre menstrual, sus palabras sencillas expresaban una profunda sabiduría del entendimiento que nuestro cuerpo es sagrado y está conectado a la Tierra, al Sol y la Luna. Sin comprenderlo de manera consciente, estaba siendo iniciada por la Abuela, había vivido una experiencia paradigmática ese verano, mi conciencia de mí misma y de mi realidad como humana, se transformó para comprender un amplio universo en donde todo@s y todo está entrelazado. Mi búsqueda e interés por el tema de bienestar y la salud holística nació desde casa, mi madre estudió algunos cursos de metafísica y asistía a meditaciones colectivas a principios de los noventa. Fue en la preparatoria que opté por una alimentación vegetariana, contemplando una perspectiva y una argumentación holística -salud, ecología, ética y espiritualidad-;¹ en esos tiempos también, fui trastocada por el aprendizaje y la práctica de la interpretación que José Argüelles hace del Tzolkin; buscando vivir el tiempo cíclico y comprendiendo la vital importancia por recuperar el tiempo/vida natural para el bien de la Tierra y por la Paz.

Al haber crecido en un colegio católico, mi vida espiritual estaba relegada y la religión estigmatizada, pero desde esa experiencia reveladora en el temazcal, empecé un camino de búsqueda de una espiritualidad que le daba sentido a mi vida. Así, mi deseo por estar cercana a los temas que me empezaban a interesar me condujo a estudiar la licenciatura en Psicología; en medio de una universidad católica, me aferré a continuar con mi búsqueda en temas que tenían que ver con oriente y occidente, la psicología profunda de Jung, el poder curativo de los estados alterados de consciencia, el cuerpo, la antipsiquiatría, los círculos de sanación y las mujeres. El estudio de la psicología transpersonal, así como las ceremonias y experiencias con plantas de poder abrieron en mí otras realidades y la comprensión y la vivencia de que hay muchos caminos para acceder a lo sagrado y a la sanación.

¹ Con el tiempo, mi práctica vegetariana también se convirtió en un posicionamiento político y anticapitalista.

En el 2005 nació en mí, la necesidad de convocar a un círculo de mujeres,² para compartir aquello que yo estaba descubriendo, también para sumarme al llamado de Shinoda Bolen de reunir a las mujeres “para transformarnos a nosotras mismas y al mundo” (2004). Siete años después, y desde la convicción de que los círculos de mujeres transforman, me puse a escribir el protocolo de investigación de esta tesis, ¿Cómo los círculos de mujeres transforman a las mujeres? Fue la pregunta con la que inicié mi interés por hilvanar las experiencias transformadoras a partir de encarnar espiritualidades femeninas en colectivo.

Mi interés por el cuerpo viene desde mi formación como terapeuta corporal con enfoque Reichiano, aprendí que no hay división alguna entre el impulso vital y los sistemas sociales y cómo el cuerpo es piedra angular para la transformación. Así, me propuse *centrarme* en el cuerpo femenino, como puerta de entrada y posibilidad de hilvanar las experiencias; para visibilizar vivencias que nos con-forman y cómo transformarnos. Abonando en reconocer las maneras en cómo se pueden encarnar cosmovisiones que nos incluyen en un amplio universo en donde tod@s y todo está entretelado... La afirmación de esta realidad cosmogónica, me fue preciso mostrarla y describirla.

En contraste, en mi experiencia clínica como psicóloga con formación en terapia psico-corporal y por mi tesis de maestría en Antropología Social: “Entre el placer y el sufrimiento: corporización de mujeres con trastornos de alimentación”,³ me fue posible estudiar los casos de mujeres que padecen sus cuerpos, mujeres que interiorizaron discursos dominantes, que adoptaron prácticas corporales y experimentaron esquemas de percepción y valoración específicas en relación con un cuerpo femenino estereotipado. Ellas en su experiencia de vida, legitimaron y encarnaron prácticas y concepciones que la misma cultura y contexto inmediato valoran, aprecian y reconocen; prácticas materiales y simbólicas en donde encontraron una manera de ser/estar en el mundo y para afrontarse a sí mismas y su realidad. Las expectativas de género de estas mujeres estaban basadas en la regulación de la expresión emocional, de la represión y la contención íntima de su ser corporizado. El contexto inmediato demandaba un

² En aquellos encuentros de los jueves, nos reunimos algunas mujeres de diversas edades, incluyendo tres generaciones que se acompañaban: abuela, madre y pequeña hija. Compartimos durante algunos meses hasta que cerró el lugar que nos contenía: Zubuya, una propuesta de foro café restaurante vegetariano.

³ Tesis presentada en Abril del 2011 en el Colegio de San Luis, desarrollada bajo la dirección la Dra. Horacia Fajardo Santana. Como conclusión de mis estudios en el Programa de Maestría en Antropología Social, con registro en el Padrón Nacional de Posgrados de Calidad (PNPC) y con el apoyo del Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT).

modelo de ser mujer, algo externo a ellas, que fue expresado a través de sentimientos y la experiencia de culpa y castigo hacia sí mismas.

El estudio del cuerpo, de la encarnación de prácticas, concepciones y de sentimientos y sensibilidades del proceso de enfermedad, me condujo ahora a estudiar, los procesos vitales y colectivos que conducen al bienestar y la sanación. La experiencia en los círculos de mujeres, fue estímulo para escribir la tesis.

Los círculos de mujeres, son una manifestación del movimiento de espiritualidad femenina que se ha venido dando en Europa, América y Australia. La espiritualidad femenina tiene ya décadas de haber emergido y los círculos de mujeres han proliferado desde los primeros círculos feministas por la concientización a mediados de la década de los sesenta. Los círculos de mujeres a los que me refiero, son reuniones femeninas con una intención ritualizada, atmósferas para la reflexividad, las sensaciones, emociones, las relaciones y vínculos; espacio-tiempo para compartir conocimientos, saberes y cosmovisiones para un mejor vivir como mujeres, en esta tierra.

Mi interés e inspiración para elaborar esta tesis parte pues, de conocer y visibilizar las propias maneras en que las mujeres en lo individual y lo colectivo están viviendo (su cuerpo), construyendo y encarnando alternativas de género e identidades para la ruptura y transformación a esferas biosociales. Mi interés es dilucidar maneras antipatriarcales de concebir al cuerpo femenino y visibilizar otras formas en cómo las mujeres pueden (re)significar y vivir su propio cuerpo, en relación con procesos y experiencias de bienestar y (auto)sanación. Nombrar los puntos y puntadas de este tejido biosocial permite dibujar, conectar y visibilizar las múltiples conexiones que se pueden vivir en y desde el cuerpo, en inter-colectividad. De modo que mi análisis parte de los Círculos de Mujeres como el espacio tiempo para la transformación individual y colectiva, para reconocer las prácticas de la ritualidad femenina contemporánea y nombrar las experiencias encarnadas de las mujeres.

En mi proceso de doctorado, he encontrado esclarecedoras maneras de nombrar esta realidad entramada; ha sido propósito concebir, nutrir y parir mi manera de nombrar la realidad que nos vincula, nos conecta, nos sincroniza. El cuerpo femenino es mi punto de partida, es desde aquí que tejo las dimensiones que me entrecruzan, desde mi yo más reflexivo y sensible en proceso de investigar la experiencia que es íntima y es colectiva. El paradigma del *embodiment* plantea que la experiencia es el punto en donde naturaleza y cultura se encuentran; la experiencia es el cuerpo y se hace cuerpo. El cuerpo vivido es punto de partida para visibilizar las

reconfiguraciones corporales/yoicas de las mujeres que le dan vida a esta tesis. El análisis del ritual permite entretelar las transversalidades culturales que se dan en la ciudad de Guadalajara, así también enfoco mi atención en la eficacia terapéutica del ritual, lo que me permite dar cuenta de las experiencias somáticas, psíquicas/emocionales y colectivas para la transformación. Documenté metodológicamente experiencias que se entretelen con múltiples dimensiones y enlazan los tiempos⁴, los lugares⁵ y los vínculos de la vida biosocial para vivir en bienestar y salud el cuerpo femenino.

Las experiencias previas en los rituales femeninos, me permitió ver cómo se entretelaban elementos, símbolos y discursos de muchos lugares y tradiciones humanas, de tiempos antiguos y contemporáneos. Fue desde el principio que precisé mi planteamiento de investigación: un análisis que me permitiera estudiar las transversalidades del tema. Mi búsqueda por darle sentido a mi planteamiento teórico y también epistemológico, floreció al encontrarme con los ecofeminismos, fue desde la amplia y diversa lectura ecofeminista que encontré inspiración, entendimientos, y un mayor posicionamiento político para enunciar cómo la concepción dualista produce y reproduce la dominación y la subordinación, la desigualdad y la “explotación histórica de las mujeres y la naturaleza, así como de la subyugación del pensamiento de la mujer” (Val Plumwood, 2002). También surgió mi urgente necesidad de sumar para visibilizar el tejido de la vida. El ecofeminismo amplía en mí, las posibilidades para teorizar y manifestar cómo los círculos de mujeres pueden ser espacios para el empoderamiento y el florecimiento humano, esto me permite reafirmar mi posicionamiento crítico y mi acción política como investigadora.

También he reflexionado sobre cómo la enfermedad física y emocional son un común en nuestra cultura, y cómo los espacios para la sanación son escasos y elitistas; de tal manera que considero que los círculos de mujeres son una posibilidad para el bienestar y la (auto)sanación, una posibilidad para una nueva cultura simbólica y espiritual, un espacio para la encarnación de prácticas de resistencia, una posibilidad para la co-creación de la conciencia del Yo ecológico, social y cósmico.

El proceso de realizar la tesis ha sido una oportunidad para tejer vínculos con mujeres que viven su conexión con el entramado cósmico, también ha sido un camino de autoconocimiento y conexión. El año de trabajo de campo fue una experiencia reconfortante,

⁴ Tiempos lineales, tiempos cíclicos, tiempos espirales.

⁵ Lugares imaginados, lugares virtuales, lugares localizados, el cuerpo como lugar.

pude dedicar un año a la observación/sensibilización de mis ciclos menstruales y la influencia de la luna en mí. Tanto la etnografía virtual, como las experiencias en los círculos y las entrevistas con las mujeres fueron herramientas, saberes, conocimientos, sensibilidades para re-conocer mi cuerpo, mis procesos emotivos, reflexivos, energéticos y creativos, así como mi reflexividad en cuanto a mis relaciones con otras mujeres. La experiencia en campo, me permitió estrechar relaciones con diversas de mujeres, hermanas de círculos, compartir con ellas fue -es- siempre, una sanación y un aprendizaje de mí misma.

Mi implicación en la investigación está enraizada en mis sensaciones corporales, mis reflexiones existenciales, así como en las preocupaciones profundas, y reflexivas de mi existencia, de mi cuerpo (privilegiada por la oportunidad de estudiar y de tener una vida en bienestar), y de mi relación con otras mujeres; también mis reflexiones y mi actividad como investigadora están cimentadas en mi labor como habitante de esta Tierra, que reflexiona sobre la importancia del tema de estudio, la toma de conciencia sobre el cuerpo femenino y las relaciones positivas entre las mujeres; sumando a las luchas feministas y a la reflexión para el pensamiento crítico.

La tesis ha sido una oportunidad para re-crear las voces de aquellas mujeres que resisten y luchan para la descolonización del saber/poder en las relaciones corporales y sociales. Las narrativas que presento en esta tesis, cuestionan las maneras de pensar, sentir y vivir el propio cuerpo, para despojarse de los mandatos patriarcales de un cuerpo femenino impuro, enfermo, imperfecto, inestable. Me he centrado en experiencias reafirmativas de la propia identidad y de la vida, experiencias que interconectan lo ancestral con lo contemporáneo, lo local con lo global, lo corporal/yoico con lo cósmico. Para mostrar cómo esta otra cosmovisión es llave de poder e inspiración para acceder a las puertas de transformación personal y colectiva.

Recuperar las experiencias de transformación, permite producir y co-crear conocimiento, en este caso, desde las propias mujeres. Visibilizar, nombrar e historizar las resistencias y experiencias reafirmativas es de vital importancia para las luchas ecofeministas, también para la incursión de las Ciencias Sociales en los procesos de descolonización y transformación social y cultural. Son necesarios los cuestionamientos a la red global de poder económico y cultural que tienen sujeta la vida y la experiencia humana -femenina-; es urgente generar un lenguaje que dé cuenta de otras realidades positivas y panvitalistas, para que éstas sean reproducidas.

I. Posicionamientos ontoepistémicos

Que el conocimiento creado aporte luz a los vacíos,
remedio a la enfermedad, caminos para el bienestar, inspiración y
vitalidad para re-unirnos como mujeres.

Desde mi planteamiento epistémico, reflexiono y teorizo mi objeto de estudio con el afán de abonar en la deconstrucción de oposiciones dualistas de las nociones modernas del sujeto y de los entendimientos dicotómicos naturaleza-cultura. La base epistémica en la que me sitúo, es el punto de partida para entender cómo he construido las delimitaciones teórico-metodológicas, desde dónde me aproximo, construyo e interpreto el objeto y al sujeto de estudio. En mi experiencia de investigación, me posiciono política y reflexivamente en una relación dialógica e intersubjetiva, para describir-comprender la perspectiva del sujeto, para la co-creación del conocimiento, así la “lealtad interpretativa” se disuelve en la co-creación, y la “devolución” se vuelve innecesaria: el conocimiento ahora es de todas y todos.⁶

La teoría y la praxis de mi investigación está cimentada en “formas de conocimiento intuitivo, científico, místico y racional, como nuevo modo de estar en el mundo” (King y Mies, 1997) como práctica que nos ayude a construir entendimientos de la complejidad y nos acerque a las experiencias de completud. Parto de ontologías y epistemologías ecofeministas para dar cuenta, desde el pensamiento complejo y la fenomenología cultural, que la dualidad se disuelve y aparecen los vínculos entre los cuerpos, las vidas y las distintas dimensiones espacio-temporales; reconozco las posibilidades de vínculos y relaciones entre los mundos materiales, sociales, simbólicos y espirituales.

Me sitúo en una ciencia antidualista y emancipadora; en donde las epistemologías que guían la investigación, me “abren” posibilidades, para poder ver “con nuevos ojos”, la propia ciencia y el mundo que habitamos (Najmanovich, 2008). En este proceso y -en esta versión- de construcción de conocimiento, contemplo epistemologías dispuestas para “restaurar la dignidad y espiritualidad del objeto de estudio, desde una epistemología empática, panvitalista, en reconocimiento de la diversidad” (Mies, 1997). Incorporo epistemologías que reivindican el discurso simbólico como desobediencia (Lorenzo, 2003) y honran la diferencia y los valores

⁶ Como práctica ética-metodológica, la versión de la tesis en dictamen, la circulé con las mujeres que participaron en el estudio con la intención de revisar lo escrito de cada una, esto con el objeto de corregir u omitir. La mayoría de las mujeres contestaron dando luz verde a lo plasmado, también recibí algunos acertados comentarios para corregir y alentar.

domésticos como noción axial del ser humano, en su íntima vinculación con las prácticas ecológicas (Guijarro, 2008).

Las epistemologías abiertas y reflexivas y el campo transdisciplinar⁷ me permiten abordar las dimensiones interconectadas y cómo los cambios y las transformaciones están siendo encarnadas, vividas y reproducidas, permite evocar la diversidad de experiencias de las dimensiones interconectadas. Estableciendo diálogos ontológicos y epistemológicos que ponen en interacción perspectivas de los sujetos, conocimientos, saberes, niveles de realidad y problemáticas sociales (Rist, 2006). Me posiciono a partir de los principios de la transdisciplina para contribuir a la construcción de conocimiento desde los paradigmas de la no-dualidad⁸ y ampliar el conocimiento intelectual, ético y político; para honrar la estética de la complejidad, como praxis vital y ética para crear y habitar nuevos territorios existentes. Epistemologías que dan cuenta de un ser humano encarnado, vinculado con su entorno natural, social y cultural en términos activos, creativos y reflexivos.

Así, encuentro una ciencia que se renueva, que es crítica y reflexiva como antídoto ante las producciones hegemónicas, y a favor de la creación de comunidades de sentido y de vida. En este tejido de hacer ciencia, se han mezclado los hilos del arte y la espiritualidad, y así también, reconozco que es posible una ciencia para la paz.⁹

Ante este proceso reflexivo individual y colectivo, encuentro al ecofeminismo como una propuesta inspiradora para repensarnos como mujeres, sujetos biosociales capaces de intervenir y crear la realidad en interconexión sensible y consciente con lo que nos conforma; resignificándonos y construyéndonos como seres en bienestar, y así encontrándonos en confluencia positiva con otras mujeres, formando una colectividad que vive y crea una nueva cultura basada en la salud y la vida como principio. En mi trabajo de investigación, el ecofeminismo es un eje transversal de conexiones teóricas, empíricas, simbólicas, históricas, conceptuales, epistemológicas, éticas y políticas.

⁷ La transdisciplinariedad aboga por una ciencia con conciencia que permita la integración de la diversidad de fuentes de conocimientos y sabidurías, así como niveles de realidad para la co-creación del conocimiento.

⁸ El pensamiento dualista y dicotómico se sustenta por la jerarquía y la exclusión.

⁹ La bandera de la Paz promovida por Nicolás Roerich, filósofo y artista ruso; representa en el círculo superior la espiritualidad que une la verdad de todas las religiones. Los dos círculos inferiores representan el arte y la ciencia. El círculo que rodea a los tres círculos representa la cultura, la unión del arte, la ciencia y la espiritualidad. La bandera es de color rojo oscuro o magenta para simbolizar el color de nuestra sangre. Roerich pensó que por su gran universalidad y por el hecho que había sido utilizado en distintas épocas de la historia siempre con un sentido positivo y asociado con los más altos valores de los grupos sociales, era el símbolo idóneo para la Bandera de la Paz, con la seguridad de que ayudaría a “lograr la anhelada Unidad en la Diversidad de todos los seres humanos”.

El estudio de los procesos de bienestar y sanación de las mujeres en círculo en lo individual y lo colectivo permite repensar el tema de la salud humana, contemplada desde el entendimiento complejo como “sujetos entramados” que somos. La salud es un tema que atañe al ámbito comunitario en su conjunto, por ello es de vital importancia reconocer los espacios y las prácticas recreadas por las mujeres en círculo. Ya que en contextos urbanos, los espacios para la sanación son escasos y elitistas, las mujeres en círculo como colectividad construyen espacios para la (auto)sanación; espacios para repensar la salud y crear otros abordajes. Esta práctica social, cultural, ecológica y espiritual, “quita” el monopolio del saber sobre la salud a la práctica biomédica y a las industrias farmacéuticas y se lo confiere a las propias mujeres y a la naturaleza.

También es necesario “re-pensar la corporalidad dando lugar a la multiplicidad de vivencias contemporáneas que pugnan por escapar a la sujeción de los modos modernos de producción de sentido y experiencia” (Najmanovich y Lennie, 2004). Por esto me parece imprescindible describir las experiencias que dan lugar a procesos de bienestar y sanación, a partir de encarnar prácticas materiales y discursivas relacionadas con el cuerpo/ser femenino, desde una ética y estética alternativa. También me parece relevante documentar cómo es que estas prácticas son retomadas como una forma de bioresistencia, resignificación, sensibilización y reivindicación del cuerpo femenino, en contextos de invisibilidad, subvaloración y como fuente de desigualdad de género.

Asimismo, el estudio del cuerpo permite construir un “acervo teórico del cuerpo” (Pedraza, 2003) femenino, el cuerpo como fuente de conocimiento, discursos y prácticas individuales y colectivas enfocadas en la salud y el bienestar; elaborada desde una epistemología femenina, en donde la experiencia autorreflexiva del propio cuerpo es fuente primaria de conocimiento para el bienestar y la sanación, conocimiento sensible y reflexivo para mujeres y hombres interesados en las reconfiguraciones biofísicas y simbólicas, en beneficio de la salud con implicaciones sociales, políticas, económicas y ecológicas.

Me he centrado en estas experiencias positivas y en bienestar de las mujeres, con el fin de visibilizar las maneras en cómo ellas están siendo creadoras y partícipes de las reivindicaciones del propio cuerpo estigmatizado y patologizado. En este sentido, he encontrado poca tolerancia de parte de algunas “feministas clásicas” y antropólogos/as sobre el análisis del cuerpo en bienestar, restando importancia a la construcción de formas identitarias, culturales y sociales de hacer cuerpo, construir género y de ser sujetos colectivos del cambio social. Así, apuesto por encontrar “materialidades y encarnaciones de lo político, expresión corporal como proyección

social” (Esteban, 2004), para disolver las fronteras entre lo personal y lo político, en contextos de invisibilidad y subvaloración y contemplar las posibilidades del cuerpo/ser femenino en positivo y como agente de cambio y transformación. Por ello, la aproximación empírica, teórica y fenomenológica que elaboro sobre los procesos del *embodiment* de las mujeres en círculo, se centra en la creación colectiva, la voluntad política y las experiencias encarnadas de las mujeres como prácticas de resistencia.

Desde mi planteamiento teórico-metodológico, parto de la necesidad de construir teoría y práctica feminista desde la experiencia encarnada y situada de las propias mujeres (Bordo, 1993; Braidoti, 2004; Mack-Canty, 2004), experiencia como proceso desde donde se construye la subjetividad (De Lauretis, 1987) y el cuerpo bioquímico, físico y simbólico, que es individual, político y colectivo. La perspectiva encarnada, permite dar explicaciones contemplando la diversidad y las diferencias de las propias mujeres.

Me propongo a analizar y visibilizar los procesos de las mujeres que encarnan las maneras alternativas de concebir y vivir su cuerpo en interconexión, cómo a partir de la experiencia colectiva, intersubjetiva, somática y simbólica, se abren brechas que permiten nuevas concepciones, experiencias y sensibilidades en las mujeres. También, pretendo visibilizar las experiencias de autonomía y la capacidad de actuar en las mujeres para elaborar transformaciones identitarias basadas en el bienestar y las sanaciones.

Así, el paradigma del *embodiment* y el ecofeminismo me ayuda a plantear algunas preguntas que abren brechas para analizar la significación y la experiencia práctica, subjetiva y somática de las mujeres que optan por esta manera de ser y estar en el mundo, preguntas que guiaron el curso de la investigación: ¿Cuáles y cómo son las prácticas y experiencias que conforman los procesos de bienestar y sanación? ¿Qué concepciones, prácticas y sensibilidades encarnaron las mujeres para vivir una ritualidad cotidiana? ¿Cómo están creando y encarnando una mirada sanadora y holística del cuerpo femenino? ¿Cómo resignifican y revitalizan al útero? ¿Cómo reivindican la sangre menstrual? ¿Cómo viven las interrelaciones humanas, cósmicas y naturales en su existencia?, ¿Qué elementos conforman la vivencia de la(s) espiritualidad(es) sanadora(s)? ¿Qué experiencias conforman los procesos de sanación individual y colectiva? ¿Qué experiencias encarnan las mujeres para la toma de autonomía y para ser agentes de cambio?

II. Método, metodologías y labores en campo

A continuación expongo el método -“como actividad pensante y consciente” (Morin, 1984: 368)- que me ha guiado para re-pensar¹⁰ las dimensiones del fenómeno corporal/cultural que me propongo investigar. El objetivo general del estudio es analizar los procesos de bienestar y sanación que las mujeres en círculo¹¹ viven, a partir de encarnar (*embodied*¹²) prácticas, conocimientos y sensibilidades del cuerpo/ser femenino. Parto del cuerpo vivido¹³ y los *modos somáticos de poner atención* para comprender, explicar y visibilizar las reconfiguraciones corporales/personales, las experiencias transformativas y las (re)significaciones y (re)sensibilizaciones que las mujeres viven. Busco recuperar la experiencia de las mujeres desde sus agencias corporales, experiencias somáticas/afectivas/espirituales y cómo en colectividad femenina se producen maneras colaborativas para el empoderamiento y la salud integral. Con el propósito de dar cuenta de los procesos de construcción y encarnación de experiencias autorreflexivas, (re)significaciones/vitalizaciones y transformaciones que conforman subjetividades, corporalidades e identidades yoicas y colectivas.

Pretendo describir las experiencias que entretejen diversidad de dimensiones en los procesos de malestar-bienestar/enfermedad-sanación de las mujeres. Cómo se conjugan las improntas bioquímicas, personales y colectivas que dan lugar a las transformaciones biosociales. Desde el inicio de la elaboración del proyecto de investigación, contemplé el análisis antropológico de la complejidad de los procesos y la diversidad de experiencias y contextos. La multidimensionalidad de mi tema de estudio me exigía tener una visión amplia y compleja del fenómeno al que me aproximaba. El pensamiento complejo como herramienta cognitiva permite articular las distintas dimensiones de la realidad biosocial y cultural; permite pensar la realidad

¹⁰ Coincido con la noción del pensamiento y del pensar de Rosi Braidotti: “Conforme a la percepción epistemológica fundamental del psicoanálisis, el proceso global del pensamiento hunde sus raíces en la materia prerracional; pensar es la manera de sensibilizar la materia, la forma específica de inteligencia de las entidades incardinadas. Pensar es un proceso corporal, no mental. El pensamiento precede al pensamiento racional” (2004: 41).

¹¹ Formulo la categoría identitaria “mujeres en círculo”, como punto de partida para contemplar a mujeres que encarnan prácticas, conocimientos y sensibilidades en el contexto de la espiritualidad femenina y los círculos de mujeres.

¹² El concepto de *embodiment* (Csordas, 1990) se refiere a cómo la enculturación corporal se hace cuerpo y experiencia, manera de ser y estar en el mundo.

¹³ Metodológicamente parto del cuerpo vivido, para comprender, explicar y visibilizar las reconfiguraciones corporales/personales, las experiencias transformativas y las (re)significaciones y (re)sensibilizaciones que las mujeres viven. Para Liuba Kogan el cuerpo vivido es “la conciencia que tenemos sobre nuestra experiencia corporal” (2010: 117); conciencia corporal producto de la reflexividad y posibilitada por los contextos socio-históricos de la construcción de un cuerpo como “componente de la identidad del yo”; un cuerpo encarnado, reflexivo y sensible. Así, la reflexividad y la auto-observación permanente ocupa un lugar central en la construcción, vivencia y sensibilidad del cuerpo y de la identidad encarnada; el cuerpo es sujeto, el sujeto es cuerpo.

desde distintos niveles en donde los conceptos y las nociones confluyen para poder describir la realidad empírica, y así poder contemplar la multidimensionalidad de los procesos personales, colectivos, locales y globales. Desde el pensamiento complejo, los objetivos en la investigación viran para explicar la realidad desde los propios sujetos: “La investigación desde el sujeto, no busca probar hipótesis, sino contextualizar problemas y problematizar conceptos” (Zemelman, 1987).

Ante el entendimiento de una realidad compleja y ante los fenómenos emergentes que encontré, fue preciso construir modelos dimensionales para entender y explicar la realidad, los cambios y transformaciones. A lo largo del doctorado, elaboré varios esquemas, que si bien no fueron multidimensionales, me permitieron desarrollar conexiones entre los fenómenos empíricos y elementos conceptuales del tema de estudio. Esta primera imagen (Ilustración 1) me ayudó a construir el objeto de estudio y a contextualizarlo, mostrando algunas categorías y dimensiones emergentes. La Ilustración 2, muestra una mayor complejidad de las dimensiones encontradas después de trabajo de campo.

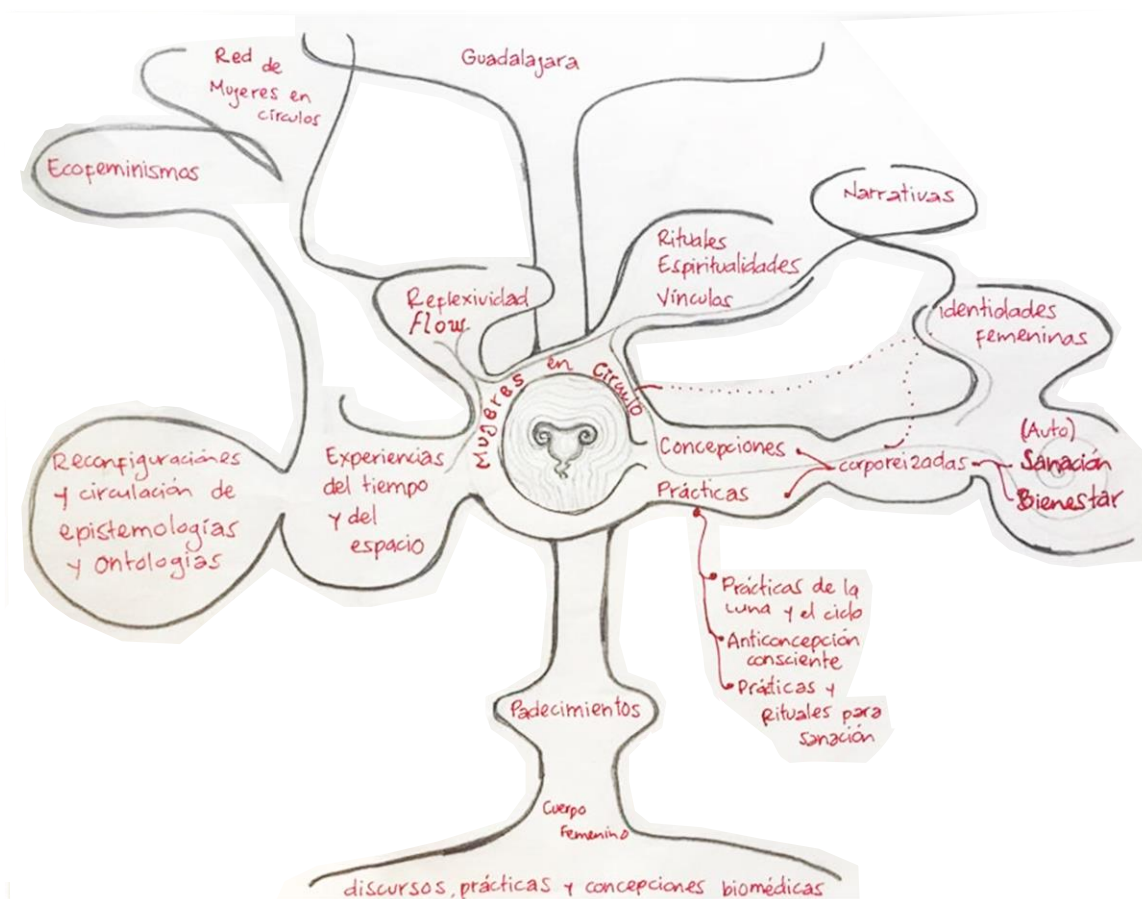


Ilustración 1. Organismo de interconexiones empíricas y conceptuales.

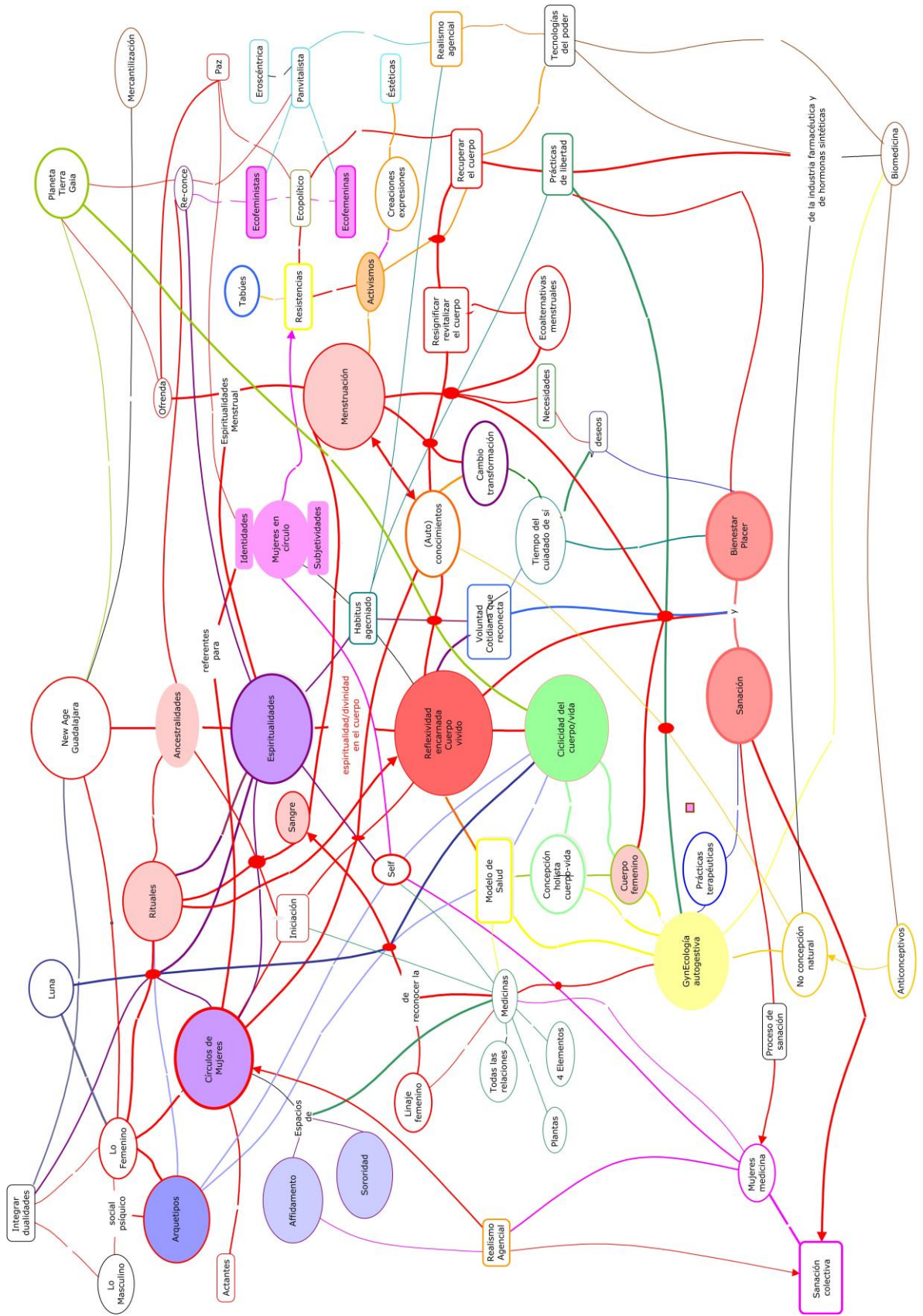


Ilustración 2. Tejido de interconexiones empíricas ○ y conceptuales □.

El trabajo de campo fue realizado en un periodo que comprende desde septiembre del 2013 hasta septiembre del 2014. En este proceso metodológico, me precisé en la etnografía reflexiva: el trabajo de campo como un proceso y como un despliegue de diversas estrategias metodológicas, para abordar el problema empírico. Mi aproximación al campo fue anterior a iniciar el periodo establecido para ello, en el 2012 y 2013 ya había participado en círculos y talleres, que sin hacer notas etnográficas formales, si tenía el objetivo de afinar mi proyecto de investigación. Por esta razón ya localizaba ciertas mujeres y algunos círculos que se organizaban en la ciudad; a partir de este acercamiento fui adentrándome a conocer más mujeres en los círculos y saber de más círculos por las propias mujeres y la red virtual, también las redes sociales fueron de gran ayuda en este primer proceso. Desde esta experiencia previa planteé las características pertinentes de los sujetos de estudio que me ayudaría a contestar mis preguntas de investigación:

Mujeres del estudio

Las mujeres que participaron en el estudio fueron diversas. Elaboré la categoría “mujeres en círculo” para encontrar la particularidad compartida en ellas; las mujeres en círculo son aquellas quienes producen, reproducen y comparten experiencias, prácticas y conocimientos en/de los círculos de mujeres, como fenómeno colectivo. Fue con ellas que tuve un mayor acercamiento, sin embargo también recogí experiencias de mujeres que asistían por primera vez a los rituales y mujeres en distintos momentos del proceso de transformación corporal/personal. A continuación muestro las diferentes categorías de las mujeres con quienes dialogué:

- Mujeres de diversas edades, que habían encarnado prácticas materiales, discursivas, concepciones y sensibilidades del cuerpo femenino y que vivían procesos de bienestar y (auto)sanación.
- Mujeres que habían asistido a algunos círculos y estaban en procesos reflexivos buscando incorporar prácticas materiales, discursivas y concepciones del cuerpo femenino.
- Mujeres de diversas edades que tuvieron su primera experiencia reveladora y reflexiva de su cuerpo y feminidad.
- Niñas que tuvieron sus primeras experiencias en rituales femeninos.

- Mujeres con un papel activo en la organización de talleres y círculos en la ciudad.
- Mujeres abuelas, pioneras en la conformación de círculos en la ciudad.

Las características socioculturales y económicas de las mujeres fueron diversas, sin embargo, la mayoría de las mujeres viven en la ciudad y tienen estudios medios-superiores. Entrevisté a 27 mujeres, con un papel relevante en la conformación de círculos de mujeres en la ciudad o dentro del ámbito cultural de la espiritualidad alternativa. En la siguiente tabla presento de manera esquemática las mujeres con quienes dialogué y entrevisté:

Mujer	Edad	Ocupación	Círculo
Ana Tere Sánchez (Lahak)	58 a.	Psicoterapeuta	Casa Lahak
Andrea Castellanos Ibarra	24 a.	Estudiante Activista	Colectiva IxChel Tribu de Mujeres
Areli Fraga Villanueva	32 a.	Madre Practicante de terapias alternativas	-varios-
Aurora Serrano	26 a.	Estudiante Activista	Colectiva IxChel
Beatriz Andrade Iturribarria	48 a.	Psicoterapeuta Activista	Círculos terapéuticos
Chandra Santiago Escobedo	26 a.	Estudiante	Colectiva IxChel Tribu de Mujeres
Christel Candelas Medina	35 a.	Moon mother Belly dancer	Cihualt
Claudia Gómez Hernández	39 a.	Terapeuta Activista	-varios-
Edith Torres Velasco	37 a.	Madre Artista	Colectiva IxChel Tribu de Mujeres
Edna Martínez Rojas	43 a.	Terapeuta	Ritmos Femeninos -varios-
Gabriela Loreto San Pancho, Nayarit	40 a.	Terapeuta corporal	San Pancho
Georgina Navarro Urquía	36 a.	Maestra Waldorf	
Irery Velasco Gómez	37 a.	Terapeuta	-varios-
Jessica Álvarez Quino	33 a.	Maestra Madre	Colectiva IxChel Tribu de Mujeres

Jimena Chalchi	33 a.	Terapeuta Creadora de LunaCup y Yeztli	Yeztli
Karina Fuentes Rojas	35 a.	Madre Facilitadora	Maternaje
Lizette Mercado	32 a.	Moon Mother Maestra de yoga	Bendición de útero Talleres
Luz Herrera San Pancho, Nayarit	38 a.	Artista	San Pancho
Nadia Ávila Salazar	28 a.	Dirección ventas LunaCup Fundadora IxChel	Colectiva IxChel Tribu de Mujeres
Norma Escalante Betancur	54 a.	Ginecóloga	Ritmos Femeninos
Nubia Rodríguez	56 a.	Temazcalera Partera	Casa Lunai
Paulina Oviedo Rodríguez	32 a.	Mujer medicina Temazcalera	Mujeres de Luna
Paw Orozco Barbosa	33 a.	Doula Fundadora de El Rebozo Unifica	Maternaje Luna Creciente
Pipa Vizcaíno	45 a.	Terapeuta Danzante de la Luna	Mujeres de Obsidiana Casa Caracol
Rocío Sánchez (Shekinah)	35 a.	Psicoterapeuta Terapeuta holística	Casa Caracol Mujeres de Obsidiana
Rosa Orozco San Pancho, Nayarit	54 a.	Gestiona cooperativas	San Pancho
Sabina Kupá	26 a.	Estudiante de partería	Colectiva IxChel

Tabla 1. Relación, Mujeres en Círculo, edad, ocupación y círculo de mujeres que convocan o asisten.

Los nombres que aparecen son los nombres reales, las mujeres accedieron participar en las entrevistas y la investigación con sus verdaderos nombres como un acto ético-político (en el diálogo les presenté mis intenciones éticas de co-creación de conocimiento). En algunos testimonios recogidos durante los círculos de manera general, sí hago algunas omisiones de nombres, sobre todo cuando se expresan cuestiones íntimas o comprometedoras al salir del contexto en el que se habló.

Estrategias Metodológicas

Las estrategias metodológicas llevadas a cabo fueron: entrevistas en diálogo, etnografía multisituada (observación-participante y participación-observante), ciberetnografía y autoetnografía. La primera mitad del trabajo de campo me enfoqué en las etnografías, la segunda mitad me centré en las entrevistas, sin dejar de lado las etnografías, centrandome más mi atención en los procesos de bienestar y sanación. A continuación muestro a detalle la experiencia en trabajo de campo y expongo las estrategias metodológicas mencionadas.

- **Entrevistas, diálogos y narrativas**

El estudio de la experiencia o la “circulación de la vivencia”, permite comprender más y mejor las formas culturales de la vida (Díaz, 1997:6). La descripción-comprensión de la perspectiva del sujeto y de su experiencia, es posible en la relación dialógica intersubjetiva. La construcción dialógica de narrativas en el trabajo de campo, me permitió aproximarme a la experiencia vivida y entretejer la pluralidad de voces subjetivas y colectivas.

Elaboré entrevistas como una herramienta para registrar las diversas voces de las mujeres que participan en los círculos. La entrevista es el punto de vista y el papel del investigador en diálogo con el entrevistado, para lograr hacer hablar las narraciones de sí mismo y de su cuerpo; la entrevista es un instrumento que posibilita hablar del cuerpo desde la reflexividad (Kogan, 2010), con perspectiva fenomenológica y performativa, para poder acercarme al mundo íntimo del otro; atendiendo los relatos fenomenológicos de las experiencias corporales vividas, como data empírica para teorizar el cuerpo (Marshall, 1996).

El diálogo sobre el cuerpo vivido en las mujeres fue posible porque el *habitus* de hablar del cuerpo femenino desde su experiencia ha sido fomentado por ellas mismas en los círculos. Las entrevistas y los diálogos buscaron evocar su experiencia encarnada de con-formar círculos de mujeres y hacer reconfiguraciones corporales/personales en relación con el bienestar y la (auto)sanación; también, me centré en su experiencia en cuanto a los vínculos que establecen con otras dimensiones simbólicas y materiales -sociales, ecológicas, cósmicas-. Así también con los diálogos, pretendí enfocarme en los contextos y las intersubjetividades que posibilitan y tensionan los cambios en las prácticas y concepciones corporales/personales.

Las entrevistas las realicé en la segunda mitad del trabajo de campo con el fin de entablar relaciones cercanas con las mujeres. En total entrevisté a 27 mujeres de diversas edades, tengo el registro auditivo de todas las entrevistas, y algunos registros audiovisuales de mujeres

especialistas.¹⁴ En la mayoría de las entrevistas se logró un diálogo reflexivo entre ambas, diálogo que animaba a encontrar respuestas a las preguntas e interrogantes que ellas también tenían;¹⁵ buscando así una “antropología doble reflexiva” (Dietz, 2011), en donde la “inter-teorización” y la cocreación de conocimiento fue y es posible gracias a la relación intersubjetiva y dialéctica.

En las entrevistas me fui centrando en aquellas narrativas de autoconocimiento, bienestar y sanación, con el foco de atención en factores somáticos, simbólicos y sociales y su relación con el acompañamiento de otras mujeres en círculo y del conocimiento femenino. La aproximación a las narrativas de las experiencias de menstruación y de los procesos de la menopausia en las mujeres en círculo, me permitió atender la experiencia vital como un “fenómeno denso de significación” y así, poder conocer sus implicaciones en el bienestar y la salud.

Como estrategia metodológica subjetiva integré la ciclicidad femenina de algunas mujeres que han encarnado su “diagrama lunar”,¹⁶ para llevar a cabo la entrevista, así escogieron el momento oportuno para compartir su experiencia. Asimismo hice uso de la autorrepresentación de sí mismas y uso del simbolismo para las entrevistas, para hacer del encuentro un momento performativo también.

Las narrativas dialógicas permitieron en el extenso de la tesis, construir-describir al cuerpo femenino contextualizado dentro de los círculos de mujeres y desde las mismas mujeres (incluyéndome) que somos el cuerpo y que lo podemos describir de manera dialógica, intersubjetiva y performativa, y así dar cuenta del cuerpo femenino re-entendido dentro de los círculos de mujeres y desde nosotras mismas. La “reflexividad encarnada”,¹⁷ será descrita con las narrativas de las experiencias y las prácticas corporales de las mujeres en círculo; para objetivar procesos, transformaciones y la multiplicidad de significados culturales que encarnan.

- **Etnografía multisituada**

La etnografía multisituada (Marcus, 1995) se caracteriza por la movilidad de la etnografía; sale de los lugares locales de la investigación en busca de la circulación de significados, objetos e identidades culturales. Para la metodología de la etnografía multisituada, es necesario desarrollar

¹⁴ Mujeres activistas, mujeres terapeutas, mujeres medicina.

¹⁵ Con el respectivo cuidado metodológico de no sesgar, ni inducir respuestas; apostando por el diálogo reflexivo para la co-creación de conocimiento.

¹⁶ Registro detallado de los cambios somáticos, psico-emocionales, creativos, sexuales, sociales del ciclo hormonal.

¹⁷ Noción que emerge -con la adecuada observación de la Dra. Susan Street-, al pensar la experiencia de encarnar prácticas, vivencias y conocimientos del cuerpo-ser femenino; se refiere a la atención/agencia reflexiva de yo-cuerpo; intelecto, emoción y sensación del/hacia el propio cuerpo.

estrategias de investigación en las cuales el investigador construye etnográficamente los mundos de vida de varios sujetos que se encuentran en varios lugares y niveles de la sociedad; también la etnografía multisituada permite encontrar aspectos del sistema encarnados en los sujetos, conexiones y asociaciones sugeridas del entorno (1995: 112). Para el caso de la tesis, el objetivo fue la etnografía de los procesos de transformación y re-significación del cuerpo/vida de las mujeres; por lo que construí la estrategia de hacer etnografía en aquellos lugares en donde se reunieran para expresar su búsqueda de transformación o que compartieran su experiencia al respecto; estos lugares fueron los diversos círculos de mujeres (rituales, carpas, talleres, eventos y reuniones) como el espacio de la experiencia individual y colectiva.

La etnografía multisituada me permitió ver la relación de las mujeres con diversos mundos de vida y con objetivos similares, cómo se entrelazan las relaciones entre ellas y en la red global de círculos de mujeres, como respuesta y estrategia ante al sistema-mundo. Así pude contemplar similitudes y diferencias entre las diversas mujeres y entre los diversos círculos locales y globales.

La etnografía me permitió reflexionar en lo individual y dialogar en lo colectivo con las propias mujeres. Mi entrada a campo, fue el identificar los círculos de mujeres que se llevaban a cabo en la ciudad y presentarme desde el principio con mis objetivos particulares de investigación; sin excepción, la respuesta fue de apertura y alegría. Encontré 20 lugares y/o círculos, que aunque no son siempre las mismas mujeres, la mayoría de ellas comparten experiencias pasadas en el mismo círculo; me centré en cinco círculos, por la regularidad en que se convocaba a las reuniones (los otros círculos, variaban la frecuencia de los encuentros). Realicé observación-participante y participación-observante en los círculos que se convocaron en la Zona Metropolitana de Guadalajara, también hice algunas visitas al Círculo de San Pancho Nayarit, y entrevisté a tres mujeres de ahí; esto porque el Círculo de San Pancho, es referente de la espiritualidad femenina alternativa de la ciudad de Guadalajara.

Rosana Guber explica cómo la observación participante no es sólo un medio para obtener información, sino un proceso reflexivo entre los sujetos estudiados y el sujeto cognoscente (2005: 179). La observación participante constituye el eje vertebrador del trabajo de campo (Ameigeiras, 2006). En mi estudio, la observación como los elementos conscientes a percibir, fue definida desde el protocolo de investigación; la participación fue, como lo propone Aldo Ameigeiras una inmersión en la realidad, que como un proceso de vinculación y estar presente, posibilita aprendizajes y genera experiencias (2006: 127). Así, me posicioné como

participante de los círculos de mujeres para observar/percibir y documentar las reuniones, teniendo en cuenta los modos de hacer y de decir, así como los desplegados simbólicos y performativos de los rituales. La etnografía en los círculos, reuniones y ceremonias, me permitió ser testigo de narraciones de procesos corporales/reflexivos en las mujeres, pude conocer experiencias del mundo íntimo, porque es en los círculos en donde las mujeres hablan y escuchan sobre el cuerpo, la experiencia corporal, las emociones. La presencia en los círculos me permitió entender las dinámicas de relaciones entre las mujeres; también, la presencia en las reuniones y ceremonias, me permitió ser parte de las experiencias performativas, conocer y vivir las experiencias del no-tiempo ritual, la eficacia simbólica y somática. De estas reuniones tengo registro en notas, fotografías, audio y algunos clips en video.

Encontré diferencias y similitudes significativas en las formas en cómo las mujeres en círculo comparten experiencias y conocimientos; por esto, los escenarios se ampliaron para incluir los talleres, las carpas, las meditaciones, las reuniones y las charlas entre las propias mujeres. Al igual que las entrevistas, perfilé el foco etnográfico a los datos que me señalaban las experiencias individuales y colectivas que se referían a los procesos corporales/personales de autoconocimiento, bienestar y sanación.

Asimismo, participé de manera activa en eventos para celebrar o conmemorar fechas como el “día de la mujer”,¹⁸ solsticio de verano “Mil tambores”¹⁹ y la activación de la primera Carpa Roja²⁰ en la ciudad. En estos eventos participaron mujeres de diferentes círculos, lo que me permitió ver los discursos compartidos entre ellas, así como las redes entretejidas con otros grupos de espiritualidad alternativa y mujeres que se encuentran en la lucha feminista local. Finalmente, hice etnografía de alrededor de 28 círculos, rituales, talleres, eventos y charlas en torno al cuerpo femenino desde de la espiritualidad y la salud holística.

También, la relación personal y de amistad que establecí con las mujeres de la colectiva IxChel, (mujeres jóvenes, activistas y acompañantes menstruales, que convocan a círculos, talleres, charlas y Carpas Lunares) significó y sensibilizó en mí aprendizajes y transformaciones.

¹⁸Se realizaron dos eventos en la ciudad, uno de corte feminista que convocó a colectivos feministas para salir a marchar con el fin de unificar lemas “#YoVoy8deMarzo”; el otro evento fue de corte *new age*, en donde se convocó a una ceremonia de fuego sagrado y una caminata sagrada en el centro de la ciudad, el lema fue “Por mil mujeres despiertas”.

¹⁹Segunda convocatoria anual para reunir mil tambores en la explanada del Hospicio Cabañas, se contó con participaron de grupos y personas internacionales.

²⁰ Proyecto internacional para procurar “carpas rojas en cada vecindario” como una red global: Estado Unidos, Colombia, Chile, Argentina, Israel, España, Italia, Alemania, Australia son algunos de los países, en donde hay carpas rojas

A partir de la segunda mitad del trabajo de campo me incorporé al colectivo, con ellas participé de manera cercana en varios proyectos educativos, artísticos y activistas, que se relacionan con mi tema y con mi praxis en la investigación-acción. A continuación nombro las acciones realizadas y los proyectos en conjunto con la colectiva:

- Realización de un ejercicio de co-creación de conocimiento. Tres mujeres del colectivo leyeron el texto de mi ponencia “Mujeres en Círculos: Ontologías y Epistemologías Ecofeministas en Guadalajara” presentado en el Congreso Nacional de Ciencias Sociales,²¹ para producir un corto audiovisual mismo que presenté con la ponencia.²²
- Elaboración de la agenda lunaria. Producción creativa y compilación de información para la salud ecofemenina en forma de agenda, como herramienta para compartir el conocimiento de la ciclicidad femenina y natural.
- Organizamos la primera Carpa Roja en la ciudad, como parte del movimiento global para compartir conocimientos y experiencias femeninas.
- Inauguramos la primera Carpa Roja en San Pancho Nayarit, con el fin de promover el compromiso entre las mujeres del círculo para que se continúe con el trabajo de salud femenina entre las mujeres de la comunidad.
- Activismo menstrual. Despliegado de calcomanías de imágenes y mensajes para visibilizar la sangre menstrual.
- Producción y participación en dos clips de video de 5 minutos cada uno para el festival en línea “Somos la Luna”, organizado por la chilena Elena Sofía Zambrano del blog “Jardín en la Luna: Sabiduría menstrual y conciencia femenina”.²³
- Creación de “DiVulva” una fanzine²⁴ como medio autogestivo para circular información ecofeminista de bienestar y autonomía corporal. También en versión digital (en construcción).²⁵

²¹ San Cristóbal de las Casa, Chiapas, Marzo 2014

²² Video en <https://www.youtube.com/watch?v=WmfAK6ty4eU>)

²³ Videos: <https://www.youtube.com/watch?v=AT4-Wo0CZZk>
<https://www.youtube.com/watch?v=ayOtdIH1YCY>

²⁴ Revista temática autogestiva, independiente, sin fines de lucro.

²⁵ <https://ixchelalternativas.wordpress.com/divulva/>

- Producción del video “Hablemos de menstruación en círculos de mujeres” como la participación de la colectiva en la 1era Cumbre Hispanoamericana por la Cultura Menstrual, clip 15 minutos.²⁶

Rosana Guber (2005) señala que el conocimiento producido de la observación participante no es sólo una captación inmediata de lo real, sino una elaboración reflexiva teórico-empírica. Participar de manera cercana en el colectivo me permitió tener una perspectiva más amplia y a la vez profunda de las cuestiones inter-subjetivas que mueven a las mujeres a llevar esta forma de vida en lo público y lo privado, comprender los puentes entre las prácticas, los discursos y los deseos; así también, pude darme cuenta de las heterogeneidades y las incongruencias. La presencia para Guber, es la percepción y la experiencia directa ante los hechos de la vida cotidiana de la población en estudio y garantiza por una parte, la confiabilidad de los datos recogidos y, por la otra, el aprendizaje de los sentidos que subyacen tras las actividades de dicha población. La participación es, pues, no sólo una herramienta de obtención de la información, sino el proceso mismo de conocimiento de la perspectiva del actor, pues este es el que abre las puertas y ofrece las coyunturas culturalmente válidas para los niveles de inserción y aprendizaje. El ser parte del colectivo me permitió ese acercamiento y aprendizaje de su perspectiva ante su realidad corporal y cultural.

- **Etnografía virtual**

Los medios virtuales permiten el flujo de saberes y experiencias que en otro momento no hubiera sido posible. Los círculos de mujeres como “espacio red” (círculos de mujeres de diversas ciudades interconectados, por la red global digital) comparten prácticas materiales y discursivas para el bienestar del cuerpo femenino desde sus propias epistemologías. Los medios digitales facilitan la interacción y el intercambio entre mujeres situadas en diversos países; aporta referentes materiales y simbólicos para la construcción de espacios ritualizados, para la creación de círculos, prácticas discursivas que permiten a su vez, la construcción de corporalidades e identidades. En esta red virtual circulan textos, libros y documentos de mujeres ecofeministas, posfeministas, teólogas y terapeutas, circulan también conocimientos, información y símbolos, que ellas crean y retoman. En la red virtual las mujeres comparten sus visiones del mundo, sus experiencias, sus prácticas, saberes y vivencias corporales y espirituales, también circulan la extensa producción artística en relación a los significados, los discursos y las experiencias de estar

²⁶ <https://vimeo.com/130751823>.

en círculos de mujeres, de vivir de otras maneras la menstruación, de invitar a con-formar sus propios círculos en sus contextos inmediatos. Asimismo, las redes virtuales permiten a las mujeres convocar y viajar de un país o ciudad para impartir y recibir enseñanzas, talleres vivenciales o charlas.

Con la etnografía virtual del “espacio de flujos” (Castells, 2002), pude documentar los discursos, las representaciones y las creaciones artísticas que circulan en la red global de círculos y de diversas mujeres geolocalizadas en distintos lugares. Delimité el universo virtual y me centré en Facebook y los *blogs*, di prioridad y mayor acercamiento a las manifestaciones locales, pero también seguí vínculos con otros espacios virtuales y otros lugares en Sudamérica y España. La etnografía me permitió construir los siguientes tipos de registros:

- Mapa del movimiento local-global de los círculos de mujeres.
- Registro de prácticas discursivas que las mujeres anuncian y convocan en las redes sociales.
- Registro visual de la circulación de saberes y creaciones artísticas.
- Registro auditivo de cantos y canciones, videos y documentales.
- Registro de conferencias *on line* sobre cuerpo femenino, pedagogía y terapia menstrual, menarquia, feminidad sagrada y técnicas terapéuticas.
- Registro de activismo menstrual.
- Registro de creaciones audiovisuales sobre experiencias ecofemeninas.
- Registro de conversaciones personales *on line*.

• **Autoetnografía**

Al ser el cuerpo y la experiencia el punto de partida de la investigación, me propuse realizar autoetnografía con el objetivo de que mi experiencia y mi propio cuerpo fueran herramientas y fuentes de conocimiento. Sabrina Mora (2011) plantea que las sensaciones y vivencias corporales son fuente de información crucial “para comprender las sensaciones, vivencias y experiencias de otros sujetos que realizan dicha práctica y serán nuestros interlocutores en otros momentos de la investigación”. Mi acercamiento autoetnográfico, me permitió dirigir mi atención a sensibilidades específicas al momento de las entrevistas.

Michael Jackson (1989), argumenta el uso del cuerpo del investigador como forma de conocimiento empático, para que el cuerpo una lo que las palabras dividen en la experiencia de la investigación. Así, desde mi cuerpo, hice autoetnografía, es decir, me adentré a un proceso

autorreflexivo, sensible y crítico; con el fin de descubrir y describir, lo que sucede cuando encarnamos prácticas alternativas y autoconscientes del cuerpo, para dar cuenta de las dimensiones y experiencias imbricadas. El enfoque teórico-metodológico del *embodiment* exige la atención metodológica del cuerpo del investigador/a en el trabajo de campo, para la construcción del conocimiento (Jackson, 1989, Citro, 2010, Ascheri y Puglisi, 2010). Realicé autoetnografía, como “un proceso de creación de cultura” (Mannheim and Tedlock, 1995: 3, en Street 1999:76), para de manera dialógica con las mujeres en círculo describir las experiencias; con el objetivo de poder de-construir realidades materiales y simbólicas de la cultura en las que nos encontramos en relación con el cuerpo femenino.

La autoetnografía me permitió documentar en notas textuales, sonoras y visuales mi experiencia reflexiva de incorporar algunas prácticas materiales y simbólicas que a continuación puntualizo:

- Alternativas ecológicas menstruales.
- Diagrama lunar. Registro detallado de cambios psíquicos, emotivos, sexuales, oníricos, sociales, corporales y energéticos del ciclo hormonal.
- Diario de libre expresión emocional y creativa.
- Siembra de la Luna (depositar la sangre menstrual en la Tierra).
- Consulta ginecológica holística con la Dra. Norma Escalante.
- Proceso terapéutico con el huevo de obsidiana.

Como parte de este proceso de creación de conocimiento, concientizo etnográficamente un estado sensible de mi vivencia corporal-cíclica y existencial; autoetnografías de mis estados y manifestaciones somáticas y psico-emocionales, conocimiento de mí misma y de las experiencias de estar con otras mujeres en círculo. El conocimiento cíclico lunar-menstrual, ha sido un instrumento para el método de investigación. También aplico mi reflexividad encarnada en las dimensiones metodológicas, llamo esta estrategia “ciclicidad metodológica”.²⁷

²⁷ La autoetnografía del “diagrama lunar” me permitió reconocer las habilidades, los deseos, intereses y capacidades cambiantes de mi cuerpo/ser; procuré hacerlas conscientes para elaborar las tareas del proceso de investigación: en mi fase menstrual, intenté dedicarme a la reflexión, la introspección, a tomarme el tiempo de inspiración creativa; en la fase preovulatoria, realicé tareas intelectuales, analíticas y organizativas, también entablé relaciones; en la etapa ovulatoria, busqué los diálogos con otras mujeres y participé en el aspecto creativo y artístico de la investigación; en la etapa premenstrual escribí ideas creativas y reflexioné sobre interconexiones y dimensiones empíricas.

Registro sonoro, visual y audiovisual

Liz Hingley (2011) sugiere repensar categorías del conocimiento antropológico a la luz de entendimientos accesibles por los métodos de investigación corporizados y con datos expresivos para ofrecer al público e investigadores una visión profunda de la relación intersubjetiva a través de medios visuales y sensoriales. Ayús y Eroza (2005) proponen que las investigaciones sobre los cuerpos en interacción deben auxiliarse de tecnologías audiovisuales, en el entendido de que el cuerpo es una suerte de actividad tecno-lógica, por tanto, socio-mental. Así realicé registros sonoros, visuales y audiovisuales; realicé un proyecto fotográfico -retratos de mujeres, objetos, lugares-, así como también llevé a cabo el registro sonoro -canciones y 'voces' de los círculos-; también, realicé un registro de imágenes, diseños y creaciones como producción cultural de las mujeres en círculo.

La función del registro audiovisual, me permitió, la producción de significados académicos desde el material visual y verbal. El entretreído de una “textualidad visual-narrativa” (De la Torre, 2012: 12) y sonora, en donde las imágenes, los audios y los videos son complemento del documento escrito; teniendo en cuenta que el material audiovisual es fuente y transmisión de discursos, conocimientos y saberes, que buscan las evocaciones descriptivas (Strathern, 1992). Mi propuesta de investigación y circulación de conocimiento reclama la incorporación de los medios audiovisuales y el arte. Como veremos en la tesis, incorporo algunas referencias auditivas y visuales como una propuesta de intertextualidad, reconociendo que la producción de estas piezas requiere de mayores recursos para su análisis y proyección, en donde es preciso el uso de otras plataformas para mostrar la investigación a través del lenguaje audiovisual.

Circulación de conocimientos y saberes

En la búsqueda del “quiebre de la autoridad monológica”, (Clifford, 1991) las etnografías y los análisis, no están dirigidos a “un único tipo de lector-a”, por ello hago uso de “posibilidades para la lectura (y, por lo tanto, para la escritura) de descripciones culturales” (Clifford, 1991: 169). En torno de las reflexiones al oficio de construir conocimiento y de las maneras en cómo romper con la autoridad monológica,²⁸ aunado a la propuesta de Edgar Morin, acerca de la necesidad de estrategia, iniciativa, invención y arte para la teoría, el método y la praxis de la investigación, me parece oportuno incorporar metodológicamente, medios, fuentes y objetos audio-visuales de las

²⁸ Que involucra reconocer posibles lectores y lectoras.

experiencias y creaciones de las mujeres en círculo; ello con el fin de aportar a la circulación de conocimientos y saberes; también, apostando por la reconciliación de las ciencias humanas con el arte, como la visión transdisciplinaria lo propone. Proponiendo una manera de hacer retórica etnográfica (Tyler, 1986), como un discurso que no sólo provenga de la ciencia, con énfasis en lo estético de las polifonías; y atendiendo a los postulados transdisciplinarios que reevalúan el rol de la intuición, del imaginario, de la sensibilidad y del cuerpo en la transmisión de los conocimientos. Así, hago uso de la tecnología para lograr evocar y compartir sabidurías, conocimientos, sentimientos, ontologías y éticas de manera efectiva y afectiva. En el texto veremos, algunos códigos QR²⁹ que al leerlos con un dispositivo móvil, nos conectarán con el material audiovisual relativo al texto.

El análisis, los datos y otras formalizaciones

De acuerdo con José Yuni (2005) la finalidad del análisis cualitativo es obtener una comprensión holística, integral y compleja de las situaciones sociales; es movimiento intelectual permanente que integra cuestiones epistemológicas, lógicas, procedimentales, con la materialidad discursiva de las situaciones observadas; el análisis de datos supone encontrar tramas de sentido que sostienen los textos obtenidos. Para estudiar los procesos de bienestar y sanación que las mujeres viven a partir de encarnar (*embodied*) prácticas, conocimientos y sensibilidades del cuerpo/ser femenino, dispuestos en los círculos de mujeres, he distinguido dos ejes analíticos: los círculos de mujeres y las mujeres en círculo. Estas dimensiones de análisis me permiten dar cuenta de los círculos de mujeres como espacio social de la experiencia individual y colectiva; y las mujeres como categoría identitaria me permite analizar las experiencias y los procesos de transformación corporal/personal.

Rodríguez, Gil y García (1999: 208) describen la categorización como una herramienta importante en el análisis de datos cualitativos porque hace posible clasificar conceptualmente las unidades que son cubiertas por un mismo tópico; así, cada categoría queda definida por un constructo mental. En mi proyecto de investigación, antes de salir a campo, contemplé estos dos ejes analíticos definidos por sus respectivas categorías y subcategorías; a partir de los datos

²⁹ Un código QR (del inglés *Quick Response code*, "código de respuesta rápida") es la evolución del código de barras. Es un módulo para almacenar información en una matriz de puntos o en un código de barras bidimensional. La matriz se lee en el dispositivo móvil por un lector específico (lector de QR) y de forma inmediata nos lleva a un enlace en internet. Es necesario bajar la aplicación del lector de códigos, para poderlo escanear desde el teléfono o tableta. En el buscador de la tienda de aplicaciones del móvil, se pone "QR scanner" para seleccionar alguna opción gratuita.

encontrados y también a partir del análisis de los mismos emergieron nuevas categorías y subcategorías. A continuación presento el cuadro de categorías de la información obtenida en campo.

CÍRCULOS DE MUJERES	
CATEGORÍAS	SUBCATEGORÍAS
Movimiento global eco-cultural femenino	Red de círculos
Ecofeminismos	Práctica activista
Ritual	Vara Contención Espacio
Altars	Objetos rituales
Rituales	Reapropiaciones de la tradición Ancestras Diosas Arquetipos Luna
Lo femenino	Energía femenina Femenino sagrado
Flujo de convivencias	Affidamento Sororidad
Sanación colectiva	Expresión Linaje
Cocreación	
Integración de la dualidad	Cambio individual Cambio colectivo

Tabla 2. Categorías de análisis de los círculos de mujeres.

MUJERES EN CÍRCULO			
	Prácticas	Vivencias	Conocimientos
Corporales/ Personales	Cuidado de sí Uso de la falda Espirituales	Resignificación Revialización Empoderamientos Bienestar	Holismo Sexualidad
Menstruales	Eco alternativas Siembra Rituales Arte Socialización	Resignificación Tiempo para sí Sentir consciente Placer Creatividad Espiritualidad	Toxicidad de productos femeninos Usos de la sangre Diagnóstico de salud
Cíclicas	Diagrama lunar Creaciones	Concientización Arquetipos Iniciación Ciclicidad encarnada	Corporal-hormonal Autoconocimiento No concepción Arquetipos Tierra-Lunar Menopausia
Terapéuticas	Herbolaria Huevos de piedras Meditaciones Visualizaciones	Disminución de padecimientos Placer Sanación	Medicina alternativa Gyn-ecología autogestiva Medicinas de la Tierra

Espirituales	Canto Rezo Temazcales Rituales Ceremonias Objetos	Espiritualidad cotidiana Ecofemeninas Plantas enteógenas Otras realidades	Disciplinas Tradiciones Diosas Arquetipos Sagrado femenino Sagrado masculino
Colectivas	Consumos Círculos Carpas Activismo Eventos Ecofeminismo	Empoderamientos Bienestar Convivencia Sanación Sororidad encarnada	Sororidad Affidamento Linajes femeninos

Tabla 3 Categorías de análisis mujeres en círculo.

Debido a mi estrategia metodológica, recogí gran diversidad de textos que, como plantea Patrice Keats (2009) estos pueden ser hablados, escritos, visuales, audiovisuales. La autora propone un análisis de texto múltiple para abordarlos. Así, los organizo por su naturaleza en la siguiente tabla:

Hablados	Escritos	Auditivos	Visuales	Audiovisuales
Entrevistas	Notas etnográficas	Entrevistas	Imágenes digitales	Entrevistas especialistas
Charlas	Notas autoetnográficas	Cantos	Dibujos digitalizados	Conferencias en línea
Talleres	Conversaciones web	Rituales	Fotografías: retrato, rituales, objetos, lugares, altares, momentos.	Videos en línea
	Artículos	Testimonios		Producciones de video
	Reflexiones	Talleres		
	Cancioneros	Canciones		
	Manuales			

Tabla 4. Tipos de textos etnográficos.

La información contenida en los diarios de campo (etnografía y autoetnografía), la etnografía virtual (artículos, escritos, reflexiones, recursos y creaciones artísticas), la etnografía audiovisual (audios, cantos, fotografía, videos), así como las entrevistas transcritas las organicé divididas en estos dos ejes: mujeres en círculo y círculos de mujeres. Para los diarios de campo y la etnografía virtual utilicé el software OneNote para su categorización, esto por su fácil vinculación con la red y la conservación estética de los contenidos de manera sencilla; para la categorización y análisis de los textos transcritos utilicé el software Atlas ti.

El desafío metodológico para Keats (2009) consiste en crear un proceso analítico a la luz de la complejidad y la diversidad de los textos y lograr una adecuada intertextualidad. Así, todos los textos obtenidos fueron analizados de manera general por las mismas categorías arriba dispuestas.

III. Capitulado

Este estudio se desarrolla en seis capítulos que abordan las diferentes dimensiones del análisis al fenómeno cultural/corporal que llevo a cabo. El primer capítulo de la tesis titulado “Sensibilidades y experiencias contemporáneas del cuerpo/ser femenino”, es una elaboración teórica y contextual. La primera parte está enfocada en plantear los contextos histórico-culturales desde donde emergen las prácticas discursivas del movimiento cultural/espiritual y de salud holística femenina. La segunda y tercera parte del capítulo es una aproximación y propuesta teórica que me permite abordar el problema de estudio de la tesis: las encarnaciones y transformaciones del cuerpo/ser femenino en lo individual, lo colectivo e interconectado.

En el segundo capítulo de la tesis, “Espiritualidades femeninas contemporáneas: los círculos de mujeres como lugar de apropiaciones y resistencias”, comienzo con un recuento genealógico de la historia del movimiento espiritual femenino/feminista a nivel global y cómo se configura en México y Guadalajara; describo el fenómeno de los círculos de mujeres y el movimiento de la conciencia femenina como una red a nivel global, para después describir cómo el fenómeno llega y germina en la ciudad de Guadalajara. Así mismo, planteo cómo el movimiento de espiritualidad femenina se desarrolla como una ola de resignificaciones femeninas y feministas en varios ámbitos académicos, culturales y espirituales. También expongo las acciones para convocar, socializar y compartir información de mujeres de diversos orígenes y edades, entretejidas con mujeres de “otros círculos”. Abordo cómo los círculos de mujeres son espacios para la elaboración de símbolos. Busco visibilizar la ética y estética del ritual que permiten rupturas y brechas entre lo que se cree y se sabe del cuerpo-vida y ofrece alternativas espirituales y posibilidades de otras maneras de ser mujer y estar en el mundo con un sentido espiritual y sagrado.

En un segundo momento de este capítulo, me adentro a las características de las reuniones femeninas, sus objetos y espacios rituales; doy cuenta de las diversas apropiaciones que las mujeres en círculo hacen de algunas prácticas rituales. Planteo cómo es que los círculos son fuente de flujos de convivencias entre mujeres para reconocerse y sanarse juntas en colectivo y analizo de qué manera el círculo puede ser encarnado en las mujeres, el círculo como un espacio vivido de contenidos y experiencias sensoriales, sensuales y estéticas, que da origen a un sentido de pertenencia, así como a comunidades afectivas. Conceptualizo los círculos de mujeres como

construcción espacial en la ciudad de Guadalajara, creación de espacios de sororidad y *affidamento*.

El tercer capítulo aborda las diferentes características de las mujeres que asisten a los círculos femeninos; describo los motivos y búsquedas personales para incorporarse a las reuniones y qué las mueve para participar en el colectivo. Detallo las prácticas discursivas y las experiencias relativas a “encarnar la feminidad” que circulan al interior de los círculo y en el movimiento de la espiritualidad femenina; mismas que reconocen como una sensibilidad y una actitud que les permite ser y estar de “otra” manera en su realidad. En este capítulo destaco las experiencias que las mujeres identifican como “empoderamientos” femeninos, diversidad de actitudes y capacidades que las mujeres retoman a partir del autoconocimiento y el autocuidado. Asimismo expongo las acciones que las mujeres realizan para la liberación de estructuras económicas y familiares que les permiten llevar a cabo la realización de sus deseos. Asimismo expongo los discursos y motivos que se enfocan en la vital importancia de “sembrar círculos de mujeres”, es decir, organizar y convocar a las mujeres para las reuniones de ritual y sanación.

El cuarto capítulo titulado “Cuerpo Holístico, Sano y Sagrado” está articulado por la discusión en torno a la (re)elaboración de corporalidades e identidades; de cómo los círculos de mujeres son fuente de entendimientos, de prácticas performativas, de sensibilidades y de relaciones y vínculos que posibilitan rupturas para la resignificación y el florecimiento del cuerpo/self en bienestar y salud. En este apartado describo el sistema de salud que guía los conocimientos y saberes sobre el cuerpo y la vida, muestro las concepciones holísticas -biofísicas, sensitivas, psico-emocionales, socioculturales, espirituales, ecológicas y cósmicas- y cómo su conocimiento y vivencia permiten resignificar y re-vitalizar al cuerpo femenino. También abordo las concepciones de la enfermedad como “mensajera” y aliada para el autoconocimiento. Refiero cómo las mujeres reconocen el cuerpo como fuente de poder, placer y sanación, así como de realización de sí misma en co-influencia de todo lo que le rodea.

El quinto capítulo de la tesis titulado “Resignificar y revitalizar al útero-corazón” es un acercamiento a las concepciones y sensibilidades que las mujeres en círculo están construyendo en relación al cuerpo/ser femenino, en específico al útero. Desde los *modos somáticos de atención* estudio las experiencias de interconexiones orgánicas, psíquicas, emocionales que las mujeres en círculo han hecho somáticamente conscientes para las transformaciones y sanaciones de las mujeres. Veremos cómo el útero adquiere relevancia orgánica, sensible y simbólica como centro femenino y los vínculos conscientes del/con el cuerpo/útero/corazón conforman las raíces

vitales para las maneras de ser y estar en el mundo. El capítulo se centra en dar cuenta cómo las concepciones/sensibilidades del útero, los ovarios, el vientre, el cuerpo femenino, se convierten en generadores de poder, autonomía y bienestar.

Por último, el capítulo sexto titulado “Menstruación y el poder de amar la sangre” hace referencia al autoconocimiento y empoderamiento que da el reconocer la sangre menstrual y la ciclicidad. En el capítulo se articulan de las comprensiones y narraciones de experiencias del tiempo no-lineal en las mujeres; de las dimensiones cíclicas temporales en relación con su vivencia cotidiana. Expongo cómo las mujeres encarnan los entendimientos y las experiencias del tiempo cíclico de la naturaleza de su cuerpo y de la vida, cómo hacen somáticamente consciente la ciclicidad y buscan vivir en armonía con ésta, encontrando bienestar y salud. Destaco cómo la posibilidad y la capacidad de dedicarse tiempo para el cuidado de sí y para el fortalecimiento espiritual se convierte en un estilo de vida. Este capítulo está reservado para hablar de la menstruación y las experiencias menstruales. Entretejo las reflexiones, prácticas y sensibilidades que tienen las mujeres en cuanto al menstruar y su relación con procesos subjetivos; el argumento se centra en desentrañar cómo las mujeres cambian y se transforman al reconocer su sangre lejos de la cultura menstrual hegemónica. En este apartado describo las ecoalternativas menstruales que las mujeres adoptan, como parte importante del proceso consciente y corporal de resignificar su sangre y la menstruación; así también analizo las experiencias y los estados menstruales transformadores y terapéuticos. Expongo las narrativas y las prácticas rituales en donde vinculan, contienen y describen la naturalidad del ciclo sexual/vital femenino, ciclo influenciado por las fases de la luna y el ciclo solar, experiencias vinculadas a los arquetipos femeninos y a procesos de sanación de sí, del linaje materno, sanación de la humanidad y de la Tierra. Dedico un apartado al ritual de la “siembra de luna”, como una práctica espiritual que permite rezar y honrar a la Tierra y a sí mismas. En el último apartado del capítulo desarrollo las concepciones alternativas a la menarquía y la menopausia que las mujeres en círculo y el movimiento de la espiritualidad femenina comparten; y muestro cómo el cambio en las prácticas y concepciones les permite vivir esta etapa en bienestar, cargada de simbolismos positivos y de experiencias de empoderamiento.

Veamos pues cómo plasmo esta tesis, en donde me fue preciso crearme un lenguaje que permitiera describir los vínculos que nos interconectan y poder transmitir las voces y experiencias de las mujeres que han resignificado y revitalizado su cuerpo/ser. Resultado de la experiencia propia de interconectarme a lo largo de estos cinco años de investigación.

CAPÍTULO 1

SENSIBILIDADES Y EXPERIENCIAS CONTEMPORÁNEAS DEL CUERPO/SER FEMENINO

Este primer capítulo de la tesis es una elaboración teórica y contextual a cerca de las reflexividades, experiencias y sensibilidades que las mujeres están encarnando dentro de los círculos de espiritualidad femenina. Es una aproximación a las propuestas teóricas que me permiten dibujar el problema de estudio de la tesis: las encarnaciones y transformaciones del cuerpo/ser femenino en lo individual, lo colectivo e interconectado. El primer apartado del capítulo, es una revisión a los contextos mito-históricos del cuerpo/ser femenino a gran escala: historias, imaginarios y experiencias para que ahora, mujeres en resistencia estén creando un movimiento femenino/feminista ecoespiritual centrado en el cuerpo y la vida.

La propuesta teórica busca llenar vacíos que el pensamiento (sólo) racional ha impuesto, divisiones y jerarquías que han disociado -conceptualmente- a la naturaleza/cultura. La propuesta se suma a los planteamientos femenino/feministas para entretelar las dimensiones que nos conforman, conexiones intra-intercorporales y cósmicas. En el último apartado de este primer capítulo, abordo los planteamientos teóricos de la práctica de transformarse a sí misma en el colectivo. Planteo el ritual como experiencia clave para resignificar y revitalizar experiencias del cuerpo/ser femenino, oportunidad para empoderarse en colectivo. El ritual como una poderosa manera de encarnar otras sensibilidades y otras historias femeninas.

1.1. De los contextos mitohistórico-corporales femeninos

Si nuestros hombres se quedaron con nuestra identidad y sexualidad,
el sistema médico se quedó con el resto.
Leonora Taboada

El cuerpo/ser femenino ha sido, sigue siendo y será el lugar desde donde la historia de las mujeres toma forma y se materializa. Académica y culturalmente, se recupera una época histórica

en la cual estaba ausente la opresión humana, periodo anterior a la escritura, en donde lo femenino arquetípico era valorado en balance con lo masculino. El término femenino forma parte de los arquetipos y mitologías de todas las culturas, y está representado en multitud de formas artísticas desde la prehistoria.

El término, el arquetipo y la vivencia del ser femenino, fue apropiado, desvirtuado y caricaturizado por el patriarcado, para lograr conseguir la manipulación necesaria con toda la política de sometimiento de un grupo por otro (Rich, 1983). Así, la universalidad de la subordinación femenina está cimentada en un pensamiento que trasciende las culturas y que presupone la inferioridad de las mujeres y lo femenino. Este pasado real e imaginario de lo femenino es eje central de las prácticas discursivas del movimiento cultural de espiritualidad femenina alternativa.

Observar la mito-historia del cuerpo/ser femenino a gran escala, nos permite reconocer historias, imaginarios y experiencias; situaciones simbólica y material de las mujeres en la historia del pueblo femenino. La historia y el mito, permite ver cómo la diferencia no siempre fue desigual y se devela cómo en el imaginario existen y están emergiendo otras formas de concebir y vivir lo femenino. Escudriñar en las narrativas de mujeres anteriores y contemporáneas, permite ver las acciones y resistencias de las mujeres en todos los rincones del planeta. La mito-historia nos da claves de lo Femenino, antes de ser subordinado, sacrificado, colonizado y abandonado en la era patriarcal.

1.1.1. El Patriarcado encarnado

Se reconoce que existió una etapa prehistórica anterior a la etapa del poder patriarcal. Algunas fuentes la sitúan entre la Edad de Piedra y los inicios de la Edad de Bronce, período caracterizado por la valoración de lo femenino como principio sagrado y el reconocimiento a la mujer como fuente de vida, responsables de la fertilidad, la agricultura, la artesanía, descubridoras de los ciclos lunares y las medicinas de la naturaleza y el cosmos, sacerdotisas, magas y diosas.

La transición de un mundo predominantemente ginolátrico a otro androlátrico se dio por etapas de transformación social-cultural, político-económica y psíquica-sexual. Se considera que el descubrimiento de la intervención del hombre en la concepción humana, se da en paralelo con el sometimiento de las deidades femeninas por las masculinas; mucho posterior es la aparición de la propiedad privada y su defensa violenta por medio de la guerra. En este proceso,

la conciencia/experiencia humana se transforma, la conciencia de interconexión se hace dual: los opuestos se excluyen y se jerarquizan para someter; domina “lo patriarcal a lo matriarcal, lo masculino a lo femenino, la conciencia grupal a la unitaria. Lo mental predomina sobre lo intuitivo, lo productivo sobre lo espontáneo, la acción hacia el exterior sobre la receptividad” (Fuentes, 2001:64). En este proceso de transformación cultural/corporal se dominó a las mujeres (género sexual) y se reprimieron los valores que representan al “género arquetípico femenino” (Withmon, 1984); características de hombre y mujeres, y aspectos simbólicos y sociales universales.

El biólogo chileno Humberto Maturana (1992, 1997) estudia el modo de vida humana en lo relativo al emocionar³⁰ y al lenguajear³¹, para poder entender las configuraciones culturales, los modos de vivir y convivir de los humanos a través del tiempo. Maturana encuentra tres grandes periodos históricos y los nombra: edad matrística, edad patriarcal, edad neomatrística.³² Para Maturana la edad patriarcal aparece con el comienzo del pastoreo y el cambio en el emocionar que implica la restricción del movimiento de otro ser; la procreación pasa a ser un valor³³ y no sólo la procreación del ganado, sino también de los y las hijas, la mujer pasa a ser una fuente de riqueza; la mujer pierde su autonomía sexual y su sexo pasa a ser propiedad de un patriarca (Maturana, 1992: 291). Este cambio social trajo consigo un cambio en la construcción social del placer, del dolor; la cosmovisión se revirtió para difamar lo que alguna vez se adoró: la naturaleza, el sexo, el placer y el poder sexual femenino creador y sustentador de la vida (Eisler, 1999: 23). Así, también, en las culturas anteriores al patriarcado, las mujeres tenían el control de su cuerpo, tenían el conocimiento femenino del embarazo, el aborto y la fecundidad que sobrevivió en Europa hasta el siglo XIII o XIV.

Durante los siglos XIII al XVI la iglesia y la inquisición persiguió y mató a las mujeres que practicaran la partería, la curación, la adivinación, se les enjuició como practicantes de brujería o herejía. Históricamente la bruja era la partera, la médica, la hechicera del pueblo (Federici, 2004). La caza de brujas fue un genocidio de mujeres³⁴ que se extendió por todo el

³⁰ Según Maturana el emocionar es el modo particular de convivir que define a cada cultura y precisa su accionar.

³¹ Para Maturana lo que nos constituye como seres humanos es nuestro modo particular de ser, que se configura en el conversar: el entrelazamiento del “lenguajear” y “emocionar”. Las redes de conversaciones constituyen a una cultura.

³² Para una crítica feminista del mito del antiguo matriarcado, véase Cynthia Eller (2000).

³³ En la edad matrística, se apreciaba la fecundidad sin adorar la reproducción. (Eisler, 1999).

³⁴ Los cálculos van desde un mínimo de cien mil hasta nueve millones de brujas. La verdad es, claramente, que nadie sabe exactamente cuántas personas murieron en las persecuciones. Muchas lo hicieron en la cárcel y

mundo³⁵. Las curadoras vivieron y murieron en la hoguera mucho antes de que la moderna ciencia médica apareciera; la represión de estas mujeres sanadoras marca una de las primeras etapas en la lucha de los hombres para eliminar a las mujeres de la práctica de la medicina, que tuvo como contrapartida la creación de una nueva profesión médica masculina, bajo la protección y patrocinio de las clases dominantes. Con la persecución y desplazamiento de la curandera de pueblo, se expropió a las mujeres de un patrimonio de saber empírico, saberes femeninos del uso de las hierbas y los remedios curativos, que habían sido transmitido de generación en generación; con este despojo, se posicionó un sistema médico/religioso para controlar y reprimir pretendiendo curar y sanar los males (Ehrenreich & English, 1973).

Carolyn Merchant en *The Death of Nature* (1980) plantea que el cambio de paradigma de la revolución científica de los siglos XVI y XVII fue la raíz de la sustitución de la cosmovisión orgánica de la naturaleza como femenina y viva. Como resultado de este paradigma mecanicista de la modernidad, emerge el individuo, y con ello la racionalización como medio de liberación; En esta época, también surgen las estructuras sociales para regular la acción individual, en concordancia con una ética-política de la organización social y económica. La estructura de pensamiento jerárquico-dicotómico sustentó las prácticas y concepciones del cuerpo y la vida como representaciones duales de cultura-naturaleza, mente-cuerpo, femenino-masculino.

Este paradigma de la modernidad desacreditó los saberes empíricos de las mujeres brujas y curanderas y dio pie para que practicantes masculinos se posicionara como especialistas médicos de la salud en general y la femenina en particular: la obstetricia y la ginecología. El sistema médico, desde sus inicios, hasta como hoy lo conocemos, está conformado por concepciones limitadas de la salud y la vida. La ciencia médica, está centrada en la enfermedad y el método “curativo” se sustenta en fármacos e intervenciones quirúrgicas. Las especialidades médicas de tratamiento a las mujeres, desde sus inicios, han estado profundamente sesgada por una visión masculina del cuerpo y la vida femenina, y se centra básicamente en las funciones reproductoras femeninas. La ginecología ha tratado de conocer y comprender los órganos reproductores y genitales femeninos, más que a las propias mujeres.

no fueron incluidas en las cuentas de los verdugos. Pero el efecto de las persecuciones en la psique de Europa, y especialmente en las mujeres, fue un trauma colectivo (Starhawk, 2012).

³⁵ Silvia Federici (2004) en su libro *El Calibán y la Bruja: Mujeres, cuerpo y acumulación originaria*, documenta las oleadas de persecución y quema de brujas en América, India, África, además de Europa.

Basta echar este vistazo a la historia para ver cómo la ciencia médica ha sido una herramienta poderosa de control de los cuerpos y la ginecología el medio autorizado para deslegitimar la naturaleza femenina. La especialidad ginecológica, desde sus inicios, carga con herencias religiosas, ideológicas y culturales que argumentan que el cuerpo femenino era débil y anormal, y la mujer estaba eternamente enferma. Las prácticas médicas corporales se fundamentaron en la noción de que el cuerpo femenino era inferior, cuerpo que era necesario dominar y controlar. Estas concepciones del cuerpo femenino, trascendieron la esfera médica para ser un discurso que ha producido representaciones y prácticas de lo femenino y de la identidad de las mujeres, que hasta nuestros días prevalece en la vida cotidiana. La ginecología, hasta la fecha no se ha podido despojar de estas concepciones reducidas y estigmatizadoras, mucho menos ha dejado de lado sus prácticas invasivas y violentas.³⁶

En este sistema médico/cultural, los procesos, experiencias y manifestaciones del cuerpo femenino son homogenizados, estigmatizados y regularizados. Procesos naturales y vitales como la menstruación, el embarazo, el parto, la lactancia, la menopausia y la vejez, son intervenidos médica y farmacológicamente. Mujeres de contextos urbanos y rurales encarnan -hacen cuerpo, experiencia y existencia- representaciones y discursos de este cuerpo femenino inscrito, cuerpo que es padecido y vivido en malestar: cuerpo que sufre dolor, cuerpo/emoción que es inestable, experiencias de debilidad, desventaja, de pérdida, de incapacidad, de enfermedad. Este cuerpo inestable, es un cuerpo cíclico que ha sido silenciado por tabús femeninos y menstruales. El discurso menstrual predominante es estigmatizador de lo que tenga que ver con las fases premenstrual y menstrual. Ahora y siempre la industria farmacéutica asocia la menstruación con malestar y la industria de la “higiene” femenina invisibiliza la sangre, y la equipara con vergüenza, por lo que la esconde con geles absorbentes y olores sintéticos. El tabú menstrual, manera hegemónica de no-nombrar la menstruación, no permite nombrar-vivir la complejidad y la completud del cuerpo/ser femenino cíclico, reproduciendo la ignorancia y la desconexión de las mujeres con su cuerpo y sus ciclos sexuales-vitales.

Los estudios feministas muestran cómo desde el siglo XIX y XX, los discursos de género procedentes de la sociedad conservadora y religiosa, normalizan las conductas y la intimidad de hombres y de mujeres;³⁷ los géneros han sido educados y normados bajo las formas “correctas”,

³⁶ En nombre de la salud se interviene quirúrgicamente de manera injustificada y se medicaliza la menstruación, la fertilidad, el embarazo, el parto, así como la menopausia.

³⁷ Michael Foucault (1975) proyecta cómo históricamente el ejercicio del poder moderno produce y reproduce cuerpos para las relaciones de dominación y subordinación; la dominación es sostenida por múltiples procesos que

“normales”, “adecuadas” (Reyes, 2008). El condicionamiento del cuerpo, fue una de las condiciones para el desarrollo capitalista (Federici, 2004). La dominación del cuerpo femenino tiene que ver con la escisión binaria y jerárquica; en dónde se asocia mujer/naturaleza para expropiar, explotar, oprimir, devaluar, y asociarla con un valor cultural negativo, argumento patriarcal para despojarla de su autonomía. El cuerpo femenino está social e históricamente colonizado; prácticas e historias de muerte, violencia, contención, control y cosificación que las mujeres colectivamente y de muy diversas maneras hemos interiorizado y vivido. Cuerpo femenino violentado por el sistema capitalista-patriarcal, realidad material-cotidiana desde donde las mujeres hemos sufrimos los feminicidios, las violencias extremas como los cuerpos-territorio de guerra y conquista, cuerpos violados, comercializados, esclavizados, reprimidos, cuerpos patologizados, medicalizados en su malestar naturalizado.

El cuerpo femenino es vergüenza o mercancía y producción de un sistema político-económico; el cuerpo femenino está silenciado para el consumo visual de los estereotipos de belleza. Es un “cuerpo dócil”, adormecido y muchas veces enfermo, al servicio de la industrialización y del consumo. Las mujeres habitamos un propio cuerpo tabú que desconoce sus lenguajes, cuerpo de conceptos ajenos. Es el cuerpo femenino colonizado, cuerpos violentados, cuerpos cedidos, cuerpos despojados de sus saberes, poderes y libertades; experiencias que desencarnan y desvinculan la conciencia somática del organismo femenino.

En este sentido, el sistema científico-médico es una de las fuerzas más representativas y operativas del sistema patriarcal; el aparato médico puede considerarse uno de “los principales sistemas de generación y mantenimiento de las desigualdades y discriminaciones para las mujeres en nuestra sociedad” (Esteban, 1996). Sin embargo, el sistema médico no se trata de una fuerza exógena a los individuos o las sociedades, sino que estos encarnan, producen y reproducen las ideologías construidas colectivamente y que conforman los “poderes” o “sistemas” que oprimen y controlan. Adrienne Rich (1983) señala que a partir de la pérdida de contacto con la fisicalidad de las mujeres en las sociedades patriarcales, ellas han experimentado su cuerpo, sus funciones y expresiones como inadecuadas. El rechazo de la biología femenina por las propias mujeres, es el reflejo del rechazo patriarcal a lo femenino y del pensamiento jerárquico y divisorio entre cultura-naturaleza. Margaret Archer (1988) argumenta que la cultura puede ser operativa y eficaz

regulan los más íntimos elementos de la construcción del espacio, del tiempo, de la expresión, del sentir, del pensar humano, así también la dominación está impregnada en las relaciones y la manera como nos vinculamos con el mundo.

sólo en cuanto incorporada por los individuos y los grupos, y en cuanto invertida en el flujo vivo de la acción social: las mujeres hemos encarnado al patriarcado.³⁸

1.1.2. Nueva Era del “despertar de lo femenino”

Estudios sociológicos, antropológicos, históricos y culturales muestran un movimiento cultural/espiritual que está transformando imaginarios, sensibilidades, creencias, prácticas y experiencias espirituales a nivel global (Morris, 2009). Desde la década de los ochenta, movimientos sociales y contraculturales como el pacifismo, el nuevo feminismo y el movimiento ecológico se reunieron bajo el gran espectro del movimiento cultural/espiritual denominado Nueva Era.

Marilyn Ferguson en su libro *La Conspiración de Acuario*³⁹(1981) documenta una red de sujetos y colectivos que poseen la conciencia de ser ciudadanos planetarios, Ferguson encuentra una red global de personas y grupos que han hecho surgir el cambio de conciencia para la transformación del planeta, “con su lucha en favor de la salud holística, de la ciencia creativa y de la psicología transpersonal”. El libro es considerado un clásico en el movimiento *new age* y un parteaguas en el movimiento cultural, para la autora los conspiradores buscan el poder para disgregarlo y se valen de estrategias pragmáticas, incluso científicas, con una perspectiva mística; los conspiradores son activistas que plantean cuestiones de muy diversa índole y que están desafiando al *establishment* desde su propio interior (1981).

Aunque el libro de Ferguson está estigmatizado dentro de los círculos académicos, es un referente que da cuenta cómo a principios de la década ochenta la conciencia alternativa se estaba expandiendo por todo el planeta con la ayuda de la comunicación global. Ahora, a casi cuarenta años de los inicios de la red del movimiento, en número creciente, se siguen conformando comunidades afectivas que buscan vivir experiencias de sentido y de colaboración por el cambio de la “conciencia planetaria” para revertir las crisis bio-sociales.⁴⁰ La dirección de este cambio de conciencia privilegia la autonomía, rechaza la autoridad, el poder, la obediencia y las

³⁸ Así se estructura el patriarcado, se encarna y se expresa en relaciones de subordinación sistémica, que ha afectado, violentado y matado a muchas mujeres en distintas sociedades y en distintos tiempos.

³⁹ *Best seller* mundial, traducido a siete idiomas con más de medio millón de ejemplares vendidos en EU.

⁴⁰ Joanna Macy documenta la transición de una sociedad decrecimiento industrial a una civilización que sustenta y celebra la vida, utiliza el concepto de el Gran Giro en sus obras *Coming back to life: The updated guide to the work that reconnects* (2014) *World as lover, world as self: Courage for global justice and ecological renewal* (2007). Adrián Villaseñor realiza una compilación de las experiencias del Gran Giro en Latinoamérica (2015).

organizaciones jerárquicas y burocráticas. Las prácticas de esta nueva conciencia pertenecen a un macromovimiento hacia la autonomía⁴¹ (Carozzi 1999:186).

El movimiento de la -nueva- conciencia humana, es una mezcla cambiante de imaginarios, prácticas y discursos asociados a una nueva Era en la historia de la humanidad.⁴² Este nuevo ciclo se anuncia como el fin de una era racional y materialista, asociado al dominio falocéntrico agresivo y represor; para dar paso a una era de intuición, creatividad y armonía planetaria y cósmica. La nueva Era supone una gran apertura a nuevas posibilidades para concebir y vivir la vida humana, “despertando” así características antes ocultas, reprimidas o desconocidas que han sido asociadas a lo femenino. El cambio de conciencia propuesto es una realidad para integrar capacidades psíquicas/emocionales y voluntades para la transformación planetaria.

Las mujeres tomaron un papel activo en estos movimientos contraculturales, puede verse un auge de ellas en el análisis y construcción de otras maneras de hacer vida política, vida social⁴³ y familiar. Las mujeres empezaron a retomar con más fuerza temas feministas y femeninos. En este ámbito, la nueva espiritualidad rechazó las jerarquías y los dogmatismos patriarcales.⁴⁴ Las mujeres empezaron a crear y revitalizar diversidad de espiritualidades femeninas-feministas.⁴⁵ A esta ola de resignificaciones femeninas y feministas, se le suman mujeres académicas, investigadoras y teóricas que buscan rastros del Principio Femenino y la Diosa en la historia psíquica y colectiva de la humanidad. Buscando construir una visión evolutiva que explica las transiciones de la era matrística (prepatriarcal), la era patriarcal para reconfigurar lo que hoy podría ser la era neomatrística en términos de Maturana. Los trabajos de la arqueóloga Marija

⁴¹ Autonomía social, en relación con las instituciones “occidentales”: familia, estado y religión; autonomía individual en el sentido psicológico y sensitivo, autonomía espiritual: creencias y experiencias del sí mismo. “cuanto más autónomo se es, más se depende del entorno” (Salvador Pániker en Ferguson, 1981).

⁴² El término Nueva Era tiene un origen astronómico con connotaciones astrológicas. La base astronómica explica los 12 ciclos de las constelaciones contenidos en el ciclo completo del equinoccio vernal que tarda 25,760 años en dar su vuelta completa alrededor de la eclíptica. En este sentido, la era de Piscis concuerda con el nacimiento de Cristo y estaríamos comenzando lo que sería la Nueva Era de Acuario. Sin embargo, no hay un consenso sobre el inicio exacto de la Nueva Era. Las fechas simbólicas se distienden desde finales de los sesenta hasta finales de los ochenta.

⁴³ Por ejemplo, en el estudio de Ferguson (1981), una tercera parte de los miembros fundadores de una organización médica holística eran mujeres, frente al porcentaje total de mujeres médicos en los Estados Unidos, que es del 8,3%; y agrega: “En estas organizaciones, los hombres no sólo se encuentran a gusto con el hecho de que las mujeres ocupen puestos directivos, sino que abiertamente fomentan en sí mismos cualidades yin, tales como capacidad de integración, de empatía, de reconciliación” (1981: 245).

⁴⁴ Véase Mary Daly (1973, 1978); Ivone Guebara (1994, 2000).

⁴⁵ Momento donde cobran auge las prácticas y creencias como del Neopaganismo, la Teología ecofeminista, espiritualidades ecofeministas.

Gimbutas, de la historiadora cultural Riane Eisler, la historiadora Merlin Stone y la antropóloga Margaret Murray, han puesto bajo la lupa los estilos de vida y los valores de las culturas prepatriarcales, en donde la divinidad del cuerpo y la naturaleza era la base de la vida humana.⁴⁶ Estas investigaciones feministas revaloran lo Femenino arquetípico y su divulgación ha sido dentro y a partir de las redes de la espiritualidad femenina/feminista.

Como parte del cambio de paradigma que plantea el movimiento cultural/espiritual de la Nueva Era para el despertar de la nueva conciencia, se plantea la “reconexión con el principio femenino”. Se contempla que es vital que lo femenino sea resignificado y revivido por todos los seres humanos como una necesidad evolutiva, se dice también que es un imperativo cósmico; equilibrio universal que mueve en ciclos naturales. También se contempla como un paso evolutivo de la vida humana, en donde es momento de que los valores femeninos, invisibilizados por las religiones patriarcales y por el sistema económico y social sean expresados; estos valores son intrínsecos del ser humano, tienen que ver con facultades humanas. Mientras lo masculino y la revolución patriarcal posibilitaron que emergiera a la conciencia un “yo” individual, ahora el despliegue de lo femenino permite a este “yo” individual conectar con su ser más vasto: su cuerpo, su alma y el espíritu universal, que reconoce su relación con la vida terrestre y cósmica (Colegrave, 1990).

La expresión “conciencia femenina”, que empezó a extenderse desde los años setenta, como una nueva manera de mirarnos a nosotras mismas(os), al mundo y como una nueva convergencia entre mujeres, podría parecer hoy una moda, pero hay quienes aseguran que la manifestación de la fuerza femenina es imprescindible para que el mundo empiece a manifestar el cambio ante las crisis sociales y ecológicas. Como sea, el siglo XXI está marcado por un momento en donde la resignificación de lo femenino está floreciendo de manera renovada y transpersonal.⁴⁷

⁴⁶ Existe un amplio espectro multidisciplinar al estudio del Principio Femenino en la historia de la humanidad. He elaborado un diagrama de las genealogías de los estudios multidisciplinarios (Ver Ilustración 3, en el capítulo 2).

⁴⁷ El documental *FEMME: Women Healing the World*, producido por Sharon Stone (2013), que junto con expertos en religión, ciencia, historia, política y entretenimiento, discuten soluciones a la crisis múltiple con un enfoque femenino y esperanzador. El documental muestra como mujeres alrededor del mundo están activamente transformando y curando la sociedad global.

1.1.3. Espiritualidades encarnadas femeninas

A finales del siglo pasado, cuando se unieron diferentes luchas políticas a las prácticas religiosas y espirituales, las mujeres crearon una nueva filosofía y dieron paso a un nuevo discurso para expresar una cosmovisión femenina/feminista. Los discursos, los símbolos, los mitos, las prácticas y las creencias de este nuevo paradigma convergen en lo que podría llamarse “la cultura de la Diosa”.⁴⁸ Este cambio de paradigma en la resignificación de lo femenino y el resurgimiento de lo sagrado femenino, surge como un nuevo ideal de vida para muchos grupos de mujeres en diferentes lugares del mundo; desde las feministas de la diferencia en Estados Unidos, las mujeres que profesan la religión neo-pagana en Europa, ecologistas de occidente, teólogas Sudamericanas, activistas por la recuperación de la herencia cultural indígena americana o africana, activistas por la recuperación del cuerpo femenino cíclico y sangrante.

La espiritualidad alternativa femenina han enfatizado aquello que minimizado en el paradigma dualista-patriarcal; el énfasis en lo que se le identifica como “femenino” ha implicado la aceptación de una extrema polarización, que implica, en muchos de los casos, una conceptualización estereotípica de lo femenino y lo masculino (Eller, 1995). Las características de la mujer asociada a los afectos, a la intuición, a ser emocional y receptiva, son tomadas como algo natural y no como culturalmente construido. Sin embargo, Anna Fedele y Kim Nibbe (2013) encuentran que los practicantes espirituales no quieren expresar un tipo masculino o femenino ideal y completo, sino que, siguiendo una versión popularizada de los principios de animus y anima derivados de la psicología junguiana, pretenden expresar su “lado femenino” como “masculino”. Como veremos en la tesis, las mujeres a través de sus prácticas espirituales, lograron, contactar aspectos de su lado femenino que prendieron a rechazar, así como también pudieron activar su lado masculino para hacerse cargo de su vida y llevar una vida auto orientada.

La espiritualidad femenina aporta referentes para cuestionar y desafiar los estereotipos de orden social y religioso, también, en muchos casos se reproducen estereotipos de género. Para el caso de la investigación, me centro en aquellas prácticas, discursos y reflexividades que permiten la libertad para re-construir los sistemas de creencias, los marcos interpretativos entorno a lo sagrado, al cuerpo, así como los márgenes de acción encaminados en la resignificación de lo femenino y la propia ritualidad.

En estas tres últimas décadas, este movimiento de espiritualidad femenina ha tomado fuerza e interconexión en Europa, América y Australia; cada vez más mujeres se ven atraídas por

⁴⁸ Concepto que engloba el más amplio espectro de espiritualidades femeninas.

buscar experiencias y conocimientos de aquello que tiene que ver con “lo femenino”. La espiritualidad femenina volteó a ver y sentir el propio cuerpo, a confiar en los sentimientos, a liberar la sexualidad y buscar los orgasmos; también, la práctica y la experiencia de la sororidad entre mujeres se presentó como una necesidad y un objetivo espiritual femenino. Además, la religión de la Diosa, les permitió a las mujeres utilizar símbolos propios femeninos como la sabia serpiente, el triángulo de la vulva, el cáliz del útero y la sangre menstrual como símbolos sagrados. Las mujeres también exaltan la necesidad vital de “reconectar -encarnar- la memoria ancestral -femenina-”.

Ahora se puede apreciar una red que entreteje diversidad de mujeres (y algunos hombres) creadoras y partícipes de un movimiento eco-cultural-espiritual femenino/feminista; en donde convergen simbologías y valores que influyen a mujeres -y hombres- a nivel mundial. Existe diversidad de producción cultural de este movimiento del “despertar de la conciencia femenina” o “femenino sagrado”. Se han escrito algunos textos académicos⁴⁹, libros de autoayuda⁵⁰ y *best sellers*⁵¹ enfocados a recuperar los mitos femeninos y difundir prácticas y discursos para la conciencia femenina desde el bienestar y la sanación holística; los textos pretenden ser una guía de acompañamiento para las transformaciones individuales y colectivas en las mujeres. En los últimos años ha estallado un interés por prácticas⁵² y productos⁵³ relacionados con la

⁴⁹ Estudios multidisciplinares desde epistemologías femeninas/feministas, a lo largo de la tesis hago referencia y cito algunos de estos estudios académicos realizados en Estados Unidos y Latinoamérica. En México es un tema emergente en las investigaciones académicas.

⁵⁰ Se ha estigmatizado los llamados “libros de autoayuda”, sin embargo, podemos encontrar libros sanadores y transformadores en la vida de cada mujer. Clarissa Pinkola Estés tiene un clásico de gran inspiración y sanación femenina a nivel global *Mujeres que corren con los lobos* (1992). La extensa obra de Jean Shinoda Bolen también es de gran influencia en América y Europa en la activación psíquica de la espiritualidad femenina, libros inspiradores que hablan de la labor colectiva: *El Millonésimo círculo* (2004) y *Mensaje urgente a las mujeres* (2006), *El nuevo movimiento mundial de las mujeres* (2014), también Bolen tiene otros muchos más libros sobre psicología profunda que develan claves para el florecimiento femenino: *Las diosas de cada mujer. Una nueva psicología femenina* (2002), *Las Brujas no se quejan: manual de sabiduría concentrada* (2004), entre otros. Así también el libro de Miranda Grey *Luna Roja: emplea los dones creativos, sexuales y espirituales del ciclo menstrual* (2010) es básico para encarnar la sabiduría cíclica. También, aunque con menor impacto en las mujeres de México, dentro de la basta y popular obra de Osho, contiene 3 libros específicos de lo femenino: *Una Nueva Visión Sobre la Liberación de la Mujer* (1991) *El Libro de la Mujer* (1999) *Conciencia femenina, experiencia femenina* (2014).

⁵¹ En México la obra de Antonio Velazco Piña *La mujer dormida debe dar a luz: el despertar de la conciencia* (1968); *Regina: 2 de Octubre no se Olvida* (1987) con más de 300 000 ejemplares vendidos para el 2005 (<http://archivo.eluniversal.com.mx/notas/299690.html>, consultado en junio 2015). El *best seller* *El código Da Vinci* (2003) de Dan Brown plantea la dimensión de lo femenino sagrado.

⁵² En los últimos años han aumentado la cantidad de mujeres (de grandes y medianas ciudades y pueblos cosmopolitas) que asisten a talleres, rituales, iniciaciones y círculos de mujeres con un centro espiritual.

⁵³ La espiritualidad femenina trae consigo símbolos que se han comercializado: las lunas, lechuzas, brujas, y demás arquetipos son parte también de una estética que se intercambia y vende en joyería, ropa, agendas, tatuajes, arte y objetos rituales. Un ejemplo mexicano es “Mawiluz” tienda especializada en artículos para la práctica wiccana. <http://www.mawiluz.com/>. Así también, se promocionan talleres y sanaciones relacionados con lo femenino, algunos con alto valor monetario.

espiritualidad femenina; estas experiencias han inspirado también, variedad de creaciones artísticas: producción audiovisual⁵⁴, radio por internet⁵⁵, arte digital, pintura⁵⁶, ilustración⁵⁷, música⁵⁸ expresan el poder sagrado/vital de lo femenino.

Jean Houston, psicóloga y escritora estadounidense explica que el movimiento del despertar femenino y del ascenso la Diosa es un fenómeno con grandes implicaciones para la cultura y para la conciencia:

Tal vez, el movimiento de las mujeres sea la manifestación externa de lo que está sucediendo a niveles profundos en el espacio-tiempo esencial, mítico y arquetípico. No podemos decir si el movimiento se ha desarrollado porque la crisis del mundo externo está llamando a un ascenso de la Diosa para restablecer el equilibrio de la naturaleza, o porque la liberación de las mujeres en una plena participación igualitaria está llamando a una liberación similar de su principio arquetípico, o incluso, porque ha llegado el tiempo de la Diosa en el ciclo cósmico de los acontecimientos. Pero todas las evidencias indican que está volviendo el Arquetipo Femenino (en Zweig, 1992: 21).

Las feministas que defienden una espiritualidad femenina, argumentan que ésta potencializa el papel de las mujeres fuera del ámbito y control patriarcal. En 1979 Carol Christ,

⁵⁴ La película *Las nieblas de Avalón* (2001) basada en el libro con el mismo nombre, muestra a historia desde el punto de vista femenino del lugar en donde nació la antigua religión de la Madre Diosa. La miniserie *The red tent* (2014) basada en la novela histórica de Anita Diamant que relata la vida de Diná la única hija mujer de Jacob, Diná narra su propia historia en lo que supone una evocación del mundo femenino en la época del Antiguo Testamento, en donde las tradiciones, las historias familiares y los conocimientos se perpetuaban de generación en generación por medio del linaje materno. *Changing of the Gods* (2016) <http://changingofthegods.com/the-movie/>

⁵⁵ Radio Arsayian Programa "Frecuencia Rubí" con Samari Luz.

⁵⁶ Isabel Bryna www.mariposagalactica.etsy.com Leah Marie Dorion www.leahdorion.ca/; Holly Sierra <http://www.hollysierra.com/>; Lindy Longhurst, artista australiana (<http://www.serpentmandalas.com/>).

⁵⁷ La artista y activista argentina Julia Larotonda (Juliario) (<http://brpalomailustrada.blogspot.mx/p/ilustracion.html>), y Loreto Contreras de origen chileno (<http://www.dibujosdeloreto.cl/>) han creado pinturas y ediciones ilustradas de conciencia femenina y empoderamientos.

⁵⁸ El proyecto musical Lulacruza tiene algunas canciones sobre los círculos de mujeres y lo femenino. Pachamanika compuso "Un Billón se levanta" para el Evento Un Billón Se Levanta 2013, el cual bajo el nombre *One Billion Rising* fue celebrado en 207 países con el objetivo de combatir la violencia hacia las mujeres. Rosa Saragoza y su álbum "A la luz de la risa de las mujeres" (2011). Gripo Rialengo tiene una cumbia del llamado a las mujeres, hijas de la Tierra. Camilo Urbano recompuso e interpretó la canción "Para que despierte la sacerdotisa" <https://soundcloud.com/cantosmedicina/la-sacerdotisa>; Paloma del Cerro y miss. Bolivia también la interpretan https://www.youtube.com/watch?v=y616EMPV_Ig&index=3&list=PLwML9URnbgA4FKU54sV9fvTFQ0kQ2hVVh. El rapero mexicano Lengualerta tiene varias canciones con discurso *new age* femenino: "Aurora", "Mujer", "Tonantzin" son algunas de ellas. Héctor Buitrago y Andrea Echeverri y Walka interpretan "Diosa Luna". Lengualerta canta "Mujer (tu poder)". Amparo Sánchez graba un álbum con la Abuela Margarita. La rapera Rebeca Lane tiene varias canciones con letras de inspiración ecofeminista. El proyecto Mujeres de Luna comparten en la plataforma de soundcloud cantos de tradición y letras de lo sagrado femenino.

teóloga escritora estadounidense,⁵⁹ publica el ensayo *Why Women Need the Goddess* que fue ampliamente reimpresso. Christ afirma que los símbolos espirituales tienen efectos políticos y psíquicos; y el símbolo de la Diosa es el reconocimiento de la legitimidad del poder femenino como benéfico e independiente. En el ensayo Christ propone cuatro motivos principales del regreso de la Diosa a la espiritualidad femenina: 1) el símbolo de la diosa significa la potencialización del poder femenino, poder creativo y benéfico; 2) la Diosa es la afirmación positiva y gozosa del cuerpo femenino y su naturaleza cíclica;⁶⁰ 3) es la afirmación positiva de la voluntad femenina, como energía para armonizar con la energía y voluntad de otros seres; 4) el símbolo de la Diosa es potenciador de los lazos entre las mujeres, expresado en la sororidad. Christ afirma que la espiritualidad femenina es una fuente de poder, en la medida que las mujeres descubren lo divino en su cuerpo/ser, y en colectivo.

Para las teólogas feministas latinoamericanas, el movimiento las invitó a revisar sus símbolos de lo sagrado y a pensar el mundo con otros esquemas mentales y con una nueva cosmología (Ress, 2010: 116). El cuerpo, la genitalidad y la sexualidad femenina cobran gran relevancia como *locus* teológico⁶¹ y espiritual; para ello es necesario deconstruir y volver a construir la experiencia de ser mujer, desde una mirada que sane la corporalidad femenina. Se busca la experiencia de una espiritualidad sanadora, un proceso de sanación colectivo como resultado del auto-conocimiento del cuerpo, ya que en el autoconocimiento profundo de sí misma empiezan los cambios más radicales y fundamentales en las vidas, y por ende en las estructuras socio-culturales.

Desde las raíces del movimiento de espiritualidad femenino/feminista la militancia y la acción política ha sido la base de acción de sus creencias espirituales;⁶² se ha practicado la militancia activa en el campo de la reivindicación de los derechos de las mujeres, los derechos humanos y la ecología. El movimiento de espiritualidad femenina y el culto a la Diosa a nivel global ha sido poco estudiado, hay algunos trabajos sobre todo de autoras estadounidense que

⁵⁹ Desde 1981 y hasta la fecha dirige el Instituto Ariadna para el estudio del mito y el ritual en Grecia; los programas se basan en crecimiento personal integrando cuerpo, mente y espíritu; exploran los mitos antiguos y contemporáneos que incluyen las peregrinaciones de los lugares sagrados de las diosas griegas Creta y Lesbos. <http://www.goddessariadne.org/>.

⁶⁰ Una gran diferencia de las religiones patriarcales que están desencarnadas y construidas desde las corporalidades masculinas.

⁶¹ Ress argumenta que la reflexión teológica ecofeminista, genera la búsqueda de relaciones de justicia desde la sexualidad / genitalidad femenina, que hasta hoy ha quedado fuera de la reflexión teológica patriarcal, producto de un silenciamiento colectivo (2010: 116).

⁶² Algunos círculos científicistas y feministas califican a este movimiento de espiritualidad femenina y de la Diosa, como esencialista y carente de militancia.

abordan el fenómeno desde distintas disciplinas como la Antropología,⁶³ la Sociología,⁶⁴ la Historia,⁶⁵ la Teología⁶⁶ y los estudios de la religión,⁶⁷ la Psicología⁶⁸ y los Estudios de la mujer⁶⁹, así también, hay estudios desde enfoques multidisciplinares⁷⁰ y periodísticos⁷¹. Los trabajos pioneros en el estudio de la Diosa generaron líneas de investigación y creación al respecto; los trabajos más racionalistas construyen la realidad histórica de la etapa primigenia de la humanidad a través de evidencias comprobables en disciplinas de las ciencias sociales e históricas.⁷² Otra corriente de estudios de la Diosa o del divino femenino nace en la psicología que estudia y analiza la psique de los arquetipos y su fuerza para la transformación individual y colectiva. Así también ha habido producción de conocimiento centrado en la experiencia femenina-feminista. Los hallazgos históricos de la Diosa, los mitos, las tradiciones, las prácticas y las experiencias se entremezclan y emerge un discurso peculiar, marginal y ahora masivo, discurso complejo y diverso que cada vez más mujeres -y hombres- siguen. Se considera, que las prácticas del culto a la Diosa son una amenaza a las religiones tradicionales, por la disposición de nuevos marcos de

⁶³ Sarah Pike (2001) hace un estudio sobre los festivales paganos en Estados Unidos. En Cataluña y Francia. Jone Salomonsen (2002) Realiza un gran estudio de la comunidad bruja contemporánea más famosa, *Reclaiming* fundada en 1979 en San Francisco, analizando las construcciones de identidades de género. Anna Fedele(2006) estudia las reinterpretaciones neopaganas de creencias, prácticas y rituales asociadas a María Magdalena con las resignificaciones del cuerpo y la sangre menstrual. En México Yanitsa Buendía (2014) en su tesis de maestría estudia el movimiento místico-religioso de las Reginas, Rosario Ramírez (2017) en su tesis doctoral estudia los discursos y concepciones de lo femenino en los círculos de mujeres.

⁶⁴ Brian Morris en un capítulo de su libro *Religión y antropología* (2009) estudia el neopaganismo en Europa Occidental y Norteamérica.

⁶⁵ Cynthia Eller (1995) en *Living in the Lap of the Goddess: The Feminist Spirituality Movement in America* hace una revisión histórica del movimiento en Norteamérica.

⁶⁶ Mary Daly (1968), Carol Christ, Mary Judith Riss han realizado una amplia producción el área de la Teología feminista y "Teología".

⁶⁷ Rosemary Radford Ruether (2006) en *Goddesses and the Divine Feminine: A Western Religious History* hace un minucioso estudio del imaginario del sagrado femenino en la cultura occidental. Angie Somonis (2012) en su tesis doctoral intitulada *La diosa un discurso en torno al poder de las mujeres*, revisa las aproximaciones de ensayo y narrativa en torno a lo divino femenino. En Brasil, Carolina Chizzolini (2006) en su tesis de posgrado estudia la espiritualidad ecofeminista en el colectivo chileno ConSpirando.

⁶⁸ Abigail Brenner (2007) en su libro *Women's Rites of Passage: How to Embrace Change and Celebrate Life*, hace un estudio de la importancia vital de los ritos de paso en la vida de las mujeres contemporáneas.

⁶⁹ Winnie Tomm (2010) *Bodied Mindfulness: Women's Spirits, Bodies and Places*, es una guía con perspectiva espiritual y ecosocial para la práctica y la teoría feminista.

⁷⁰ Wendy Griffin (2000) hace un estudio multidisciplinario titulado *Daughters of the Goddess: Studies of healing, identity and empowerment* y sugieren una significativa revisión social del lugar que tienen las experiencias de una espiritualidad encarnada de las "buscadoras espirituales" en Estados Unidos y Reino Unido. Otro acercamiento multidisciplinario es el trabajo de Cynthia Eller (1995) *Living in the Lap of the Goddess: The Feminist Spirituality Movement in America*. La antología de Charlene Spretnak, *The Politics of Women's Spirituality: Essays on the Rise of Spiritual Power within the Feminist Movement* (1982) es un acercamiento desde la historia cultural y las voces de mujeres de los primeros años del movimiento de espiritualidad femenina.

⁷¹ Margot Adler en su libro sobre paganismo titulado *Drawing Down the Moon: Witches, Druids, Goddess-Worshippers, and Other Pagans in America Today* (2006) publicó una mirada a las religiones basadas en la naturaleza y de los círculos neopaganos estadounidenses.

⁷² Campo en donde ha causado fuertes polémicas y han sido duramente cuestionado por modelos científicistas patriarcales.

sentido y por su manera de reconstruir el género y la posibilidad de crear una identidad femenina integrada, multifacética, poscristiana, postpatriarcal (Griffin, 2000: 16) y decolonialista. El discurso de la cultura de la Diosa reúne lo feminista, lo femenino, lo ecológico, lo indígena/ancestral, lo sagrado, lo revolucionario, lo psicoterapéutico y lo que transforma vidas, cosmovisiones y paradigmas.

Como veremos en el capítulo dos, el movimiento de la Diosa en todo el planeta es un caleidoscopio de prácticas rituales y cotidianas en donde se entrelaza la ancestralidad con lo contemporáneo, lo occidental con lo oriental, el presente con el futuro. Las manifestaciones de esta espiritualidad femenina, tiene diversos nombres⁷³ dependiendo de los lugares, las influencias y las mujeres que le dan vida a esta práctica filosófica, ecoespiritual y feminista. Cada vez más mujeres se sienten atraídas por estas prácticas, re/descubren y revitalizan su espiritualidad. En la práctica cotidiana, el cuerpo -femenino- es vital para una vida (espiritual) en bienestar y salud. La espiritualidad femenina, se suma a las espiritualidades sanadoras de auge global.

1.1.4. Modelo de salud femenino/feminista

Cuando las mujeres incorporamos la idea de un cuerpo enfermo y sin derecho al placer, encarnamos los mandatos de las instituciones del poder-saber, para construirnos como mujeres enfermas, llevando a cabo prácticas de (auto)medicalización, fundamentadas en concepciones de naturalización del malestar o patologización. Cuando las mujeres replanteamos los discursos del cuerpo femenino, participamos en los “juegos de verdad”, como diría Michael Foucault.⁷⁴ En el modelo de salud femenino/feminista, no se niegan la *doxa* biomédica, pero sí denuncian sus prácticas clínicas jerárquicas y violentas.⁷⁵ En la creación de este modelo, las mujeres se están apropiando de los conocimientos de la biología, la anatomía, la endocrinología; y en estos juegos de verdad, las mujeres muestran las consecuencias negativas culturales, biológicas y emocionales de continuar bajo el sistema biomédico; ofreciendo discursos alternativos y otras prácticas para la sanación y el bienestar holístico.

⁷³ Tradición neopagana, wicca, brujería feminista, driuismo, tradición nórdica, hijas de Gaia, ecofeminismo, teología femenina de la liberación.

⁷⁴ Para Foucault el ejercicio del poder es regulador de las relaciones sociales y se sustenta en un sistema de verdades legitimadas por el saber. Las tecnologías del poder funcionan al controlar y regular los cuerpos, al producir representaciones corporales y cuerpos dóciles, avalados y vigilados por las instituciones del saber médico, jurídico, psiquiátrico y pedagógico.

⁷⁵ Sistema de salud holístico de las medicinas alternativas y complementarias.

En el modelo de salud institucionalizado, la autoridad y el poder para sanar es externa - médico, medicamentos-, en tanto que en el modelo de salud holístico, se reconocen especialistas que guían y enseñan para re-conocer la autoridad y el poder interior. La autonomía corporal es vital para el bienestar y la (auto)sanación. Se contemplan al *self* como eje autónomo e interconectado para la acción reflexiva de los procesos de enfermedad-sanación. En este modelo alternativo de salud, la (auto)sanación es un proceso muy personal, requiere negarse a continuar con el malestar corporal y emocional causado por el silencio y la negación a los propios deseos. El modelo de salud holístico permite la conciencia/sensibilidad de interconexión entre pensamientos, creencias, salud y circunstancias de la vida, empodera al cuerpo/ser para vivir la capacidad transformarse en bienestar y salud.⁷⁶ Los discursos de la espiritualidad sanadora femenina comparten la visión y la actitud de que como mujeres no somos simplemente víctimas de nuestros cuerpos, tenemos la capacidad para sanar mental, emocional, espiritual y físicamente. En el contexto de la espiritualidad femenina, los procesos de autosanación se convierten en una forma de vida que las mujeres buscan y encarnan como manera de ser y estar.

Ante la necesidad colectiva y personal, mujeres en muchos lugares del planeta están creando y practicando un modelo de salud femenino-feminista integral.⁷⁷ A diferencia del modelo de salud institucionalizado, este modelo femenino-feminista integra los conocimientos de la biomedicina, con la medicina tradicional, ancestral, la medicina alternativa o complementaria, la psicología y los acompañamientos simbólico/emocionales. Integran saberes femeninos y ancestrales que tienen que ver con la salud y el bienestar integral, la felicidad y la satisfacción. En este campo, la salud no sólo se relaciona con el cuerpo físico, sino con un cuerpo holístico/espiritual, en interrelación con lo sociocultural y cósmico. El modelo se enfoca en el fenómeno de la causalidad de la enfermedad desde un marco conceptual holístico-emotivo

⁷⁶ Dentro del gran y heterogéneo movimiento global de las medicinas alternativas y complementarias, se encuentran experiencias y procesos de empoderamiento y una consiguiente (re)apropiación de la salud.

⁷⁷ El Colectivo de Mujeres de Boston para la salud de las mujeres, con el *best-seller* mundial *Nuestros cuerpos, nuestras vidas* y con 25 años del Movimiento Internacional por la Salud de las Mujeres. Las obras de la Dra. Christiane Northrup son referentes del trabajo para la prevención y el tratamiento de enfermedades femeninas, sus libros han sido traducidos a 24 idiomas; pionera en la integración de la biomedicina con la medicina alternativa. Northrup defiende la relación que existe entre la enfermedad y las emociones, a la vez que considera la enfermedad un catalizador hacia el crecimiento personal. El proyecto de la Dra. Ana María Fuentes con su centro de salud Artemisa ubicado en España y la publicación de múltiples artículos, libros y audiovisuales desde una perspectiva holística para el tratamiento de la salud integral femenina. En Sudamérica el proyecto chileno de Pabla Pérez San Martín con la publicación de manuales, libro y talleres sobre Ginecología Natural y Prácticas de autogestión de la salud. En la ciudad de Morelia, Michoacán, el colectivo *Vulva Sapiens* conformado por investigadoras feministas sobre la salud femenina, la ginecología autogestiva, la apropiación y construcción del cuerpo y su dimensión política, realizan talleres y publican contenido en la red. Estos son algunos ejemplos de propuestas y difusiones del modelo de salud femenino-feminista y autogestivo.

opuesto al físico-racional, orientación básica de la biomedicina. Los trastornos, los desajustes y malestares son lenguajes de desequilibrios en la compleja ecología femenina; son señales de que algo es necesario modificar en los estilos de vida de las mujeres. Para Ma. de Jesús Balbás (2001) médica-ginecóloga homeópata, la salud es reconciliar al ser humano con él mismo y con el medio en donde se encuentra, encontrar la salud es regresar al orden y la coherencia interdependiente.

Las epistemologías que guían estos conocimientos para la salud y el bienestar requieren de la percepción, la intuición y la experiencia, en donde se integra lo orgánico, lo psíquico y lo espiritual en interacción permanente con lo social y familiar, respetando las diferencias biológicas, psíquicas y sociales entre los hombres y las mujeres. Ante las historias corporales-vitales femeninas de represión y silencio, hay una nueva conciencia orgánica que apenas estamos descubriendo; Adrienne Rich (1983) la nombra como una “nueva geografía psíquica” para ser explorada. De ahí, que es vital regresarle al cuerpo su materialidad, su carnalidad, y resignificar/revitalizar el cuerpo/ser femenino, para visualizar y vivir una experiencia -completa, no fragmentada- de ser mujeres; recuperar el cuerpo y la genitalidad femenina, como eje práctico y político para retejer las concepciones y sensibilidades con el derecho al placer, derecho a la experiencia espiritual del cuerpo, derecho al bienestar y a la salud.

Como veremos en el capítulo cuatro, en este sistema de salud se parte de un nivel de autoconocimiento profundo para concebir los propios conceptos y resituar al cuerpo/mujer ante la propia experiencia, y parir así, una mirada sanadora sobre el propio cuerpo y la vida, ello está siendo posible en colectividad. Los flujos de convivencia que se están conformando en torno al tema de la salud holística femenina, tienen una fuerte carga emocional y vinculante, que crea comunidades afectivas y de sentido. La noción y la experiencia de los procesos de sanación en estas comunidades está entretejida con la visión holística y espiritual; en donde las concepciones del cuerpo/ser son naturalmente sanas y sagradas y son en co-influencia con todos los seres, la naturaleza y el cosmos. Las mujeres están cocreando una espiritualidad sanadora, como proceso de sanación individual y colectiva. En este sentido, el concepto de sanación, (que abordo a detalle en el capítulo cuatro) tiene que ver con la traducción del término en inglés *healing*, como un proceso natural de sanar que todas (os) podemos vivir.

Así, nos encontramos en un momento histórico en donde la fluidez de la información en las redes digitales permite que cada vez más mujeres tomemos conciencia y hablemos del cuerpo, del malestar o bienestar que habita y cómo la cultura ha silenciado aquello que no es

erótico, sexual y objeto de consumo.⁷⁸ Mujeres de diversos lugares están dando a luz una nueva visión de la salud, del bienestar, proponiendo otras maneras de ser mujer.

1.2. Propuesta para resarcir la dicotomía naturaleza-cultura

Recuperarse de la división mente/cuerpo significa aprender a vivir plenamente desde el interior, en una cultura que suele negar este modo de ser en el mundo.

Christine Northrup

Seguimos analizando todo este cambio de fase con una lógica de ordenador, cuantitativa, estadística, de identidad-exclusión, de uno-cero; con una razón abstracta de grandes número y grandes despista, con una razón fragmentada incapaz de pensar la interrelación, el sentido, el cambio cualitativo y microscópico.

Victoria Sendón

La naturaleza es parte de la condición humana; los dualismos jerárquicos son constructos culturales; como seres de la modernidad estamos disociados de nuestra corporalidad y de la naturaleza. Las Ciencias Sociales ayudan a deconstruir los valores depositados en las divisiones, para comprender y confrontar las relaciones de poder y explotación; desde la disciplina antropológica y la fenomenología cultural, es vital resarcir las divisiones y re-conocer los vínculos que nos conforman, relaciones culturales y sociales que llevamos en el cuerpo, hilvanando las implicaciones del cuerpo biofísico de los seres humanos en la producción de procesos culturales y sociales. Marta Lamas (2006) señala que es necesario una teorización del complejo enlace entre lo cultural, lo biológico y lo psíquico para entender las posiciones diferenciadas en el orden cultural y político; y argumenta que los conceptos de *habitus* y *embodiment* son de utilidad para el análisis de los sistemas de género, y para poder reconocer la diferencia sexual despojándola de las connotaciones deterministas.

La enfermedad generalizada y la crisis ecosocial⁷⁹ nos exige una nueva perspectiva para pensar la corporalidad, la subjetividad, lo social y lo ético. Se trata de buscar/encontrar nuevas

⁷⁸ En los últimos años ha crecido un movimiento femenino del cuidado de la salud, que critica la industria de la biomedicina. El movimiento de salud femenina se ha focalizado sobre la ginecología y la obstetricia, los riesgos de los métodos anticonceptivos, el aborto, la demanda de poder de decisión sobre su cuerpo. Las activistas del movimiento han establecido conexiones políticas entre el conocimiento y autonomía del cuerpo y la toma de poder más general por parte de las mujeres. Este movimiento tiene sus raíces a finales de los sesenta y principios de los setenta, con El Colectivo de las Mujeres de Boston en Estados Unidos y su libro clásico feminista *Our Bodies, Ourselves* (1971), el libro está traducido a 29 idiomas. Ahora el movimiento por la salud femenina se ha diversificado y está siendo global gracias a los medios digitales.

⁷⁹ La crisis ecosocial es una crisis global que proviene de las dos principales irracionalidades que hoy padece el mundo contemporáneo: la dilapidación de la naturaleza (crisis ecológica) y la explotación y marginación de miles de

maneras de sentirnos y vernos como parte de un entramado vital en donde la interconexión es parte de la inmanencia de la vida; se trata de ver cómo nos conforma y nos transforma este entramado natural/cultural. Para ello, se requiere ampliar nuestra mirada del estudio del cuerpo/ser, para incluir todo aquello que nos conforma y nos transforma, además de las cuestiones sociales y culturales que se viven en el propio cuerpo. Denise Najamaninovich (2008) plantea que el pensamiento complejo permite forjar un marco conceptual completamente distinto que permita concebir sistemas multidimensionales nacidos en una dinámica relacional y que nos llevan a pensar(nos) y a construir mundos de sentido muy diferentes a las que surgen de los modelos de pensamiento basados en oposiciones binarias.

En la presente tesis pretendo iluminar los finos vínculos bioculturales y cósmicos que se retejen en el proceso de enculturación del movimiento de espiritualidad alternativa, en donde el cuerpo femenino es principio existencial de lo compartido entre mujeres, desde la compleja diversidad. Me parece relevante integrar al análisis social, el estudio del cuerpo/ser en interrelación con la esfera natural, cómo es que la naturaleza influye nuestra manera de estar y ser, cómo afecta nuestra subjetividad. Virar la mirada esencialista y determinista para situar a las mujeres en su experiencia encarnada y preguntarnos ¿Cómo están viviendo las mujeres su cuerpo desde marcos interpretativos alternativos a los hegemónicos? ¿Qué materialidad corporal están construyendo, definiendo y sintiendo las mujeres en círculo? ¿Cómo las mujeres están viviendo intersubjetivamente y en colectivo la encarnación de elementos significados y significativos de la esfera natural y cósmica? ¿Qué transformaciones personales y políticas se configuran cuando diversas mujeres encarnan prácticas que las “reconecta” con su corporalidad? ¿Cuáles sensibilidades revitalizan como práctica de bienestar, sanación y poder?

La propuesta teórica-metodológica se nutre de tres ejes, el paradigma del *embodiment*, los planteamientos eco-feministas y el pensamiento complejo.

1.2.1. Paradigma del *embodiment*

El estudio del cuerpo resurge en la teoría social en la década de los noventa, para la sociología y la antropología el cuerpo es entendido como estructura y acción. Los trabajos de Bryan Turner,

millones de seres humanos (crisis social) (Toledo, 2003). La crisis ecosocial radica en la conjunción entre ciencia moderna y desarrollo capitalista; por lo que este paradigma no ofrece soluciones (Shiva, 1995).

Judith Butler, Chris Shilling, han dado visiones renovadas a las obras de Norbert Elias, Marcel Mauss y Michael Foucault. El marco analítico del *embodiment* propuesto por Thomas Csordas, busca la discusión de las nociones dualistas planteadas históricamente en las distintas filosofías, ciencias y paradigmas teóricos que escinden las concepciones cuerpo-mente, así como las diadas naturaleza-cultura, sujeto-objeto, objetivo-subjetivo. En este paradigma, el cuerpo es el terreno existencial de la cultura y el *self* (Csordas, 1994).

Csordas construye el concepto de *embodiment* combinando la fenomenología de la percepción de Merleau Ponty y la teoría de la práctica de Pierre Bourdieu; ambos reconocen al cuerpo como una entidad en donde converge lo social, lo individual y lo existencial, el “estar-en-el-mundo” merleauPontiano que describe la esencia de la inmediatez existencial (Csordas, 1994: 10); de Bourdieu, Csordas retoma cómo el campo social da las pautas para las formas de interacción y de experiencia de los individuos, y proporciona formas y parámetros de percepción, pensamiento y acción: *ethos*, *hexis* y *eidós*.⁸⁰ El *habitus* puede entenderse como lo social hecho cuerpo; ya que las disposiciones que lo constituyen se encuentran inscriptas en el cuerpo. Sabrina Mora (2010) explica la relación entre *habitus* y *embodiment* para dejar de pensar en mente y cuerpo, y acción y estructura como categorías separadas, por el hecho de que los cuerpos expresan el *habitus* del campo en que están situados. El *habitus* es una estructura encarnada, que se ha internalizado y hecho cuerpo de modo duradero (Mora; 2010). Para Csordas (1992) la experiencia es el resultado de la interacción de estructuras sociales y categorías culturales, con los procesos somáticos y psicológicos. La experiencia de bienestar o malestar emerge del vínculo sociosomático, sistema de símbolos y cuerpo; este vínculo posibilita que la percepción sea moldeada, definida y expandida por los sentidos culturales. Los planteamientos de Csordas, integran la experiencia corporal y las prácticas sociales; la encarnación, la experiencia del cuerpo y sus prácticas como manera de ser/estar-en-el-mundo. El cuerpo es la existencia del sujeto, es ahí desde donde se relaciona, crea su realidad y se recrea a sí mismo/a.

A partir del *embodiment* como campo teórico-metodológico, propongo analizar los *modos somáticos de atención* para estudiar el fenómeno cultural/corporal de las transformaciones y sanaciones de las mujeres en círculo, como un acto personal y colectivo. Thomas Csordas propone cómo los procesos de poner atención y de objetivar al cuerpo son modos culturalmente

⁸⁰ Bourdieu lo conceptualiza como *habitus*, que es el principio de interiorización de las estructuras sociales que genera y unifica las prácticas; el *habitus* es la expresión de lo objetivo: la posición en la estructura social, y lo subjetivo: la interiorización de ese mundo objetivo (Bourdieu, 1988).

elaborados, y la manera de poner atención a y con el propio cuerpo, incluye la presencia corporizada de los otros (Csordas en Citro, 2011: 87). El proceso del *embodiment* tiene que ver con la sensibilidad como parte básica de la noción de *self*; Csordas, propone el análisis fenomenológico merleauPontiano de la percepción que comienza en el cuerpo y, a través del pensamiento reflexivo, termina en los objetos. En el nivel de percepción no hay distinción sujeto/objeto, es la manera de estar en el mundo; Merleau Ponty propuso empezar el análisis en el acto preobjetivo de percepción. Thomas Csordas (1993) complementa esta mirada fenomenológica con el interés del cuerpo socialmente construido propuesto por Bourdieu, como el sustrato de la vida colectiva y centrado en la práctica; los planteamientos de Csordas logran así definir la dialéctica entre la conciencia perceptual y la práctica colectiva. La sensibilidad es la parte básica de la noción del *self*; experiencia primordial preobjetiva; sin dualidad cuerpo/mente, se objetiva en la práctica reflexiva por medio de un *modo somático de atención* particularmente culturizado. El cómo se produzca y se agencie el estar-en-el-mundo como experiencia vivida, existencial, dependerá de las diversas formas de intersubjetividad, como un proceso permanente e indeterminado.

En suma, Csordas (1990) propone iniciar el análisis del *embodiment* desde lo preobjetivo, en la percepción de los *modos somáticos de atención*; es decir, la percepción de la realidad del y con la experiencia del cuerpo, en donde el *self* tiene la capacidad de orientarse en el mundo de manera reflexiva e intersubjetiva. La conciencia y objetivación del *self* como persona o como identidad(es) cultural(es) tiene que ver con la relación dialéctica entre la persona y el mundo. En este proceso, la agencia está situada en la conciencia encarnada, en la proyección del *habitus* y la intencionalidad del cuerpo. Así, en los procesos de enculturación corporal y reconfiguración de *habitus*, el *self* se objetiva, se define y se materializa en la reflexividad y la intersubjetividad.

Las experiencias nos conforman, los procesos reflexivos nos revelan otras posibilidades, los conocimientos y saberes nos transforman, las acciones y voluntades nos vinculan y trastocan. Desde la perspectiva del *embodiment* se contempla lo corporal como campo de la cultura, como proceso material de interacción social (Csordas, 1994); el actor social es un agente encarnado, desde el cuerpo recupera la dimensión reflexiva, intencional, activa, intersubjetiva y relacional. Así, el cuerpo adquieren movimiento intra e intersubjetivo, capacidad de reflexión y acción, como una manera de construirse a sí mismo y a su realidad. El cuerpo, o mejor sea dicho, la reflexividad encarnada es ahora, pieza clave de reconfiguraciones para de la transformación biocultural. El estudio del cuerpo, es piedra angular para visibilizar y comprender las

transformaciones sociales, considerar los actores/as sociales como agentes, impulsores de cambios personales y colectivos. Mari Luz Esteban señala que desde este paradigma, el cuerpo es objeto de estudio priorizado y un manera...

“... diferente y alternativa de acceder al análisis de la existencia humana y cultural, de las relaciones entre sujetos, cuerpo y sociedad, entre naturaleza y cultura, ente lo orgánico y cultural, de la constitución pero también de la fragmentación del sujeto.” (Esteban, 2013: 28).

El *embodiment* como paradigma, articula las dimensiones sociales y culturales con lo somático y psicológico. En castellano no existe un consenso sobre cómo traducir el concepto de *embodiment*; se ha traducido como corporización o encarnación, en mi caso he decidido utilizar el adjetivo encarnado/a y el sustantivo encarnación, haciendo caso a la propuesta de García Selgas (1994) por la reapropiación y secularización del concepto.

1.2.2. La cuerpo feminista

Si no eres dueña de tu cuerpo ¿de qué eres dueña?
Graciela Hierro

Seguimos creyendo apasionadamente en que desde la micropolítica, desde nuestros afectos, subjetividades y nuestros múltiples feminismos, se generan las grandes revoluciones, que nuestras cuerpos-ideas descolonizadas, pensadas por nosotrxs mismxs, son la dinamita que explota y desequilibra el patriarcado, el machismo, el racismo, el colonialismo, el capitalismo, todas las opresiones que no dejan fluir la alegría y la rebeldía.
III Fanzine AL BORDE

Escuchar nuestra cuerpo, reconocer en qué lugares se ubican las emociones, entender que nos enferma el miedo, la tristeza, la indignación, es uno de los ejercicios más importantes para aprender a hacer posibles los activismos sin que nos cueste la vida, la tranquilidad y la salud.
Mujeres al borde

La teoría social y sobre todo los feminismos de la igualdad han dejado de lado la biología y la materialidad del cuerpo, para centrarse en el cuerpo político, un cuerpo reproductivo y sexual. Los resultados han sido la separación entre sexualidad y reproducción, así como la legitimación del derecho de las mujeres a decidir. Lo que fue rechazado desde el principio fue el determinismo biológico, de que la anatomía es destino, lo que dio origen a la *somatofobia* entre los feminismos ilustrados (Grosz, 1994). Por esto, el estudio de la corporalidad femenina se ha relacionado con identidades esencialistas -basadas en términos de reproducción, maternidad y cuidados-; cuerpo

estigmatizado por la idea de limitación para la igualdad. Como sabemos, las representaciones culturales del cuerpo femenino, afectan la experiencia biofísica, la sensopercepción, la construcción subjetiva y la experiencia de ser mujer, que a su vez reinciden en la construcción social del cuerpo femenino. Es preciso escudriñar donde se entrelaza la cultura, las subjetividades y corporalidades para reconocer las diferencias y las diversidades.

Simone de Beauvoir (1949) reconoce una diferencia histórica anclada en el cuerpo vivido; Marcela Lagarde (2014: 464) afirma que se trata de cuerpos vividos por mujeres a lo largo y ancho de las dimensiones históricas. No se trata de cuerpos biológicos, que están en la base del naturalismo, sino de cuerpos en movimiento, cuerpos construidos por las relaciones dialécticas entre biología (sexo), sociedad y cultura, cuyo producto es el género. Diana Fess (1989) propone que no todo debate corporal y biológico tiene que ser esencialista: se puede hablar del cuerpo como materia sin presuponer que la materia tiene una esencia; para ella la cuestión es teorizar lo social en relación a lo natural. Lo corporal tiene que ver con lo que hacemos como seres humanos para expresarnos como seres biológicos (Maturana, 1997: xii). Desde los feminismos de la diferencia y los ecofeminismos, se rescata el cuerpo femenino biofísico⁸¹ como una experiencia original de las mujeres, donde se tiene la posibilidad de realizar una potencia, libertad y autonomía, (Irigaray, 1993; Bordo, 1993; Grosz, 1994; Mellor 1996a). Las autoras liberan la diferencia para re entenderla como enriquecedora e irreductible; la “diferencia” corresponde en ver y exaltar las diversidades y heterogeneidades de las propias mujeres: edad, clase, etnia, religión, identidades sexuales. Para Rosi Braidotti (2000) el cuerpo es la base de la subjetividad y señala que la revisión feminista de la diferencia sexual⁸² debe fijar su atención en la importancia política del deseo y su papel en la construcción del sujeto;⁸³ éste es sexuado, está encarnado, y uno de sus principales campos de operación es la diferencia sexual. Olaya Fernández (2012) bosqueja una visión caleidoscópica del cuerpo en la que confluyen lo económico, lo político y lo personal, la experiencia privada y el sentimiento de pertenencia a una colectividad, la racionalidad y la afectividad, lo biológico y lo cultural. Todas esas variables se superponen y entremezclan de un modo no reduccionista, sin llegar a perder su especificidad.

⁸¹ Victoria Sendón, contempla el género como como imperativo del código genético en el que se amalgama información e instinto (1994: 26).

⁸² El “materialismo corporeizado”, según esta revisión feminista al cuerpo, es la estructura corporizada del sujeto diferenciada física y sexualmente, como punto de interacción entre lo físico, lo simbólico y lo social.

⁸³ Rosi Braidotti (2000) habla del “sujeto femenino feminista”, la diferencia sexual como proyecto político.

Entonces, la diferencia sexual es una identificación de las mujeres que ha sido históricamente negativa; el debate crítico sobre la cuestión de la corporalidad humana -y femenina- es necesario para desentrañar los mecanismos patriarcales y capitalistas que han invisibilizado y violentado la diferencia material del cuerpo femenino (y que perpetúan las dualidades). También, el término femenino, ha sido secuestrado por el lenguaje masculino a lo largo de la historia y para liberarlo, se necesita recuperar significados y construir vivencias en torno al propio análisis, percepción y sensibilidad femenina. Desde esta perspectiva, es preciso entretejer lo feminista y femenino, Adrienne Rich (1983) hace una reflexión en donde integra los términos feminista y femenino en este sentido:

Soy feminista porque me siento física y psíquicamente en peligro en esta sociedad, y porque creo que el movimiento de las mujeres está diciendo que hemos llegado al filo de la historia si los hombres -en tanto personificaciones de la idea patriarcal- se han vuelto peligrosos para los niños y para otras cosas vivientes, incluso para ellos mismos; y que nosotras no podemos afrontar por más tiempo el mantener el principio femenino encerrado. (Rich, 1983).

Entretejer las dimensiones biofísicas/culturales resulta fundamental para visibilizar los procesos de resistencia/sanación, como respuesta a las violencias e imposiciones corporales de la historia del pueblo femenino. El estudio del cuerpo y la vida conlleva el entretejido complejo de estos y más elementos, que aporte un enfoque y una posibilidad para la construcción y encarnación de identidades femeninas/feministas. Es necesario reapropiarse de la compleja diferencia para dar cabida a otras resignificaciones. Desde esta perspectiva, el cuerpo femenino es el lugar de encarnación desde dónde se vive una realidad, es el lugar desde donde emerge la capacidad de actuar y transformar(se), el cuerpo es la materia vital para ejercer prácticas de liberación y libertad.

Actualmente, colectivos feministas en Latinoamérica como práctica subversiva han feminizado la palabra cuerpo para hablar de *la cuerpa*. Tanto en redes sociales como al interior de los colectivos, se habla de la importancia de reapropiarse del lenguaje para identificarse con la propia cuerpa y cambiar los imaginarios de una lingüística androcéntrica. La cuerpa es la materialidad y subjetividad femenina.

Así también como la cuerpa se considera en los círculos de conciencia feminista, el arquetipo de la “Mujer salvaje” se contempla en los discursos y prácticas del movimiento de

espiritualidad femenina. Clarissa Pinkola psicoanalista junguiana, en su libro clásico para el movimiento *Mujeres que corren con los lobos* nombra la Mujer salvaje como la representación de la esencia femenina instintiva, fuente poderosa de buenos instintos, creatividad apasionada y de sabiduría eterna (1995). La espiritualidad femenina busca la conexión con esta esencia femenina por naturaleza emancipada, no colonizada.

A través de una intensa alteración de la conciencia -meditación, danza, escritura, pintura, oración, canto...- emerge la mujer antigua, *la que sabe*, el yo profundo, salvaje, lugar donde se mezclan y potencializan la mente y el instinto. El despliegue de experiencias con lo femenino salvaje, permite al “yo” individual conectar con su ser más vasto: su cuerpo, su alma, el espíritu universal, que reconoce la interconexión con la vida terrestre y cósmica.

Andre Lorde (1978) reconoce esta fuerza instintiva como poder erótico, recurso femenino y espiritual, fuente de poder e información para la vida. Lorde, definió lo erótico de la siguiente manera:

Quando hablo de lo erótico, hablo de ello como afirmación de la fuerza vital de las mujeres, de la energía creativa llena de poder, del conocimiento y de su uso que las mujeres de hoy en día estamos reclamando ahora en nuestra danza particular, en nuestro amor, en nuestro trabajo, en nuestras Vidas (1978).

La sociedad patriarcal ha suprimido lo erótico de nuestras vidas, desencarnándonos de esta conciencia reflexiva. La erótica es vivencia rica y profunda de bienestar, de satisfacción, de certeza que aspira a conectar con este poder. Las prácticas cotidianas y rituales de la espiritualidad femenina buscan, reconectar con esa mujer salvaje, mujer erótica, sabia, mujer medicina -que todas llevamos dentro-. Las prácticas colectivas de emancipación corporal femenino/feminista buscan el empoderamiento que se encarna en las reapropiaciones corporales. Como veremos en el extenso de la tesis, las mujeres en este contexto buscan redescubrir y revitalizar los dones del cuerpo/ser, reconectar y gozar de la ciclicidad, reconocer y vivir una sexualidad liberada de falocentrismos.

1.2.3. El cuerpo interconectado

Al fin descubro que no puedo separar el cerebro del cuerpo. La conciencia no está sólo en la cabeza. Ni tampoco se trata de que la mente domine al cuerpo. Si tomamos en cuenta el ADN que dirige el baile de los péptidos, el cuerpo es la manifestación exterior de la mente
Dra. Candace Pertx, exjefe de bioquímica del cerebro INSMEU

La propuesta teórico-metodológica de la tesis se suma a los análisis desde el pensamiento complejo, para entretelar –en el cuerpo- las múltiples dimensiones que nos conforman y conformamos. La perspectiva epistemológica desde donde me posiciono, afirma que la realidad es considerada como el efecto de conexiones y vínculos que articulan humanos y no humanos, formando una red híbrida y heterogénea. Si bien, podría ser un sesgo metodológico en la investigación, he partido de ahí como herramienta teórica y conceptual que abarque las dimensiones constituyentes del entramado biosocial.

Las narrativas de experiencias de las mujeres, entretelen las distintas esferas humanas y cósmicas, vividas y sentidas desde su existencia. Bruno Latour (2004) afirma que ser cuerpo es estar afectado, movido y sujeto por conexiones con otros humanos y no humanos, el cuerpo es “interfaz que se vuelve cada vez más descriptible en tanto aprende a ser afectada por muchos más elementos” (2004: 206), su definición de cuerpo como interfaz, redefine el cuerpo como sensitivo a otros elementos de la realidad. Latour argumenta que el cuerpo no es una “residencia provisional de algo superior, como el alma inmortal, el universal o el pensamiento”, sin embargo, permite el conocimiento y la sensibilidad de lo que se compone la vida. La mirada de Latour, me permite nombrar los vínculos sensibles de las experiencias de las mujeres, la consciencia somática y las sensibilizaciones conscientes de los vínculos con el propio cuerpo y con el todo. Como veremos a lo largo de la tesis, los procesos de encarnación de las mujeres, produjeron una sensibilidad particular y un mundo sensible; los procesos de enculturación para la conciencia intra y extrasomática, guiaron las transformaciones para el bienestar y la sanación.

La ignorancia a los vínculos que nos conforman ha incidido en la in-sensibilidad a estos. Hasta hace muy poco tiempo, los científicos creían que la información pasaba por el sistema nervioso de manera lineal, de nervio a nervio, como en un cable eléctrico; ahora sabemos que los órganos del cuerpo se comunican directamente con el cerebro y viceversa, mediante mensajeros llamados «neuropéptidos» (Northrup, 2006: 38). Las emociones y los pensamientos activan a estos mensajeros que comunican a todo el cuerpo; los órganos como los riñones, el

colon, el corazón, el útero y las mamas, tienen cedes receptoras, así como también el sistema endócrino e inmunitario reciben los mensajes activados por los pensamientos y emociones.

La experiencia de los vínculos entre conciencia/útero, conciencia/mamas, conciencia/vagina-vulva, conciencia/menstruación-ciclicidad apenas se empiezan a describir y compartir entre el colectivo. Recientes investigaciones del cuerpo femenino desde la perspectiva femenino/feminista-integral, muestra cómo el útero (Barberá, 1980, Northrup, 2006, Rodríguez, 2009), la vagina (Wolf, 2012), las mamas (Bartlett, 2002) son con la mente, con la psique femenina. Los tejidos del útero, los ovarios y las mamas fabrican las mismas sustancias neuroquímicas de los pensamientos y las emociones que fabrica el cerebro y los demás órganos (Northrup, 2006: 76). El biólogo celular Bruce Lipton (2007) estudia los efectos de la conciencia en las células, la conciencia crea el cuerpo. Llevamos nuestra historia personal y colectiva⁸⁴ en los tejidos que la conciencia va creando. Cambiar los pensamientos y ampliar la conciencia es el primer paso hacia la curación. Ampliar la conciencia se trata de despertar y aumentar sensibilidades y experiencias reflexivas del cuerpo/ser interconectado; reflexividades sensibles de la existencia corporal/cósmica; vivencias del cuerpo en sincronía con los ritmos de la naturaleza.

Las visiones ancestrales retomadas por la espiritualidad contemporánea, entretienen al cuerpo/ser con un todo cósmico o divino. Cuerpo interconectado que fluye con la fuerza vital del bienestar, de la vida. El cuerpo/ser se ve influenciado por los campos electromagnéticos y hormonales de otros seres, el cuerpo está en sincronía con los ritmos cíclicos del sol, la tierra y la luna. Como veremos, las mujeres en círculo, buscan recuperarse de la división mente/cuerpo, aprehender a vivir plenamente desde la verdad interior en interconexión humana y cósmica. Viviendo el tiempo cíclico que permite y facilita la performatividad de prácticas, sensibilidades, emociones y vínculos afectivos.⁸⁵

No hay división alguna, lo que se le *hace* al cuerpo/ser, lo que cada un@ encarna y vive, construye realidad biosocial. Como lo expresa Olaya Fernández:

Tanto la existencia como la libertad arraigan en el núcleo del cuerpo vivo: existimos como cuerpo, en y desde lo orgánico, y desarrollamos nuestra libertad también a partir

⁸⁴ El ADN mitocondrial, el ADN que lleva a cabo las actividades diarias del citoplasma de la célula, se hereda exclusivamente por línea materna (Birky, 1983).

⁸⁵ Las mujeres buscan reunirse en sincronía con una ciclicidad lunar. Así mismos, la menstruación es gran motivo y oportunidad para ritualizar-se.

del cuerpo, que se abre a lo natural y se vincula al mundo vivo en una relación simbiótica. Por tanto, existencia y libertad no son algo abstracto, desarrollado en el vacío, sino que son modos de ser “en situación”, siempre vinculados a una espacialidad y una temporalidad, como expresó Sartre (2010).

Los planteamientos ecofeministas reconocen y se sensibiliza a que todas las formas de vida somos interdependientes. Como veremos en el extenso de los capítulos, las mujeres encarnaron las sensibilidades de las interconexiones de la propia complejidad humana femenina.

De tal manera que la propuesta teórica-metodológica de la tesis, conceptualiza un cuerpo en vínculo con el yo y la cultura. Cuerpo como entidad en donde confluye lo social, lo individual y lo existencial, el “estar-en-el-mundo”. Cuerpo biofísico que participa en la producción de procesos culturales y sociales; información genética, hormonas, campos electromagnéticos que nos afectan y los cuales afectamos con nuestra corporalidad. Cuerpo como interfaz de vínculos sociosomáticos. Cuerpo holístico/espiritual, en interrelación con lo sociocultural y cósmico, en sincronía con los ritmos cíclicos del sol, la tierra y la luna. Cuerpo que se crea y se transforma en la conciencia y las sensibilidades. Cuerpo/ser desde donde emerge la reflexividad y la capacidad de acción para transformar(se) a sí mismo y a su realidad. El cuerpo es la materia e impulso vital para ejercer prácticas de liberación y libertad.

1.3. Descolonizar y empoderar en colectivo

La salud de las mujeres nunca va a cambiar sustancialmente a menos que grandes grupos de mujeres comiencen a reclamar y recuperar colectivamente la sabiduría de su cuerpo.
Christiane Northrup

Self-care and healing and attention to the body and the spiritual dimension—all of this is now a part of radical social justice struggles.
Angela Davis⁸⁶

El cuerpo/ser femenino ha sido depósito de violencia y rechazo, las mujeres (y hombres) encarnamos la desconexión con la materialidad corporal -y cósmica-; es genérico el desconocimiento, el auto rechazo, el malestar y la enfermedad en la vida de muchas mujeres. La mujer es colonizada por el sistema de poder-saber que ha formado corporalidades, subjetividades

⁸⁶ <http://www.yesmagazine.org/issues/life-after-oil/the-radical-work-of-healing-fania-and-angela-davis-on-a-new-kind-of-civil-rights-activism-20160218>

e identidades -como el mismo género-, que proporciona condiciones de existencia subjetivas y materiales. Judith Butler (1991) plantea cómo el poder es una forma psíquica, una entidad que se encarna y se autocensura; la estructura del poder penetra en el inconsciente y en el cuerpo. Foucault plantea como las relaciones de poder penetran la materialidad del cuerpo sin tener que atravesar la subjetividad de los sujetos: “si el poder hace blanco en el cuerpo no es porque haya sido con anterioridad interiorizado en la conciencia de las gentes” (1980: 156). Los mecanismos del poder son una fuerza tanto material como inmaterial que se encarnan en la totalidad del sujeto. Los cuerpos femeninos en malestar y enfermedad, son los cuerpos dóciles del sistema patriarcal; la mujer que se rechaza a sí misma está sometida, está sujeta desde su impulso vital, imposibilitada para (re)crear(se) y (auto)sanarse.

El ejercicio del poder se perpetúa en la sujeción del conocimiento y la deslegitimización de la propia verdad. Desde esta forma de poder y violencia que las mujeres reflexionan para encarnar y crear corporalidades, y subjetividades como resistencia. Es aquí en donde emerge el sujeto en términos de Foucault, quien cuestiona al poder institucional, quien abre las brechas y activa las resistencias para asumir los discursos que (no) le nombran y que le impide ser autónomo en la gestión de sí mismo. El sujeto de Foucault es el *self* encarnado re-flexivo de sí mismo y de su cultura, con posibilidad de transformarse y de crear su propia ontología crítica de sí mismo. De tal modo que el sujeto, emerge con las “prácticas de libertad” (Foucault, 1984) que implican formas de existencia en disenso con las políticas dominantes de intereses políticos y económicos. En este sentido, también es preciso redefinir al *sujeto femenino* (Braidotti, 2000) y dotarlo de su diferencia sexual. El sujeto femenino que se libera en la práctica de resignificar lo que ha sido invisibilizado y oprimido por los sistemas del poder-saber.

Susan Bordo plantea buscar “imaginaciones de alteridad” de lo que el cuerpo femenino puede ser, construcción mediante “la alianza entre lo que ha sido silenciado, reprimido y desdeñado” (1993:78). Actitudes, valores, conocimientos, saberes, prácticas y vínculos desde los “márgenes” están siendo reflexionados y encarnados por diversidad de mujeres -y hombres- en colectivos de contextos específicos.⁸⁷ Las prácticas de resistencia y libertad, conforman estilos de vida alternativos a los establecidos (Mahmood, 2006, Ortner, 2006). Las expresiones cotidianas de la vida de los sujetos como la creación, el ritual, el cuidado de sí y de los otros, desde la autonomía, la voluntad y el deseo, son la materialización de otras sensibilidades y otras

⁸⁷ Considerando que es precisa la popularización de la lucha feminista, de las luchas por el respeto y cuidado de la vida y sus vínculos.

formas de vida. Las prácticas de (auto)cuidado vividas desde el empoderamiento y la autoestima, son prácticas reivindicativas que liberan aspectos reprimidos, fuente de nuevas formas de existencia; que provoca cambios en las subjetividades, las relaciones de poder y cuidado; con efectos en la transformación de la organización y la sanación colectiva de las mujeres.

Las resistencias encarnadas, son enfrentamientos con la forma en cómo el poder se ejerce y cómo la ética del cuidado se lleva a cabo. El cuerpo/ser toma un papel central en este momento evolutivo, es el elemento consciente, activo y cotidiano para las reconfiguraciones y las transformaciones en las vidas humanas. Así, el cuerpo adquiere capacidad de reflexión y acción, para construirse a sí mismo y a su realidad. Esta perspectiva le da al cuerpo “el rol activo en la vida social”, las prácticas encarnadas, internalizadas en y producidas por el cuerpo de los sujetos, que en su cotidianidad práctica y simbólica construyen la forma social. Desde estas perspectivas reflexivas/sensibles hechas cuerpo y existencia, las mujeres buscan la liberación y la libertad en lo cotidiano, lo íntimo, lo corporal, la intersubjetividad feminista.⁸⁸ Con el principio “lo personal es político”, en un sistema político que no representa los valores femeninos, es un acto de guerra política el que cada mujer y en colectivo nos (auto)cuidemos y sanemos.

El término agencia hace referencia a la “capacidad de actuar”,⁸⁹ la capacidad de emanciparse; la capacidad de reflexión/sensibilidad emerge del momento y el espacio desde donde el sujeto se ve situado. La agencia es impulso vital, acción corporal para resistirse a los discursos y las prácticas hegemónicas del ser-poder-saber que reprimen la biodiversidad. La emancipación⁹⁰ es sensitiva/corporal/yoica, impulso vital que se descubre en la reflexividad, la conciencia, la voluntad, la congruencia, el bienestar, en la sanación. La reflexividad⁹¹ empodera, da fuerza, motivación y argumento para luchar contra la opresión, la discriminación, la explotación y la violencia. Las sensibilidades ante lo interno, lo propio, lo ajeno que es propio, estados que revelan y hacen renunciar al sentirse satisfecho con el malestar, la autonegación y el

⁸⁸ Relaciones y vínculos reflexivos a favor de la diversidad, el respeto, la libertad.

⁸⁹ Las nociones de agencia y *embodiment*, resultan centrales para comprender los procesos de transformación social, ya que subrayan de qué modo la capacidad de actuar de las personas puede influir y modificar las estructuras sociales y políticas y, al mismo tiempo, de qué manera tales estructuras tienden a influir, condicionar o dominar la capacidad de los sujetos.

⁹⁰ “Con el vocablo emancipación designamos la acción de liberarse de una tutela, de una esclavitud o de la patria potestad, y se viene utilizando como concepto político referido a sacudirse el yugo de la explotación, la dictadura, de la colonización. Es justo lo opuesto a alienación, que significa vivir en una realidad ajena a uno mismo, una realidad subsidiaria al servicio de otros intereses; en una realidad que no se puede decidir por uno mismo sobre la orientación de su existencia, de su trabajo de sus proyectos y deseos” (Sendón, 1994: 24).

⁹¹ Reflexividad como proceso individual y colectivo de hacer conciencia de género, conciencia humana intra-interconectada.

adormecimiento, como casi única posibilidad en la sociedad, así las prácticas de resistencia se integran al sí mismo motivado y “empoderado desde adentro” (Lorde, 1984), *self* encarnado/reflexivo. Estados psicoemocionales y sincronicidades sociales para la movilización y la transformación personal y colectiva. La agencia es reflexión e impulso individual y colectivo que cuestiona, crea y produce lenguajes, símbolos y prácticas de resistencia y otros modos de saber, sentir y vincularse. Las prácticas materiales y discursivas como la producción corporal/personal, son pertinentes para la construcción de la realidad social, para Karen Barad (1996) en la performatividad reflexiva y comprometida se producen las prácticas y los fenómenos,⁹² como agencias materiales colectivas, agencias entramadas.⁹³ La performatividad es producida por una intra-actividad (*intra-activity*) en donde el espacio, el tiempo y la materia son reconfigurados y producidos.

La cultura alternativa emerge de buscar la autonomía.⁹⁴ Se supone que la espiritualidad alternativa actúa críticamente sobre los rasgos 'negativos' de la religión, los temas de poder y género son cruciales en la diferenciación de religión vs. espiritualidad (Fedele y Knibbe, 2013). Las prácticas alternativas implican cuestionar y superar un nuevo campo de relaciones que permita edificar al sujeto en coexistencia humana, planetaria y cósmica. El *self* es el centro autónomo integrador humano; el *self* encarnado está siendo empoderado, interconectado, está siendo capaz de crear su realidad y transformarse a sí mism@, y en colectivo incidir en la realidad social. Desde el cuerpo y la ética del (auto)cuidado, las luchas ecofeministas buscan la descolonización para reencontrar la verdad y el poder propio y en colectivo. Como parte del movimiento feminista y con la convergencia de los discursos ecoespirituales, emerge una ritualidad contemporánea femenina, espiritualidad sanadora que empodera en colectivo. La experiencia de las prácticas de la espiritualidad alternativa en general y la femenina en particular, permiten revitalizar y despertar otras sensibilidades y voluntades. La experiencia de la ritualidad femenina/feminista como práctica contemporánea entra en confrontación con la ideología

⁹² Término que retoma de la física cuántica de Bohr, lo observado, lo real.

⁹³ Barad propone el “realismo agencial” como un marco epistemológico, ético y ontológico para entender el rol humano y no-humano, así como los factores materiales y discursivos, naturales y culturales de las prácticas sociales y materiales.

⁹⁴ Como parte del macromovimiento hacia la autonomía, el movimiento que crea la cultura alternativa conocido como nueva Era, reconocen sus inicios en el siglo XIX (Merlo, 2007).

androcentrista/colonialista/capitalista, y como veremos, las mujeres están sanando y liberando patrones culturales y familiares de enfermedad.⁹⁵

Las experiencias de descolonización y empoderamiento femenino son procesos de las agencias entramadas, que si bien la lucha feminista es ardua y con efectos pausados a nivel social, el “sujeto femenino”, en este caso las mujeres en círculo, profundizan en cuestionar las “verdades” y los modos del sentir y del vivir de los sistemas de poder-saber, del cuerpo, la sexualidad, la vida y lo sagrado. La descolonización del cuerpo/ser se gesta en develar los tabús femeninos, los discursos patologizantes, para nombrar en colectivo las experiencias íntimas y entramadas. Así, vemos y sentimos cómo estas experiencias rituales son poderosas maneras de reconectar con el propio cuerpo/ser, así como con el *self* de otras mujeres y de la naturaleza, la luna y el cosmos.

Las mujeres buscan y encuentran una espiritualidad sanadora como un proceso de sanación individual y colectiva. La espiritualidad es vivida como la encarnación de las interconexiones humanas, cósmicas y trascendentes; matrices de sentido, maneras de sensibilización, fuente de experiencias prácticas, políticas y vitales para liberar y revitalizar el cuerpo/ser, recobrar el bienestar del pueblo femenino y recuperar la vida. El cuerpo/ser se recupera y empodera en la ritualidad, cuando es posible expresar las emociones, los deseos, cuando se vincula libre y salvajemente. El poder y la sabiduría del cuerpo se recupera cuando se encarna la reflexividad sensible del cuerpo con la vida, de manera cotidiana y cíclica. En este sentido, las reapropiaciones colectiva del cuerpo/ser femenino como capital simbólico, material y sensible de la voluntad femenina *ecofeminista*, me incita a preguntarme, ¿Qué cambios estructurales se mueven cuando las mujeres son autogestivas de su cuerpo/ser para su bienestar, placer y sanación? ¿Qué movimiento colectivo sucede cuando las mujeres comienzan a re-unirse para nombrarse, sentirse, reflexionar, compartir, cuidarse y hacer por ellas mismas? ¿Qué forma colectiva se dibuja cuando la conciencia holística es encarnada en las mujeres?

⁹⁵ Huella cultural, patrones encarnados, hechos cuerpo, experiencia y existencia, producto de una cultura en donde el cuerpo femenino es lo más anti espiritual, no-sagrado, ente sin alma, que posee y que es “el pecado”, “lo sucio”, “lo impuro”.

1.3.1. La experiencia ritual

El ritual ha sido definido dentro de las Ciencias Sociales como concepto, praxis, proceso, ideología, anhelo, experiencia, función; tiene que ver con sagrado y también con lo secular. El ritual ha sido considerado como parte del desarrollo de los animales, como una estructura de cualidades formales y relaciones definibles, como sistema simbólico de significado, como acción performativa o proceso, como experiencia, también los rituales son vistos como una estructura inamovible, o como la acción dinámica para generar nuevos y recombinar acciones tradicionales de nuevas maneras (Schesner, 1993: 228). Rodrigo Díaz Cruz (1998) señala que los rituales son una forma en la que múltiples contenidos del pensamiento, la ética, lo sagrado se conjugan para el cambio, el poder o la rebelión. Es en el ritual que las dicotomías se disuelven, y se integra la creencia y la acción, el hacer y el decir, o el decir haciendo.

Teniendo en cuenta la genealogía del estudio teórico del ritual, pretendo plantear una aproximación a las prácticas rituales de las mujeres en círculo desde un campo interdisciplinar; poder dar cuenta cómo el ritual, así como es una manifestación observable de la cultura de los círculos de mujeres; también es la experiencia ritual y performativa la que posibilita y genera cambios y transformaciones en el cuerpo/ser femenino. En este sentido, parto del ritual femenino como acto performativo de comunicación, acto saturado de significado y sensaciones que transmite y afecta a las participantes. El ritual es el tiempo y el espacio en donde las mujeres generan experiencias y narrativas que resemantizan y re-sensibiliza al cuerpo/ser femenino.

La red de espiritualidad femenina alternativa crea su propia ritualidad diversa, entretejida con múltiples manifestaciones e ideologías. Los círculos de mujeres son experiencias de ritualidad femenina, en donde cada mujer que convoca imprime en el ritual su trayectoria de vida, su presencia espiritual, su conocimiento. Por ello, para estudiar la ritualidad femenina contemporánea, es preciso contemplar la transversalidad y multidimensionalidad, así como las reapropiaciones⁹⁶ de prácticas y discursos compartidos a escala global; también, considero que es necesario evocar su lenguaje, ética y estética que es propia y diversa.⁹⁷

⁹⁶ Las prácticas rituales que se apegan a alguna tradición como la Danza de la Luna, el Temazcal y la Chanupa se rigen por reglas establecidas, aunque estos dos últimos rituales están siendo reapropiados por las propias mujeres.

⁹⁷ En la ritualidad femenina contemporánea, encuentro diversidad de ritos y rituales que comparten algunos motivos rituales como los que tienen que ver con las etapas vitales (ritos de paso), ritos que tienen que ver con los ciclos lunares y solares; también las mujeres crean rituales de manera intuitiva y espontánea para rezar, expresar, cantar, danzar y sanar.

La experiencia ritual femenina es la oportunidad de acudir a la memoria, a lo sensorial, a las emociones, al no-tiempo, atmósferas para encontrar sentido, orden y despertar sensibilidades reflexivas del sí mismo/cuerpo. La experiencia de los círculos de mujeres permite que se resimbolice y sensibilice al cuerpo a través de las narrativas de experiencias y conocimientos de otras -nuevas- maneras de ser, comprendiendo, integrando y sanando lo femenino y cíclico. Las experiencias rituales son una oportunidad de re-activar la conciencia somática encarnada, una manera de simbolizar lo orgánico y encarnar lo simbólico. El ritual irrumpen en la cotidianidad para reajustar racionalidades y sentires con otra lógica y ética; las prácticas rituales femeninas son una oportunidad para conocer y encarnar otros significados, otras sensibilidades y afectividades. Así también, la ritualidad posibilita reconocer a los linajes femeninos imaginados y sanguíneos y en ocasiones también es posible, conocer prácticas y cosmovisiones étnicas.

En los rituales y la manera en que se disponen las sonoridades, las corporalidades y las emociones, se produce una yuxtaposición de “lo orgánico con lo social”. Así, en el extenso de la tesis, pretendo exponer los componentes orgánicos del simbolismo y dilucidar cuál es el papel de los rituales en el bienestar y la sanación, cómo es que las mujeres en círculo viven el proceso de re-semantización y revitalización corporal. La propuesta teórica se suma a las “teorías socio-antropológicas que incorporan la experiencia vivida del cuerpo y lo que hoy sabemos sobre su funcionamiento orgánico como parte explicativa de la eficacia ritual” (Citro, 2012).

En el estado ritual se comunica -el *nomos*- para dar orden y sentido a la existencia colectiva -femenina-, (re)flexionando el contexto y las posibilidades de transformación. En los rituales, la experiencia colectiva y transformativa produce un estado liminal, en donde existe un antes y un después de la experiencia ritual, en la conciencia somática/reflexiva de los participantes. La experiencia liminal es “un caos fértil, una fuente de posibilidades, un esfuerzo por generar nuevas formas y estructuras, un proceso de gestación, un embrión de modos apropiados para la existencia posliminal” (Turner, 1988:8), es resultado de la experiencia ritual. Es en el ritual que se rompe con lo cotidiano para acceder a otros estados psicósomáticos en mimesis con el colectivo, en intención creativa y unificada.

Los estímulos sinestésicos, el cuerpo en movimiento y circularidad, las posturas corporales no cotidianas, la experiencia del no-tiempo y del espacio sacralizado con un centro simbólico y material del ritual, más las sustancias activas de plantas y resinas que actúan en el organismo y la psique, así como las implicaciones afectivas del colectivo (alegría, paz, sororidad) trastocan al ser en su completud. En cuerpo/ser es afectado en su bioquímica y en su afectividad

antes de que la experiencia haya sido objetivada por la conciencia; es experiencia emotivo/corporal, no racional que confluye en lo intracorporal -química, orgánica, sensorial, afectiva, psíquica- y en la intercorporalidad ritual. La intensidad de la experiencia ritual impulsa al participante a fusionarse perceptivamente y a replicar miméticamente.

La experiencia colectiva mimética, permite que las corporalidades -químicas, orgánicas, sensoriales, afectivas, psíquicas- se interconecten y se vinculen para transformarse. Así, los efectos de la estimulación corporal/psíquica, los símbolos arquetípicos e integradores del ritual, así como la circularidad del movimiento hacen una experiencia reveladora y en ocasiones numinosa, que permite la “apertura” a la reflexividad encarnada para reconectar con el yo profundo, con el *self*.

1.3.2. Eficacia del ritual femenino

El estudio de la eficacia ritual y terapéutica me permite centrarme en cómo el símbolo se materializa en el cuerpo, cómo es que se encarnan los discursos y las prácticas de la espiritualidad femenina en procesos de bienestar y salud. En este sentido, me centro en las convergencias y las tensiones para que las mujeres participantes de esta ritualidad simbolicen lo orgánico y encarnen lo simbólico. La “eficacia ritual” es un tema clásico en los estudios antropológicos, las diversas teorías proponen mostrar las maneras en que el ritual consigue que los participantes legitimen prácticas, creencias, normas y valores; los estudios integran la capacidad del performance, la música, la corporalidad para generar emociones intensas que afectan y promueven transformaciones personales, grupales o sociales.

El efecto ritual tiene que ver con la ejecución y recitación constante, movimiento y experiencia del tiempo no cotidiano, tiempo circular; reiteración que genera estados de sensibilidad, emotividad y reflexividad dispuestos en la misma repetición performativa y capaz de “materializar cuerpos/sujetos en el tiempo” (Butler, 1993). Randall Collins (1999) estudia como en los rituales de interacción los participantes, “en la medida en que dirijan su atención hacia un mismo objeto y sean recíprocamente conscientes de ese su foco común, sus mutuas emociones los arrastrarán y aumentará entre ellos el contagio emocional”. Collins explica como la causa de este efecto colectivo son los procesos fisiológicos en consonancia rítmica, un “micro-ritmo” que se contagia y se comparte entre los participantes rituales. Las emociones colectivas son el flujo de la interacción, “la fisiología es el sustrato; la causalidad fluye desde la interacción

social” (Collins, 2009: 148). La copresencia corporal desencadena factores bioquímicos⁹⁸ que genera efectos emocionales, como ingrediente y como efecto ritual. En la copresencia se facilita la compartición, el ritmo, el movimiento, la emoción y los marcos de sentido.

Foucault consideró también, que existe otro tipo de “docilidad corporal” basada en la “expresión corporal performativamente reiterada”. En el contexto del ritual festivo, Silvia Citro sitúa la reiteración de las intensidades sensorio-emotivas de placer y emoción, para crear cuerpos dóciles a determinadas creencias, para quedar ligados corporal, afectiva y reflexivamente a la práctica ritual (Citro, 2012). Csordas identificó en la eficacia ritual que la reflexividad del discurso compartido, se convierte en autoconciencia y en el performance, la voluntad se convierte en agencia. Para Stanley Tambiah (1985) el análisis de la eficacia ritual sólo puede hacerse prestando fundamental importancia a la forma performativa, a lo que se hace en colectivo.

El poder simbólico y emotivo de los rituales -femeninos-, permite generar vínculos y entramar agencias para reconstruir significados y sensibilidades en colectivo; rupturas entre lo que se cree y se sabe del cuerpo/ser femenino, mostrando posibilidades para otras maneras de ser mujer, así como otras posibilidades prácticas y simbólicas de “lo femenino”. El ritual permite el reconocimiento y la encarnación de arquetipos -femeninos- que dan orden y sentido a la experiencia de cuerpo/ser; las imágenes arquetípicas resuenan para imaginar cuerpos, mujeres, linajes, tiempos y lugares de y para la humanidad. Como veremos en el extenso de la tesis, los arquetipos actúan como guías cosmogónicas que permiten encontrar sentido y empoderar cada experiencia corporal/vital femenina; las imágenes arquetípicas⁹⁹ son inspiraciones para el estado de bienestar y salud de muchas mujeres.¹⁰⁰ La ritualidad y los arquetipos femeninos iluminan la necesidad, el deseo y el derecho al placer, al bienestar y la salud propia y colectiva. Se comparten saberes y conocimientos holísticos e interconectados, re-entendimientos corporales-ecológicos para encarnar el (auto)cuidado, la conciencia y la congruencia en la disciplina para el bienestar, la sanación. Por esta ruptura y reconexión psíquica, somática y sociocultural, la experiencia significativa en un círculo de mujeres se considera como una “iniciación” a la “sabiduría y poder

⁹⁸ En el caso de la ritualidad femenina y las reuniones sororales, se segrega oxitocina.

⁹⁹ Carl Jung estudió las imágenes arquetípicas contenidas en lo que él llamo “inconsciente colectivo” para dar cuenta de lo que se movía en el mundo interior de los sujetos y colectivos, las imágenes primigenias que “condiciona[ba]n la orientación total de la conciencia”. Jung reconoce que el arquetipo moviliza tanto psique como organismo-materia-, desde el impulso vital (1947:463). Jung estudió, los elementos estructurales preformativos y la función de las imágenes arquetípicas en las imágenes arcaicas heredadas y difundidas universalmente (Frey-Rohn, 1991:97).

¹⁰⁰ La psicología profunda femenina, ha sido explorada por varias autoras y terapeutas. Ver diagrama de genealogías de los estudios multidisciplinares de lo femenino (Ilustración 6, capítulo 2).

femenino”, también como una poderosa práctica descolonizante y empoderante. Así, las experiencias positivas en los rituales femeninos, sensibiliza a las mujeres a un magnetismo hacia estas prácticas y concepciones, sumando así, más participantes y buscadoras de espiritualidades ecofemeninas.

En el análisis de la eficacia ritual, me centro en las sensibilidades y la conciencia reflexiva, las confluencias y tensiones para vivir el cuerpo en bienestar y en conexión con lo sagrado; así también recupero el rol de la intencionalidad y la agencia corporal en la cocreación y vivencia de experiencias rituales. Analizo el contenido de imágenes, símbolos, narrativas, súplicas rituales que se expresan por medios verbales y corporales, aspectos simbólico-culturales, relaciones y vínculos que se materializan en la transformación de subjetividades y corporalidades. Las transformaciones del cuerpo/ser, son los frutos de la eficacia terapéutica de los rituales.

1.3.3. Eficacia terapéutica: la medicina encarnada

En las sociedades patriarcales, colonialistas y capitalistas, la experiencia humana está disociada psicosomáticamente, el ser humano está desvinculado de sí mismo y de lo y los que le rodean; también los seres humanos que, sobre todo, vivimos en la ciudades, estamos desincronizados de los ritmos naturales y cósmicos. El cuerpo está disociado, desvitalizado y enfermo; el rechazo, malestar y enfermedad del cuerpo femenino tiene su raíz en la disociación psicosomática, en la fractura dolorosa que hemos sufrido como seres humanos azotadas por los modos violentos de estas sociedades patriarcales.

La experiencia en rituales femeninos, en círculos de mujeres, es potencialmente sanadora; la eficacia de la participación ritual, es cuando las subjetividades se transforman, las sensibilidades se amplían, cuando los procesos de bienestar y sanación,¹⁰¹ se hacen persistentes en el tiempo y en cuerpo. La ritualidad femenina ofrece una manera de ser y estar en el mundo, en un cuerpo de mujer en interconexión humana y cósmica. La eficacia terapéutica de la ritualidad y la espiritualidad femenina es un proceso, es un camino cotidiano de ritualidad que buscan el placer, el bienestar y sanaciones, una posibilidad para la completud humana femenina.

¹⁰¹ La sanación es un fenómeno complejo de múltiples procesos e interconecta dimensiones psico/corporales/familiares/culturales/sociales, por esto hago referencia a los procesos de completud, equilibrio y florecimiento como “sanaciones”. En el capítulo 4, en el segundo apartado abordo a detalle la noción de sanación y los procesos salud-enfermedad-sanación desde la perspectiva holística femenina.

En este sentido, la sanación colectiva es vital, está interrelacionada y tiene que ver con la memoria: información bioquímica, simbólica, orgánica y comportamental de lo que somos como humanas. Como veremos en la tesis, las mujeres en círculo entretejen agencias como colectivo que fortalece y activa la voluntad, que abre mente/corazón para saberse y sentirse completas/cíclicas, sanas y sagradas; el *self* cobra conciencia de sí mismo para transformarse. Las mujeres encarnan un proceso integrativo de su cuerpo/ser, desde el bienestar, la salud, la ciclicidad y lo sagrado.

1.3.3.1. El *self* encarnado, autoconocimiento y autocuidado

Thomas Csordas plantea que el locus de la eficacia terapéutica es el *self*, como una capacidad indeterminada de vincularse y orientarse en el mundo, con voluntad y reflexividad.¹⁰² Los procesos del *self* son procesos “orientacionales” en los que se tematiza aspectos del mundo y el Yo es objetivado como una “persona” con una identidad cultural o un conjunto de identidades (1997: 5).¹⁰³ El Yo está encarnado y participa de diversas maneras en las cuestiones psicoculturales y en los procesos de sanación. Según Csordas la eficacia terapéutica, o los efectos transformativos de la sanación tiene que ver con la objetivación del Yo, cómo la orientación de éste se encarna en la existencia y redirecciona la salud y los padecimientos; estos procesos orientacionales del *self* toman su lugar en la existencia encarnada (1997: 5) que se actualiza a sí mismo. El psiquiatra suizo, Carl Jung fue el primero en concebir un *self* como un centro organizador, orientado hacia la personalidad unida, la consideraba una personalidad en evolución, parte de una totalidad superior. Así, los procesos del *self* son procesos orientacionales de autoconciencia y reflexividad encarnada. El *self* es la expresión de la autotransformación. Es autoridad y cuidado sobre sí mismo. Es la voluntad para la autotransformación que emana del interior para construirse como sujeto que se supera a sí mismo.

Foucault identificó las “tecnologías del yo”, como modalidades, marcos de referencia que el colectivo dispone para construir subjetividades y prácticas desde la autogestión¹⁰⁴ (1991). Las técnicas del yo “permiten a los individuos efectuar, sólo o con ayuda de otros, cierto número

¹⁰² El Yo ocurre como una conjunción de experiencias corporales prereflexivas, el medio construido culturalmente y la situación específica del *habitus*.

¹⁰³ La persona objetivada es una representación constituida culturalmente del sí mismo; el sí mismo preobjetivo es un modo culturalmente constituido de estar en el mundo.

¹⁰⁴ Foucault estudia cómo es que las prohibiciones de los sistemas de poder/saber han cobrado el precio del conocimiento de sí mismo (2008).

de operaciones sobre su cuerpo y su alma, sus pensamientos, sus conductas, su manera de ser; es decir, transformarse con el fin de alcanzar cierto estado de felicidad, de pureza, de sabiduría, de perfección o de inmortalidad” (2008: 48). El cuidado de sí consiste en el conocimiento de sí, el conocerse a sí mismo se convierte en el camino y la búsqueda del cuidado de sí. El sujeto al que se refiere Foucault (1984) se constituye en objeto de conocimiento para sí mismo, y para conocer el mundo; el autoconocimiento es precepto de la atención a uno mismo. La práctica de conocerse y cuidarse es “un ejercicio sobre sí”, como práctica ascética para “elaborarse, transformarse y acceder a un determinado modo de ser”. Es el *self* en expresión de su capacidad de transformarse.

El colectivo feminista se ha replanteando las prácticas de autoconocimiento y autocuidado para la transformación radical de los individuos y la sociedad. Así, desde el trabajo de base en los grupos de autocuidado, se ha visto que los procesos de cuidado de sí y empoderamiento son paralelos. Las transformaciones que las mujeres viven, tienen su raíz común en los empoderamientos que da el conocerse desde otras concepciones de su cuerpo/vida, darse otros significados, revitalizar sensibilidades, reapropiarse de sí, del cuerpo, del bienestar y la salud; y en este caso, desde la ritualidad femenina como un cuerpo/ser femenino cíclico, sano, sagrado e interconectado. Como veremos, en la conciencia de sí y el autocuidado se hace un camino ascético que busca superarse, reconectarse para el bienestar y la sanación; los efectos terapéuticos residen pues, en el autoconocimiento que integra la biología cíclica entretrejida con el *self*, la guía interior, en sincronía cósmica y natural.

1.3.3.2. Cosanaciones

Juntas todas formamos parte de la conciencia femenina más grande,
dando voz a nuestra auténtica identidad y nuestras verdaderas necesidades,
recuperando la feminidad y siendo mujeres a nuestra manera.
Christiane Northrup

Los vínculos afectivos que se logran en colectivo, como lo propone Norbert Elias (1999) son una necesidad emocional profunda para poder establecer relaciones entre la especie. La corporalidad está dotada de las habilidades y sensibilidades para poder establecer estos vínculos entre los seres humanos. Las sensibilidades de la corporalidad, la bioquímica y los lenguajes simbólicos de los vínculos, crean las experiencias intercorporales de la cultura emocional compartida. David LeBreton (2013) sostiene que la emoción es a la vez interpretación, expresión,

significación, relación y regulación de un intercambio, las emociones son relaciones, son “una forma de reconocerse y de poder comunicar juntos” (2013; 73). El *ethos* particular de los círculos de mujeres, es en tensión con lo estructural, la cultura emocional de las mujeres en círculo, está conformada por sensibilidades y afectividades “intersticiales” en términos de Adrián Scribano (1999), es decir, experiencias afectivas y emotivas comprometidas con el bienestar como emancipación. La afectividad en los rituales femeninos, el efecto empático y mimético fluyen hacia la sororidad y el *affidamento*, se recupera la capacidad de (re)unirse para cuidarse, sanarse y celebrar la vida, como emoción y práctica colectiva femenina/feminista. Descolonizando así, formas intersubjetivas negativas y paradójicas que imperan en las relaciones entre mujeres.

Los flujos de convivencia que se están conformando en torno a la práctica de espiritualidad femenina, tienen una fuerte carga emocional y vinculante, que crea comunidades afectivas y de sentido. Las atmosferas en los círculos y rituales femeninos activan estados afectivos; vínculos entre mujeres que permiten el estado de apertura para la reflexividad en colectivo. En la creación del ritual, en el *performance* se viven sensibilidades de interconexión, entendidas como experiencias *cosanativas*. La *cosanación* trata de una experiencia colectiva de acompañamiento simbólico y emocional para reflexionar y sensibilizarse al cuerpo y la vida. La *cosanación* es la transformación en colectivo, la liberación/contención de emociones, la *cocreación* de nuevos significados, corporalidades y sensibilidades positivas, holísticas y empoderadoras. La *sanación* en colectivo es un marco de sentido que permite la integración e interconexión de las partes desmembradas del propio cuerpo y la vida. En colectivo se da a luz a una nueva comprensión de una misma, para que cada una sea mujer a su manera, confiando en el cuerpo, la intuición y en lo que cada una sabe y es.

La *cosanación* actúa en múltiples dimensiones en los círculos y rituales femeninos, cada mujer aporta al ritual para su propia *sanación* y con ello, aporta a la *sanación* de las mujeres presentes. Como veremos, la *cosanación* tiene alcances más allá del espacio y el tiempo lineal; desde esta perspectiva, la *sanación* colectiva femenina afecta a todos los linajes femeninos, a todas las mujeres de la tierra. Desde la espiritualidad femenina, el principio de la *cosanación* es la encarnación del femenino arquetípico e integrador; la *cosanación* es conciencia de género para el cambio radical de la mente/cuerpo y la vida, para tener como prioridad vital el (auto)cuidado, el bienestar y la salud.

La historia del pueblo femenino exige develar los tabús y las violencias en colectivo. La historia femenina de los últimos 5000 años, está definida por miedos y silencios. Los vínculos y

las amistades feministas¹⁰⁵ son vitales para encontrar valor y romper el silencio, ya que se necesita de la palabra y la experiencia de otras mujeres. Las experiencias compartidas son espejos que ayudan a validar las propias experiencias, dan apoyo, proporcionan aprendizajes, ayuda a desdramatizar y a comprender que compartimos experiencias y sentires similares.

La acción/contención femenina/feminista está posibilitando conocer y vivir otras formas de vida para la conciencia, el bienestar y la salud. Cuando más mujeres rompemos el silencio, reconocemos y liberamos los miedos, cuando sanamos y nos empoderamos desde adentro, estamos cambiando el campo morfogenético¹⁰⁶ (Sheldrake, 1988); juntas vamos cambiando el campo electromagnético de miedo, vergüenza y dolor. Las próximas generaciones se verán afectadas por estos cambios.¹⁰⁷

¹⁰⁵ Richa Nagar habla de las amistades feministas como el compromiso colectivo que se sostiene por largo plazo, gracias a las relaciones profundas que puedan soportar golpes duros, amistad y confianza, que son a la vez requisitos más básicos y más exigentes de la colaboración. Las amistades feministas son las relaciones que permiten la evolución constante de nuestros *selves* y mentalidades, nuestros valores y visiones en la conversación unos con otros sin sentirnos amenazados unos con otros. Estas amistades feministas se imaginan y se construyen en los procesos vividos a través de los cuales aprendemos a reconocer los puntos de vista y las fortalezas de cada uno y por el cual llegamos a confiar y amar al otro con nuestras debilidades y errores. Estos tipos de amistades están comprometidas con una praxis de amor que requiere volverse radicalmente vulnerables juntos, para el compromiso de evolución de principios compartidos, ética y responsabilidades, para transformar creativamente.

¹⁰⁶ Rupert Sheldrake, biólogo británico, postula que todo el conocimiento del pasado de la Tierra existe a nuestro alrededor en forma de campos electromagnéticos de información, o «campos morfogenéticos».

¹⁰⁷ Sheldrake propone la teoría de la Resonancia Mórfica que postula que la conducta de una especie cambia cuando las modificaciones alcanzan un nivel crítico, el comportamiento y los hábitos de la especie se transforman con determinado número de transformaciones.

CAPÍTULO 2

ESPIRITUALIDADES FEMENINAS CONTEMPORÁNEAS:

LOS CÍRCULOS DE MUJERES COMO LUGAR DE RESISTENCIAS, APROPIACIONES Y SANACIONES

No podemos decir si el movimiento se ha desarrollado porque las crisis del mundo externo está llamando a un ascenso de la Diosa para restablecer el equilibrio de la naturaleza, o porque la liberación de las mujeres en una plena participación igualitaria está llamando a una liberación similar de su principio arquetípico, o incluso, porque ha llegado el tiempo de la Diosa en el ciclo cósmico de los acontecimientos. Pero todas las evidencias indican que están volviendo el Arquetipo Femenino.
Jean Houston

Este segundo capítulo es una revisión del contexto del movimiento de espiritualidades femeninas/feministas en el continente americano. Subrayo las trayectorias de algunas mujeres partícipes del movimiento; mujeres espirituales que desde las religiones han cuestionado y creado su propio dogma femenino/feminista. Mujeres que han conformado redes de espiritualidades femeninas y feministas, en donde se reconoce y encarna lo sagrado femenino, la Diosa. También, en el capítulo abordo los inicios de los círculos de mujeres en nuestro país, para conformar una red compleja de trayectorias, prácticas y experiencias que se viven en el movimiento de espiritualidad femenina en Guadalajara. En la tercera parte del capítulo me centro en describir los círculos de mujeres como fenómeno de la espiritualidad femenina y la red de mujeres co-creadoras de ritualidades diversas. Así también, me aproximo a los hallazgos del trabajo de campo, en cuanto a las características generales de los círculos de la ciudad y sus formas de convocatoria; también esbozo las redes de mujeres que conforman el movimiento de espiritualidad femenina en la ciudad. Así mismo, en este segundo capítulo exploro el círculo como experiencia y arquetipo; sensibilidades del estar en círculo, los elementos simbólicos y materiales que conforman las ritualidades femeninas, así como las reapropiaciones que las mujeres han hecho en cuanto a diversos conocimientos, saberes y tradiciones indígenas en clave femenina/feminista. Cierro el capítulo con una aproximación a los círculos de mujeres como

espacio contemporáneo para el flujo de convivencia femenina, lugares para la sororidad, el *affidamento* y la *cosanación*.

2.1. Espiritualidades femeninas/feministas

Existe una profecía según la cual la tierra al comienzo del tercer milenio sufrirá profundos cambios. Llegará el momento en el cual el espíritu femenino se despertará de un letargo de más de cinco siglos para dar origen a un mundo de Paz y Armonía”. La salvación de la humanidad está en manos de la mujer que reconoce su propio poder, y se encuentra con otras mujeres, para unidas salvar la Tierra.

Rosa Amel

Eh, no siempre ha sido así. ¡No tiene por qué ser siempre así! De modo que, ¿en qué cultura queremos vivir? ¡Creémosla!

Starhawk

El movimiento cultura/espiritual de la Diosa en todo el planeta, es un caleidoscopio de prácticas rituales y estilos de vida en donde se entrelazan la ancestralidad con lo contemporáneo, lo occidental con lo oriental, el presente con el futuro. Las manifestaciones de esta espiritualidad femenina, tiene diversos nombres dependiendo de los lugares, las influencias y las mujeres que le dan vida a esta práctica filosófica, ecoespiritual y feminista.¹⁰⁸ Así se teje una red de espiritualidad femenina entramada por la diversidad de experiencias y tradiciones. Mujeres espirituales, curanderas, sanadoras, rezanderas, cantoras, mujeres danzantes, sembradoras, buscadoras y viajeras, mujeres jóvenes, adultas y abuelas de muchos lugares del mundo, que se han reapropiado de prácticas y discursos para re-crear rituales, ceremonias y espacios de experiencias colectivas femeninas. Las mujeres entretejen tradiciones europeas y americanas vividas a la luz del feminismo, en donde se reivindica lo femenino corporal. Cada vez más mujeres se sienten atraídas por estas prácticas, porque (se) re/descubren y revitalizan su cuerpo/espiritualidad en bienestar y salud. La ritualidad femenina/feminista permite a las mujeres sanar y liberar patrones androcentristas y colonialistas, experiencias negativas de ser mujer encarnados en la gran mayoría de mujeres y que se traducen como malestar y enfermedad. Así pues, la espiritualidad feminista actúa como espiritualidad sanadora, decolonialista; ritualidad femenina contemporánea que produce transformaciones en las mujeres y manifestaciones/experiencias colectivas de reapropiaciones culturales, resistencias y

¹⁰⁸ Tradición neopagana, Wicca, brujería feminista, druidismo, tradición nórdica, hijas de Gaia, ecofeminismo, teología femenina de la liberación.

cocreaciones. En esta comprensión de espiritualidad femenina alternativa, es vital conocer las genealogías de mujeres y hombres que han estudiado e investigado otras espiritualidades no patriarcales y cómo las mujeres han creado un movimiento de espiritualidad y ritualidad, desde donde se reteje la vivencia de lo Femenino. A continuación hago una revisión del contexto histórico de la espiritualidad femenina a partir de fuentes bibliográficas.

2.1.1. Las Teologías feministas

El germen cronológico de la espiritualidad femenina tiene su origen cuando Elizabeth Cady Stanton y un grupo de mujeres se reunieron para analizar los pasajes bíblicos que hacían referencia a la mujer en la Biblia; se publicó *Woman's Bible* (1895 y 1898) como producto de aquellas reuniones. Stanton fue teóloga, activista, abolicionista¹⁰⁹ y destacada en la lucha por el sufragio de las mujeres en Estados Unidos.¹¹⁰ Además de la crítica que hicieron a los textos androcéntricos, buscaron un lenguaje inclusivo para traducir los relatos y reinterpretarlos a la luz de su propia conciencia. El análisis muestra el dominio, el sometimiento y el sufrimiento de las mujeres en la religión y cómo la igualdad en todos los ámbitos era el ímpetu de su lucha:

El primer paso en la elevación de la mujer a su verdadera posición como un factor igual en el progreso humano es el cultivo del sentimiento religioso en torno a su dignidad e igualdad, el reconocimiento por parte de la nueva generación de una Madre celestial ideal a la que deberían dirigirse sus oraciones del mismo modo que al Padre (Stanton, 1895).

En Gran Bretaña, en el año de 1911 se fundó uno de los primeros movimientos feministas católicos; la “Alianza Internacional Juana de Arco” que buscaba la igualdad de hombres y mujeres en todos los ámbitos. Usaban el lema “Rogad a Dios. Ella os oirá” para polemizar y relativizar las diferencias de género de Dios (Gibellini, 1998: 445).

Entre la década de 1956-1965 la *Biblia de las mujeres* (Stanton, 1895, 1898) tuvo gran relevancia entre las principales corrientes del protestantismo en Estados Unidos, y admitieron mujeres al sacerdocio¹¹¹ (Gibellini, 1998: 445). En 1965 llegó la crítica feminista a la religión

¹⁰⁹ El abolicionismo es una doctrina que defiende la anulación de leyes, preceptos o costumbres que se considera que atenta a principios éticos y morales.

¹¹⁰ En 1848 junto con Lucretia Mott, organizaron la primera convención sobre los derechos de la mujer en Seneca Falls, Nueva York, encuentro que es considerado como el momento fundacional del feminismo estadounidense. Las y los asistentes, declararon el rechazo a las restricciones políticas, económicas y religiosas de las mujeres.

¹¹¹ Desde 1853, las iglesias protestantes libres de América, practicaban la ordenación de las mujeres (Gibellini, 1998).

católica; la abogada Gertrude Heinzemann, pionera del feminismo en Suiza, en conjunto con un grupo de mujeres, se dirigieron a los padres conciliares del Concilio Vaticano, con el libro manifiesto en alemán *Ya no estamos dispuestas a callar* (1965) defendiendo la ordenación de las mujeres (Salas, 1993). El reclamo, era la igualdad total para los hombres y mujeres en el seno de la Iglesia católica, lo que incluía la ordenación sacerdotal. En 1968 en el ambiente post-conciliar, Mary Daly propone una reforma a la doctrina y a la praxis de la Iglesia católica. Mary Daly (1918-2010) tuvo gran influencia en el movimiento de liberación de la mujer contemporánea, así como de la espiritualidad femenina. Daly, exmonja católica, cursó 3 doctorados en teología sagrada, filosofía y religión; tuvo intensa vida militante y académica. Daly expone su desplazamiento de la Iglesia a una Espiritualidad ginocéntrica en sus obras.¹¹² En la propuesta titula *La Iglesia y el segundo sexo* (1968), articula la obra de Simone de Beauvoir y hace una lectura de la Iglesia y las escrituras desde el punto de vista de la mujer, exponiendo el sexismo de la Iglesia y de la sociedad en general: “El cristianismo, y en particular la iglesia católica, no ha asumido aún la tarea que le corresponde de exorcizar el demonio de los prejuicios sexuales, sino que se ha quedado atrás con respecto al mundo” (1968: 161). La postura de Daly se radicalizó y se alejó del cristianismo por ser “la ideología de la sociedad machista”.

A partir de la década de los setenta cada vez más grupos de mujeres cristianas en Estados Unidos, Europa del norte y países Latinos, desarrollaron un nuevo tipo de reflexión teológica, que desde aquel entonces, se ha llamado “teología feminista” y que se ha desarrollado en paralelo con la teología negra norteamericana y con la teología de la liberación (Gibellini, 1998: 447). La teología feminista además de ser una crítica a la cultura dominante, exigía una práctica militante en el movimiento de liberación de las mujeres; Letty Russell (1974) la llaman “teología de la liberación en perspectiva feminista”. Las teólogas feministas emergieron en la práctica de la teología de la liberación y son las que iniciaron el movimiento de la Diosa y la espiritualidad femenina alternativa.

¹¹² La obra de 1968 *The Church and the Second Sex*, evidencia el sexismo de la Iglesia. En 1973 publica *Beyond God the Father*, en donde rechaza cualquier autoridad masculina y por lo tanto, patriarcal y androcéntrica que violenta y reprime tanto a hombres como a mujeres; para esto propone definir a Dios como verbo.

Se considera que la teología feminista latinoamericana ha pasado por tres etapas en paralelo con las décadas '70, '80 y '90s¹¹³ evolución que continúa.¹¹⁴ Desde la década de los setenta, se organizaron encuentros teológicos de mujeres teólogas y biblistas en varios países. En la década de los ochenta, más mujeres activistas cristianas comenzaron a reflexionar sobre el androcentrismo y la construcción patriarcal de la teología y la biblia. Estas mujeres incitaron a crear teología desde el punto de vista de la experiencia de las mujeres, para mostrar otras experiencias culturales, biológicas e históricas que las instauradas por los hombres. Esta teología femenina/feminista hacía énfasis en la opresión cultural y la violencia doméstica que sostenía la teología de la liberación. Así, en esta década se produjo una ola de creaciones teológicas de las mujeres en la liturgia, el arte y la poesía; también se iniciaron los primeros intentos para relacionarse con los movimientos feministas de las regiones de Sudamérica y con teólogas del Primer Mundo (Ress, 2012:19).

La práctica cotidiana de la teología de la liberación, estaba conformada mayoritariamente por mujeres en la participación de las Comunidades Base en América Latina, desde la experiencia cotidiana con mujeres pobres. Así, la teología feminista en Latinoamérica construyó su propio discurso y efectuó su propia labor para el proceso liberador de las mujeres del Sur, contemplando la pobreza y la importancia de la naturaleza para la vida.

La espiritualidad femenina ha evolucionado desde la teología de la liberación en la década de los setenta, hacia la crítica e incomodidad de las mujeres hacia la propia teología -que es patriarcal- en la década de los ochenta, y para los noventa, las posturas maduran en una deconstrucción de la teología en perspectiva ecofeminista (Ress, 2012). En la década de los noventa se radicaliza la aproximación hermenéutica anti-patriarcal para proponer una nueva, inclusiva y no patriarcal teología. La perspectiva feminista cobra fuerza para la reconstrucción teológica, el análisis de género y la antropología feminista fueron de gran influencia en el movimiento. El gran proyecto, aún vigente, de la teología feminista es la interpretación no sexista de la Biblia. Las teólogas feministas de las tres grandes religiones monoteístas (Judaísmo,

¹¹³ “La conciencia feminista dentro de la teología latinoamericana evolucionó desde la total identificación de las mujeres teólogas y biblistas con la teología de la liberación (primera etapa), hacia una conciencia reciente de—y una incomodidad con—la mentalidad patriarcal de la teología de la liberación (segunda etapa), hasta desafiar la antropología patriarcal y la cosmología presente en la teología de liberación pidiendo una total reconstrucción de la teología desde una perspectiva feminista (tercera etapa)” (Ress, 2012: 15).

¹¹⁴ Para una sistematización de este desarrollo histórico, véase los trabajos de la teóloga feminista mexicana María Pilar Aquino (1993), Elsa Tamez (2004) teóloga feminista costarricense; así como los trabajos de la teóloga ecofeminista brasileña Ivone Gebara.

Cristianismo e Islam) han recuperado buena parte de la memoria histórica de las mujeres, visibilizando lo que había sido ignorado, descalificado o tergiversado (Simonis, 2012: 165). Se considera que la teología feminista ha logrado cambiar la experiencia religiosa y la mentalidad de muchas mujeres, las ha impulsado para el acceso al poder y la toma de decisiones, ha propiciado protestas y reivindicaciones, y ha dado importancia a las mujeres como acompañantes, consejeras y orientadores de otras mujeres (Simonis, 2012: 166).

La aproximación desde el cuerpo como categoría hermenéutica cobró fuerza para la creación de esta teología. Para Ivone Gebara, monja y teóloga brasileña de gran influencia,¹¹⁵ la teología propone un cambio en la concepción y en la relación del cuerpo femenino, pues es ahí en donde se cimienta la estructura de las relaciones patriarcales.

Las teólogas feministas de Norte y Sur desarrolladas como seres intelectuales, provocaron necesidades existenciales que la religión no sació. Confrontadas con la estrechez androcéntrica, reconocieron que el fundamento patriarcal de las religiones está basado en la masculinidad de Dios. En este sentido, la experiencia espiritual de las teólogas, lo “abarcó todo” y la ortodoxia de las religiones las hizo crear otras maneras de hacer religión y buscar/encontrar la espiritualidad femenina; así co-crearon la religión de la Diosa¹¹⁶ y creyeron el dogma “la Diosa dentro de sí y en todas partes al mismo tiempo”.

2.1.2. La religión de la Diosa en el Norte de América

La hazaña de la religión femenina y de la Diosa, brotó a finales de los sesenta y principios de los setenta en Gran Bretaña y Estados Unidos (Eller, 1999). La religión creada por mujeres, se expande con la ola de nuevas espiritualidades o religiones “hechas a la medida” que se estaba dando en Estados Unidos. El “despertar de la Diosa” se da en el contexto de la Nueva Era, momento simbólico del inicio de la Era de Acuario, el “despertar femenino” es vivido como un cambio de conciencia humana.

La búsqueda de realidad histórica y material de la Diosa reconoció el testimonio y su existencia en un pasado histórico evolutivo, y así surge la necesidad de revitalizar el culto. Ante la Diosa

¹¹⁵ Ivone Gebara fue censurada en 1994 por el Vaticano, imponiéndosele dos años de silencio para que reformulara sus planteamientos.

¹¹⁶ A esta corriente teológica y a este grupo de mujeres que se alejan de la Iglesia para buscar otras maneras de teología y hermenéutica en su acercamiento a la divinidad y lo sagrado, se le conoce como movimiento «post-cristiano» de Espiritualidad Femenina (Gibellini, 1998).

como realidad histórica humana, diversas disciplinas se enfocaron a analizar e interpretar la polaridad divina femenina. El estudio y el conocimiento de la Diosa tienen un amplio y complejo espectro multidisciplinario. Elaboro la siguiente representación gráfica, con el afán de visualizar los esfuerzos individuales y colectivos de hacer surgir y develar la realidad material, simbólica, arquetípica y energética de la Diosa.¹¹⁷ Los trabajos pioneros en el estudio de la Diosa generaron líneas de investigación y creación al respecto; los trabajos más racionalistas crean una realidad histórica de la etapa primigenia de la humanidad a través de evidencias comprobables en disciplinas de las ciencias sociales e históricas.¹¹⁸ Otra corriente de estudios de la Diosa o del divino femenino nace en la psicología profunda que estudia y analiza la psique de los arquetipos y su fuerza para la transformación individual y colectiva. A continuación presento un mapa de las genealogías de los estudios multidisciplinarios y aproximaciones a la Diosa y lo femenino.

¹¹⁷ “Frazer inmortalizó el culto ancestral a la Diosa, Bachofen creó la utopía de su gobierno, Graves le dio identidad artística, Briffault le otorgó los poderes sacerdotales, Jung y Neumann la autorizaron como generadora de nuestra actividad psíquica... Gimbutas mostró su huella material” (Simonis, 2012: 91).

¹¹⁸ Campo en donde ha causado fuertes polémicas y han sido duramente cuestionado por modelos científicistas patriarcales.

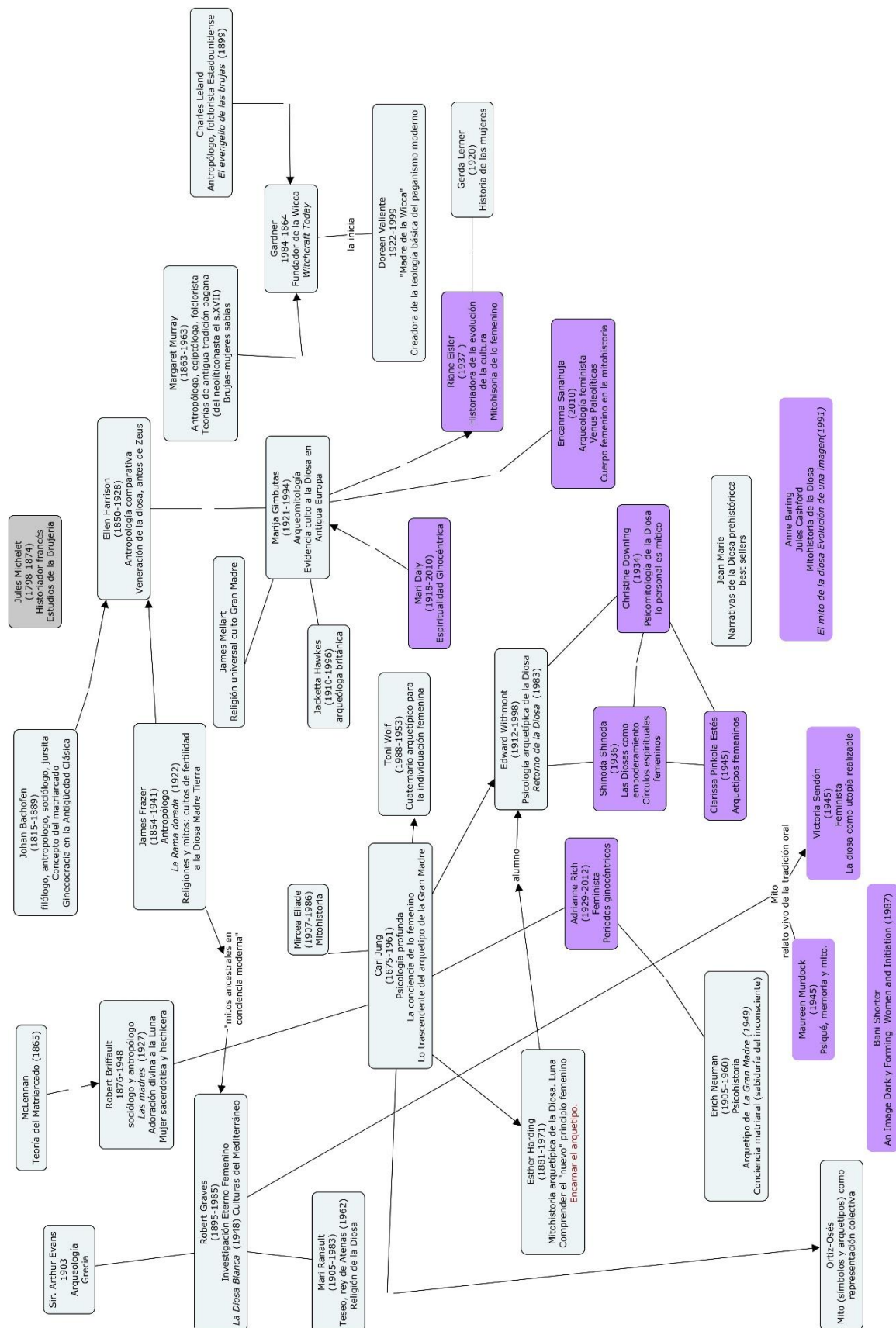


Ilustración 3. Genealogías de estudios multidisciplinares y aproximaciones a la Diosa y lo femenino. Elaboración propia.

Como tal, la religión de la Diosa es el movimiento que inició con un campo excéntrico de investigación seguida por Gerald Gardner,¹¹⁹ después de la segunda guerra mundial. En 1954 publica *Witchcraft Today*, un relato de brujería moderna. La antropóloga Margaret Murray escribió la introducción del libro asegurando que la brujería moderna era un remanente de la religión pagana que existió antes de la casa de brujas.¹²⁰ Los libros de Gardner¹²¹ desataron un tipo de espiritualidad femenina combinando tradición e innovación, fue conocida como Wicca.

En Estados Unidos, entre la década de los setenta y ochenta, grupos de feministas espirituales¹²² y teólogas de la época, dieron paso a una religión alternativa, una práctica espiritual que se salía de los márgenes de cualquier religión. El paganismo y la brujería fueron inspiración para estas mujeres, y les permitió ejercer y practicar su espiritualidad (Spretnak, 1982; Christ, 1987; Eller, 1995, 1999; Adler, 1997; Griffin, 2000; Radford, 2006) muchas de ellas se autonombraron brujas o neopaganas.¹²³ Los cultos a la(s) Diosa(s) que las mujeres hicieron resurgir o reinventaron del paganismo, tienen milenios de antigüedad, y es en el feminismo que se le da una nueva forma de ritualidad y espiritualidad entretejida con la militancia a favor de las mujeres.¹²⁴ El neopaganismo, fue importado de Gran Bretaña¹²⁵ y atrajo a mujeres que, después se volvieron feministas y con el tiempo, atrajo a más mujeres feministas (Eller, 1999: 25).

Feministas espirituales de Estados Unidos, encuentran que los inicios de la Espiritualidad Femenina como movimiento social, fuera de los ámbitos religiosos, emerge en los grupos de *Consciousness-raising*, grupos de concientización o grupos para elevar la conciencia feminista.¹²⁶ Estos grupos de mujeres surgen en 1967, propuestos por el grupo feminista *New*

¹¹⁹ Gerald Gardner (1884 -1964) fue un escritor ocultista, antropólogo aficionado y brujo practicante que publicó algunos textos claves para el desarrollo de la religión neopagana, llamada Wicca.

¹²⁰ Años más tarde, varios antropólogos desacreditaron el trabajo de Murray.

¹²¹ *A Goddess Arrives* (Una Diosa llega) (1939) y *High Magic's Aid* (La Ayuda de la Alta Magia) (1949), *Witchcraft Today* (Brujería Hoy) (1954) y *The Meaning of Witchcraft* (El Significado de la Brujería) (1959).

¹²² Los grupos feministas precipitaron el cambio profundo de conciencia que implica esta espiritualidad.

¹²³ Ahora, a este movimiento global femenino de espiritualidad se le ha nombrado como Wicca, paganismo, neopaganismo, brujas, eco y feministas espirituales, hijas de Gaia.

¹²⁴ Aunque el neopaganismo no haya sido desde sus inicios feminista, las teólogas y feministas espirituales lo reinterpretaron desde el empoderamiento y la liberación femenina.

¹²⁵ Eller, también señala que a la par del surgimiento del neopaganismo en Gran Bretaña, en Estados Unidos hubo otro movimiento paralelo, independiente y oculto de espiritualidad femenina.

¹²⁶ Crear concientización significa para el movimiento, ayudarse a una misma y ayudar a otras a adquirir conciencia política. Los grupos de concientización, grupo de mujeres que se reunían para discutir y analizar sus vidas, buscaban tener una comprensión de la opresión de las mujeres, sin la presencia de los hombres. Conciencia que hace despertar de la opresión.

York Radical Women (NYRW);¹²⁷ los grupos se esparcieron rápidamente por los Estados Unidos;¹²⁸ y su método reivindica un abordaje radical de la autoayuda o *self-help*, basándose en la toma de conciencia individual y colectiva de las mujeres¹²⁹ (Sarachild, 1978). Las experiencias de los grupos, les dio a las mujeres la capacidad para descubrir cómo los propios problemas, son los mismos en todas las mujeres (como la necesidad de un aborto, la sobrevivencia a la violación, los conflictos entre los cónyuges, la mayor carga de tareas domésticas, etc.).¹³⁰ Para los grupo de conciencia feminista, los sentimientos son esenciales en la lucha feminista; porque reflejan lo malo que les pasa a las mujeres, y también, reflejan la esperanza, los deseos, y el saber que algo bueno pasará (Sarachild, 1978). En los grupos de *self-help* se comparten los sentimientos, “dejándose ir, a ver a dónde los sentimientos llevan”; porque los sentimientos conducirán a las ideas y luego a las acciones.¹³¹ Eller (1999: 25) señala que los grupo de autoayuda les dio la libertad a las mujeres para hacer lo que ellas siempre habían hecho, pero ahora era valorado de manera diferente, ahora era vivido como expresión política y como la posibilidad de usar cualquier gama de posibilidades y capacidades para vivir de nuevas maneras la auto-realización y poder ofrecer a otras, el espacio cultural para hacer lo mismo.¹³²

Algunas mujeres en estos grupos vivieron experiencias numinosas,¹³³ lo que les permitió comprender que la definición de la experiencia espiritual en las religiones estaba fincada sobre la falacia androcéntrica. Desde ahí, ellas denunciaron a las religiones patriarcales de Estados Unidos, y se sembró el germen para re-crear una religión femenina y feminista. Así también, las mujeres vivieron los grupos de autoconciencia como experiencias rituales, en donde se

¹²⁷ Fue uno de los primeros grupos feministas de la segunda ola del feminismo, grupo radical que existió desde 1967-1969. Llamaron la atención de los medios a nivel nacional, cuando desplegaron una pancarta en el certamen de Miss América en el 1968, la pancarta decía: “*Womens Liberation*” (“Liberación de la Mujer”).

¹²⁸ En 1971 los grupos de concientización feminista ya era considerados como la columna del movimiento de liberación de las mujeres (Brownmiller, 2000).

¹²⁹ Al explicar la teoría detrás de la toma de conciencia en una charla 1973, Kathie Sarachild remarcó que “Desde el comienzo de la toma de conciencia [...] no ha habido un método para elevar la conciencia, lo que realmente cuenta en la toma de conciencia no son métodos, sino los resultados. Los únicos ‘métodos’ de toma de conciencia son esencialmente los principios políticos radicales básicos de ir a las fuentes originales, tanto histórica y personal, yendo a las personas, a las mismas mujeres, a experimentar la teoría y la estrategia”. La mayoría de los grupos CR sí siguieron un patrón similar de encuentro y discusión (1978).

¹³⁰ La percepción de que los problemas personales son individuales, son un reflejo de la separación y desconexión de la Tribu Femenina, del colectivo de mujeres producto del orden patriarcal y capitalista.

¹³¹ Ellen Willis feminista radical de Estados Unidos, periodista y músico escribió en 1984, que la autoconciencia había sido “malinterpretada y menospreciada como una forma de terapia”, pero que en realidad, en su momento y contexto, “el método primario para entender la condición de las mujeres” y consistió en “la herramienta más exitosa de organización de movimiento”. Willis, también opinó que el movimiento tenía ausencia de teoría.

¹³² A esta rama del feminismo se le conoce como “feminismo cultural” término que tomó significados peyorativos, por considerarse esencialista.

¹³³ Experiencia relativa a lo espiritual y sagrado.

mostraron historias de vida y en donde se afirmó la sororidad (Christ, 1980). Feministas espirituales encontraron su “iniciación” en estos grupos de mujeres, en donde alcanzaron experiencias espirituales en su viaje colectivo hacia sí mismas.

El feminismo secular-radical se vio influenciado por estas experiencias espirituales; un ejemplo es la comunidad lésbica feminista de Estados Unidos del momento. La revista *WomenSpirit* fue publicada por un pequeño colectivo de Oregon de 1974 a 1984, según la historiadora Cynthia Eller (1999), la revista sirvió como “veleta” para el movimiento de la Espiritualidad Femenina en sus comienzos. *WomanSpirit* fue la primera revista periódica lesbiana/feminista dedicada exclusivamente al tema del feminismo y la espiritualidad. Durante los años 1970 y 1980 y gracias al aumento de la red de prensa feminista alternativa, la revista floreció y llegó a una gran audiencia en los Estados Unidos (Long, 2008). Desde esta confluencia del feminismo y el lesbianismo, Mary Daly se encontró con la misoginia de la Iglesia, por lo que optó por buscar-crear una espiritualidad más amplia que incluya la completa y total expresión corporal y sexual de las mujeres; de ahí su labor de analizar el lenguaje masculino de la iglesia, con el fin último de reconstruir social y culturalmente, la espiritualidad y la sexualidad femenina.

Es en 1979 cuando Naomi Goldenberg¹³⁴ propone la palabra “teología” para el estudio y el conocimiento de la Diosa.¹³⁵ La religión de la Diosa, no reinterpreta el credo androcéntrico, sino que se desenmarca de éste y crea el propio credo y elabora su propia “teología”. La cosmovisión de la espiritualidad de la Diosa, fue recreada en colectivo y con la confluencia de recursos y discursos que circulaban entre los colectivos de mujeres feministas, teólogas y mujeres buscadoras espirituales. Así, se fue revelando la importancia y la trascendencia de la religión y decidieron no dejarla en manos patriarcales. Para finales de la década de los setenta, la espiritualidad de la Diosa en Estados Unidos, como religión y como práctica, estaba definida por los movimientos sociales, académicos y culturales que se conjugaron: la ola de reconstrucciones a los mitos y arquetipos de la Gran Madre y las Diosas desde una perspectiva femenina y feminista, el auge de los grupos exclusivos de mujeres practicantes de la tradición Wicca, el tema de la espiritualidad como parte de las reivindicaciones feministas. Así, estas mujeres de Estados

¹³⁴ En su libro *Changing of the Gods: Feminism and the end of traditional Religions*, Boston, Beacon Press.

¹³⁵ Estudios que investigan el arquetipo de lo Divino Femenino en las culturas antiguas, en tradiciones ancestrales y en las experiencias de las propias mujeres. Se recurre a la arqueología, la mitología, la tradición popular, la psicología profunda junguiana, los símbolos y las imágenes sagradas para concebir y vivir una deidad femenina que habita en el yo interior y que es una con la naturaleza.

Unidos y Gran Bretaña, recrearon un culto a la Diosa, cuyas raíces históricas se encuentran mucho más lejanas del inicio de la cultura occidental.

A finales de los ochenta y principios de los noventa, emergió la evidencia material de la existencia de la Diosa en la cultura humana, la reconocida arqueóloga lituano-estadounidense Marija Gimbutas, fue la principal voz para mostrar las culturas de la Diosa que existieron en la Vieja Europa. Gimbutas dirigió excavaciones en Europa Central y del Este y sacó a la luz evidencias de la “Civilización de la Diosa” -como ella la llamó- y que se desarrolló entre el 6 mil 500 y el 3 mil 500 a. C., de manera independiente de Mesopotamia. Los restos materiales que Gimbutas encontró de aquella antigua cultura, no contienen objetos defensivos, ni tampoco ninguna alusión a guerras, batallas o confrontaciones; Gimbutas interpretó aquellas culturas como una sociedad pacífica, que no construía armas de guerra y se dedicaba a la agricultura, al arte, al comercio y a la religión, y en la que -según las evidencias funerarias- no había jerarquización de los géneros. Las teorías de Gimbutas describen una religión universal de culto a la Gran Madre en una amplia zona en Europa. Los discursos feministas y pacifistas retomaron sus hallazgos para afianzar aún más su intuición y usarlos como ejemplo de la existencia de civilizaciones las llamadas “matriarcales”, las que no conocían el uso de la violencia. Los hallazgos arqueológicos de Gimbutas suman al debate sobre el matriarcado,¹³⁶ sus teorías desafiaron lo establecido por la academia científicista. Artistas, psicólogos y psicoanalistas, feministas y adoradoras de la Diosa, así como algunos sociólogos se sintieron atraídos por esta historia contada y documentada de la humanidad, también ha servido como inspiración para un proyecto a futuro, como utopía feminista, como ideal y realidad de sociedad y humanidad.

En la década de los ochenta el movimiento de la Diosa tomó fuerza, prácticas neopaganas se proliferaron tanto en Estados Unidos, como en Gran Bretaña. Y en la década de los noventa en Estados Unidos, el movimiento se popularizó con el internet y cuando algunos periódicos hicieron reportajes en California, de los grupos de mujeres practicantes de la Wicca y de rituales a la Diosa.¹³⁷ En 1992 la revista *ELLE* publicó un artículo titulado “*Goddesses, Gaia and the Witch Next Door*”, y en la misma década la revista *TIME* divulgó un artículo sobre las

¹³⁶ Marija Gimbutas propone usar otros nombres para nombrar a estas civilizaciones, que no denote al ejercicio coercitivo del poder, para pensar en una sociedad igualitaria.

¹³⁷ Wicca Compared to Christianity. Los Angeles Times May 25, 1990 http://articles.latimes.com/1990-05-25/news/vw-114_1_wicca-christianity-mother-s-day-celebrations.

“brujas” en Wisconsin y reportó 100 000 adherentes y practicantes en todo el país¹³⁸ (Griffin, 1999).

En 1993 el Papa Juan Pablo II, censuró las prácticas de católicas feministas estadounidenses que habían alcanzado cierta prominencia; prácticas de veneración a la Diosa en la tierra o la Madre Tierra. La preocupación del Vaticano señalaba que el debate teológico feminista se había desbordado, cayendo en el culto pagano (Cowell, 1993). Hecho que bastó para que se difundiera por Estados Unidos el movimiento de la espiritualidad de la Diosa. En mayo de 1994 se celebró el primer Festival Internacional de la Diosa en California. En esta década se publicaron decenas de libros sobre espiritualidad femenina, de cómo sanarse y dejarse sanar, así como la posibilidad de “convertirse en la Diosa”.

La religión de la Diosa está basada en tres principios: la inmanencia, la interconexión y la comunidad. La inmanencia, significa que la(s) Diosa(s) y Dios(es) “están encarnados y que cada uno es una manifestación del ser viviente en la Tierra, que la naturaleza, la cultura y la vida en toda su diversidad son sagradas”¹³⁹ (Starhawk, 1979: 36). La interconexión es la comprensión de que todos los seres estamos interrelacionados y unidos a todo el cosmos como un organismo vivo; lo que afecta a uno, nos afecta a todos.¹⁴⁰ La búsqueda de la Diosa lleva a las mujeres hacia sí mismas, y descubren a la “Diosa encarnada”, “la Diosa dentro de una misma”. Así también, la religión de la Diosa se vive en comunidad ya que el crecimiento y la transformación llegan con las interacciones íntimas y las luchas habituales; la comunidad incluye también animales, plantas, tierra, aire, agua y sistemas de energía que sostienen la vida (Starhawk, 1979).

2.1.3. Espiritualidades de la Diosa en Latinoamérica

En América Latina, la transformación de la espiritualidad de las mujeres siguió un camino paralelo a lo que vivieron sus congéneres del primer mundo. En Sudamérica, las teólogas de la liberación fueron descubriendo en lo individual y colectivo la pequeñez de la teología androcéntrica y comenzaron a abrir y transformar su perspectiva de lo sagrado y la praxis de la espiritualidad femenina.

¹³⁸ Richard Smoley en 1998 estimó de 200,000 a 500,000 adherentes a la comunidad de la Diosa en Estados Unidos.

¹³⁹ Para Starhawk, La inmanencia llama a vivir la espiritualidad desde la acción.

¹⁴⁰ Starhawk sostiene que la interconexión exige que seamos compasivos, y tener la capacidad de sentir con los demás para que nuestra pasión por la justicia despierte.

La argentina Ethel Morgan fue pionera de la nueva espiritualidad femenina y del movimiento de la Diosa en Sudamérica. En los años ochenta Ethel se encontró con un feminismo que no rechazaba la dimensión sagrada de la vida y cuestionaba el patriarcado de las religiones tradicionales y la violencia hacia la mujer enraizada en muchas teologías. Ethel tradujo una cantidad considerable de investigaciones de arqueólogas, antropólogas, expertas en mitos, sacerdotisas, chamanas y ritualistas, ocultistas feministas, psicólogas junguianas, etc., de Estados Unidos y Europa; ella buscaba compartir el potencial de este movimiento, las manifestaciones simbólicas, sociales y sexuales que encontró en la historia sagrada de las mujeres, de las brujas y de las Diosas, y su posterior eliminación con la llegada del patriarcado religioso y cultural. En los años noventa, Ethel escribió numerosos artículos sobre esta nueva Conciencia Femenina que se publicaron en varios países de Latinoamérica¹⁴¹ (Bernardo, 2008).

La espiritualidad que floreció entre la década de los ochenta y noventa, se presentaba como una forma de liberación de las mujeres en interconexión consciente con lo que posee vida, “con el fin de avanzar hacia nuevas relaciones sociales basadas en la justicia y la integridad de vida para las mujeres y para todo organismo de la tierra” (Aquino y Támez, 1998:16). La teología feminista de la liberación sería una lógica de vida basada en “los principios de la igualdad en la justicia, la plena integridad humana para cada persona, verdadera autonomía y autodeterminación, desarrollo integral, satisfacción universal de necesidades básicas, participación efectiva y equilibrio ecológico.” (Aquino y Támez, 1998: 20). Elsa Tamez e Ivone Gebara, teólogas primordiales de este movimiento de espiritualidad, nombran a la tercera fase de la teología feminista como ecofeminismo holístico (Gebara, 1993; Támez, 1998) que va más allá del campo espiritual y se conforma como una crítica y una propuesta para zuzcir la brecha producida por la cultura, la economía, la política patriarcal que se ha enfocado en la enajenación atroz por la Tierra.

El ecofeminismo holístico se consolidó como una propuesta político-espiritual para las mujeres teólogas de latinoamericanas a finales del siglo XX y principios del siglo XXI. De acuerdo con la tesis doctoral en teología feminista de Judith Riss (2010) diversas teólogas transformaron sus prácticas espirituales y encontraron en la naturaleza su paz y renovación; la poesía, la música y los colores se plantearon esenciales para las experiencias espirituales. Riss

¹⁴¹ Ethel Morgan escribió sobre la Nueva Espiritualidad de las Mujeres, Diosa, Lilith, Ginergia y Teología para el *Diccionario de Estudios de Género y Feminismo* coordinado por Susana Gamba y en el *Diccionario de Ciencias Sociales y Políticas* editado por Torcuato di Tella, Gamba y otros.

encuentra que las teólogas pudieron vivir la experiencia de amistad profunda entre mujeres, con quienes se compartieron los sufrimientos, los sueños y deseos. También, Ress muestra que en América Latina se están multiplicando los círculos de espiritualidad femenina, como círculos de mujeres en donde se vive un espacio de libertad y de sanación (2010).¹⁴²

El desarrollo del ecofeminismo latinoamericano, tiene como rasgo la revaloración de las cosmovisiones autóctonas y antiguas; aquellas que reconocen y celebran el tejido de la vida, celebran la diversidad y reconocen el parentesco (Ress, 2010). En experiencia de las ecofeministas latinoamericanas, la práctica chamánica y las tradiciones indígenas son vitales para poder reconstruir las cosmovisiones, cambiar epistemologías¹⁴³ y poder llevarlo a la transformación de la vida social. Para las teólogas feministas, el ecofeminismo las invitó a revisar sus símbolos de lo sagrado y a pensar el mundo con otros esquemas mentales y con una nueva cosmología. (2010: 116). El cuerpo, la genitalidad y la sexualidad femenina cobran gran relevancia como *locus* teológico¹⁴⁴ y espiritual; para ello es necesario deconstruir y volver a construir la experiencia de ser mujer, desde una mirada que sane la corporalidad femenina. Se busca la experiencia de una espiritualidad sanadora, un proceso de sanación colectivo como resultado del auto-conocimiento del cuerpo, ya que en el autoconocimiento profundo de sí misma, empiezan los cambios más radicales y fundamentales en las vidas, y por ende en las estructuras socio-culturales.¹⁴⁵

En América Latina, desde la década de noventa, ha habido una intensa reflexión colectiva sobre la relación mujer-poder y mujer-sexualidad-fertilidad-sensualidad-espiritualidad. La conversión de la Diosa feminista en América Latina, además de la postura antipatriarcal y androcentrista, también ha tenido una postura y una labor decolonialista. Así, teólogas ecofeministas se comprometieron con la investigación para visibilizar a las Diosas de Sudamérica,¹⁴⁶ las aportaciones fueron desde una mirada crítica y laica, capaz de incorporar la

¹⁴² En estos últimos tiempos los círculos de mujeres trascienden los círculos de la teología de la liberación y abarcan otros contextos de mujeres feministas, académicas, activistas y buscadoras espirituales.

¹⁴³ Fuentes de conocimiento para acceder a lo sagrado.

¹⁴⁴ Ress argumenta que la reflexión teológica ecofeminista, genera la búsqueda de relaciones de justicia desde la sexualidad / genitalidad femenina, que hasta hoy ha quedado fuera de la reflexión teológica patriarcal, producto de un silenciamiento colectivo (2010: 116).

¹⁴⁵ Los círculos de mujeres a los que hago referencia en la presente tesis, contienen estos discursos en relación al cuerpo y a la espiritualidad.

¹⁴⁶ La investigación colectiva llevada a cabo por las Escuelas de Espiritualidad y Ética Ecofeminista de Con-spirando *Virgenes y Diosas de América Latina: La resignificación de lo sagrado* (2004), dio la posibilidad de reconocer y reconstruir tanto deidades latinoamericanas como personajes ancestrales femeninos. La investigación estuvo conformada por diez equipos locales para investigar una Virgen a quién la gente de su zona o región realizara una fiesta, con

dimensión olvidada del poder que tiene la Virgen, “no sólo como figura religiosa sino como figura arquetípica de mujer poderosa que se presenta al amparo de una imagen femenina nutricia y sin poder” (Díaz, 2003: 4). Las estudiosas de la Diosa de América Latina, buscaban encontrar una dimensión nueva de ritos que reforzaran la identidad femenina y poder reconectar con símbolos sagrado que ya anteriormente eran valorados por las mujeres y los hombres. El culto a la Diosa desde el Sur del continente está siendo un camino que ha conducido a las mujeres a redescubrir las propias raíces históricas/ancestrales, así como a encontrar la propia identidad. De esta manera, América Latina recorre su propio camino en el movimiento de espiritualidades femeninas/feministas.

2.1.4. Re-conocer lo -sagrado- femenino

Las Ciencias Sociales han estudiado el papel de la mujer en el ámbito social, cultural y simbólico. Se ha estudiado cómo las representaciones binarias y jerárquicas, vinculan esencialmente a la mujer con la naturaleza y la hace opuesta a la cultura.¹⁴⁷ Así también, se han estudiado y visibilizado las prácticas y representaciones que sitúan a las mujeres y lo femenino por debajo del hombre y lo masculino; enculturación histórica definida, asignada y asumida por género.¹⁴⁸ A las mujeres, por tener el cuerpo que gesta, da luz y alimenta la vida, se les asignaron los roles del cuidado, de lo doméstico, quedando fuera de la vida civil y política. El rol ha sido impuesto para el funcionamiento de este sistema jerárquico. El rol de “mujer-madre” es un eje primordial de la reproducción social, de ahí la asignación de la maternidad como fundacional de la identidad de las mujeres.

La enculturación del rol desarrolla corporalidades, subjetividades e identidades en las mujeres, también se definen y normalizan sensibilidades, emociones, actitudes y habilidades para cada rol. La psicología profunda explica cómo los roles o patrones culturales tienen sus orígenes en raíces arquetípicas o instintivas. Para Robert Stein (1990), analista junguiano, tanto hombres como mujeres nos hemos visto atrapados por ciertos arquetipos femeninos o masculinos, y en

entrevistas y observación participante en los lugares de culto y de rituales. Para la publicación del trabajo colectivo ver : <http://conspirando.cl/wp-content/uploads/2016/05/Revista-Con-spirando-45.compressed.pdf>.

¹⁴⁷ Se asocia mujer/naturaleza para expropiar, explotar, oprimir, devaluar, y asociarla con un valor cultural negativo, argumento patriarcal para despojarla de su autonomía. Autoras ecofeministas como Plumwood, Mellor, Ress, Puleo, y otros como Alan Watts (1988) y Riane Eisler (2000) plantean que el hecho de que lo femenino y las mujeres sean desvalorizadas y oprimidas, tiene una importancia capital en las crisis económicas, sociales, políticas y ecológicas que estamos viviendo.

¹⁴⁸ El género biofísico normalizado en la cultura occidental es binario hombre-mujer.

el caso de las mujeres los roles maternos y eróticos han sido los obligados a desempeñar. El rol femenino se construyó desde la subordinación, el “ser para otros”, perdiendo así su autonomía; el impulso vital de las mujeres ha estallado en crisis de sentido y malestar. La teoría feminista cuestiona la jerarquía, desnaturaliza los roles esencialistas liberando la identidad de las mujeres de lo “femenino”.

También, los estudios sociales y culturales han dado cuenta de la significación y la práctica en torno a lo femenino en la historia de la humanidad. Se reconoce que la diferencia no siempre fue desigual y que en el imaginario existen otras formas de concebir lo femenino. La mito-historia nos da claves del Femenino antes de ser subordinado, sacrificado, colonizado y abandonado en la era patriarcal.

En este sentido, abordo “lo Femenino” como patrón universal de la psique humana, estructuras de la conciencia tanto de hombres como de mujeres. Arquetipo que aparece en todas las culturas, en las tradiciones psicoespirituales de todo el mundo como polaridad interna de los opuestos que existen en los mundo naturales y simbólicos (Zweig, 1993). Lo Masculino y lo Femenino arquetípicos son cualidades de la psique, del alma, a las que podemos acceder para sentir y expresar la totalidad (Stein, 1990). Lo Femenino ha sido reprimido tanto en hombres como en mujeres; liberarlo es lo que nos llevará como humanidad a otra etapa evolutiva, para contemplar los valores considerados masculinos y femeninos como complementarios y necesarios. Por ello, no se trata de suprimir lo masculino, sino que en este momento histórico, es necesaria la fuerza/energía de lo femenino para que resurja lo reprimido. Es nuestra tarea retejer de manera consciente aquellos mitos en donde se polariza y se asocia los poderes superiores a lo masculino y los inferiores a lo femenino, imágenes poderosas que están en nuestro inconsciente y que ayudan a mantener la mentalidad de dominación; el movimiento feminista ha luchado por liberar de estos roles y patrones opresivos.

La psique evoluciona cuando se está en estado consciente, la conciencia se reevoluciona a sí misma con esfuerzo e intencionalidad, de ahí la importancia de hacer surgir lo Femenino consciente. Para la conciencia de lo Femenino es necesaria la voluntad para imaginarlo, sentirlo y encarnarlo en colectivo. Lo Femenino consciente ya no se limita, va a descubrir y expresar su capacidad activa, creadora, transformativa.

La nueva feminidad exige autoafirmación. Zweig (1990) plantea que la conciencia contemporánea de lo femenino tiene que ver con el nacimiento de un respeto por los valores de

conectividad, comunidad, ecología, consenso y curación. Para Riane Eisler (1987) los valores femeninos son la compasión, la no violencia y el cariño por todos los campos y niveles de la vida. Lo Femenino como el principio arquetípico, estructura de la conciencia que se revoluciona, principio sagrado, encarnado, interconectado que habita en hombres y mujeres. Simmer-Brown (2002) estudia lo femenino en el budismo, reinterpretándolo como niveles de realización personal: lo sagrado del cuerpo, tanto femenino como masculino; el punto de encuentro profundo del cuerpo y la mente en la meditación; el reino visionario de la práctica ritual; y las cualidades vacías y espaciales de la mente misma. Las interpretaciones de Simmer-Brown desde su experiencia abren posibilidades de cómo lo femenino puede ser reinterpretado y llevado a la práctica cotidiana. Desde mis planteamientos, la encarnación de lo femenino es conciencia de género para el cambio radical de la mente/cuerpo, para tener como prioridad vital el autocuidado, la salud, y los valores de la vida en bienestar.

2.2. Ritualidad femenina en México

En México, la espiritualidad femenina emerge y se prolifera con el movimiento cultural de la Nueva Era, movimiento global que no tiene una doctrina definida, ni una estructura jerarquizante. Cristina Gutiérrez estudió cómo en México, la Nueva Era se constituyó desde sus inicios como “asociaciones civiles independientes entre sí que promueven un proyecto cultural, educativo, terapéutico, ecológico, de salud alternativa, de mujeres, o de promoción de grupos indígenas”; la red de redes permitió la interconexión de iniciativas comunes (Gutiérrez, 1996a; 94). La diversidad de buscadores y buscadoras de prácticas espirituales y estilos de vida, han entretejido esta red de redes, trayectorias de vida, prácticas, lugares y momentos para la manifestación del movimiento. En nuestro país, con el movimiento cultural/espiritual alternativo surge un movimiento de reindianización de la cultura mexicana: la mexicanidad; que revaloriza lo precolonizado y rechaza el sincretismo católico (De la Peña, 2012). También, surgen hibridismos que se les conoce como una nueva mexicanidad o neomexicanidad (De la Torre, 2006, 2007; De la Torre y Gutiérrez, 2012), movimiento urbano que reivindica la identidad nacional, revitaliza y reinventa diferentes tradiciones culturales y religiosas.¹⁴⁹ Ante la apertura de

¹⁴⁹ En su estudio, Gutiérrez (1996) encuentra diferencias entre las bases sociales de cada uno de los movimientos, mientras que los grupos de la neomexicanidad eran mayoritariamente profesionistas urbanos con ingresos medios y altos, los grupos de la mexicanidad eran “heterogéneos y con un fuerte ingrediente de extracción india y campesina.” De la Torre (2008) argumenta que tanto la mexicanidad como la neomexicanidad son reinenciones de las tradiciones, pero manifiestas desde dos formas diferentes de responder a los procesos de globalización.

la neomexicanidad por simbolizar lo indígena desde discursos y concepciones, las prácticas rituales tienen gran carga sincrética. El elemento del “sagrado Femenino” está presente en las cosmovisiones de los grupos del movimiento de la mexicanidad y la nueva mexicanidad. El estudio de la tradición visibiliza lo Femenino como dualidad del universo, la otra fuerza que sostiene las relaciones sociocósmicas de la humanidad;¹⁵⁰ también, se consideran a las mujeres gobernantes, sabias, administradoras de recursos y relaciones.¹⁵¹ Sin embargo, las prácticas rituales de muchos grupos de la mexicanidad se muestran excluyentes de las mujeres y sobre todo de las mujeres menstruantes. La perspectiva femenina del movimiento de la neomexicanidad, cobra conciencia de género para visibilizar el poder ancestral de las mujeres y de lo femenino. Mujeres de la neomexicanidad están creando espacios de inclusión y revaloración de lo femenino, su energía y ciclicidad. La postura feminista de la tradición tiene una base organizativa para reivindicar la mitología femenina alrededor de las Diosas, la Luna y la Tierra; las mujeres han re-interpretado tradiciones y prácticas a la luz de la equidad de género y desde una perspectiva feminista.¹⁵² Así también, gracias a este movimiento cultural-espiritual, muchas mujeres se están formando y empoderando para convocar, guiar y sanar a mujeres y hombres en rituales colectivos.

Las mujeres suman al tejido de la red de redes de la espiritualidad alternativa femenina en México. A continuación presento tres grupos que identifiqué como pioneros en prácticas espirituales femeninas en nuestro país: los círculos de Regina, los círculos de la danza de la luna y la Escuela del Amor, parten de lo que Rosario Ramírez estudió en su tesis doctoral (2017) como expresiones femeninas de los movimientos de la neomexicanidad. Desde estos tres grupos precursores, se han conformado las trayectorias de vida de las mujeres que son clave para el desarrollo de un movimiento de espiritualidad femenina, mujeres “nodo”,¹⁵³ mujeres agenciadas¹⁵⁴ que tejen la red del movimiento, sumando a más mujeres y colectivos.

¹⁵⁰ Como Tecuhtli la parte masculina y Cihuacoatl la parte femenina quien administraba los recursos y las decisiones del consejo de gobernantes.

¹⁵¹ Mujeres gobernantes que la historia ha dejado ver, como Cihualpilli, Malinalxochitl, Malinalli Tenepal (Malinche).

¹⁵² Un ejemplo de este movimiento es la feminización de los rituales como las Danzas, los Temazcales, las pipas y los vastones sólo para mujeres, así como también, la inclusión de mujeres menstruantes en la ritualidad en donde también participan hombres.

¹⁵³ Según Argyriadis y De la Torre (2012) los actores “nodo” son los que de acuerdo a su liderazgo y prácticas articulan circuitos y generan vínculos dentro de la red *new age*.

¹⁵⁴ Léase mujeres empoderadas.

2.2.1. Los círculos cuadrados de Regina

El grupo de las(los) Reginistas o las Reginas ha sido de los grupos más visibles dentro del movimiento de la nueva mexicanidad, el movimiento parte con la obra literaria de Antonio Velasco Piña *Regina: Dos de Octubre no se olvida* (1987) que se convirtió en un fenómeno literario espiritual en todo el país¹⁵⁵ (De la Torre: 2014).¹⁵⁶ Después de la publicación del libro, Velasco Piña se reúne con 13 diversas mujeres que habían participado en sus grupos de estudio, para que se comprometieran a conformar otro círculo con diez mujeres más para el año de 1990, a estos grupos de mujeres las llamó “Círculos Cuadrados de lo Sagrado Femenino”¹⁵⁷ o “Círculos de Regina”. Los grupos de mujeres se reunían una vez al mes o a la semana para platicar de lo relacionado a ser mujer y a la espiritualidad, también danzaban, bordaban o rezaban.¹⁵⁸ Buendía (2014) menciona que las mujeres tenían una guía para las discusiones y el diálogo al interior de los círculos; según la tesis de Buendía, este manual fue creado por las primeras fundadoras y aborda lo que significa ser mujer, los ciclos menstruales y su relación con la espiritualidad, la importancia de tener su propio árbol genealógico, las diosas (prehispánicas incluidas aquí la Virgen María y Regina) los símbolos sobre las diosas de diferentes culturas, métodos anticonceptivos, las emociones, la función de la vida, la mente, la menopausia, la intuición. (2014: 69)

Según Buendía (2014) la mayor parte de las mujeres que entraron a los grupos de Regina, era mujeres profesionistas con ideas sobre la igualdad de género y con algunas prácticas en su vida cotidiana que rompía con expectativas patriarcales de la generación de sus madres. El proceso reflexivo y la encarnación de los resultados de las luchas feministas de la década de los

¹⁵⁵ En marzo de 1991, en el programa televisivo Siempre en Domingo, de la televisora mexicana Televisa, Raúl Velasco hace publicidad al libro lo que redundó en la masificación del libro, convirtiéndose en *best seller*, con más de 15000 ejemplares vendidos.

¹⁵⁶ De acuerdo con Renée De la Torre y Cristina Gutiérrez (2011) los Reginistas encontraron en el libro claves para crear una síntesis entre su búsqueda en donde integran elementos de la espiritualidad oriental, las sabidurías ancestrales en los grupos indígenas, y las prácticas de religiosidad popular bajo una mística que reivindica el rescate de la “espiritualidad de la mexicanidad”. Las autoras encuentran el movimiento de los reginistas como ecléctico: “reivindica distintas tradiciones autóctonas (aztecas, mayas, olmecas o zapotecas) y que está dispuesta al diálogo con otras tradiciones culturales (la India, el Tíbet, el Islam)”. Las prácticas rituales reginistas están encaminadas a “provocar el despertar de la mujer dormida”. Las caminatas sagradas, así como la conmemoración de la muerte de Regina cada 2 de octubre, son sus rituales más importantes.

¹⁵⁷ Existe un sello editorial con perspectiva holístico-femenina que también se llama “Círculo Cuadrado” en donde se han publicado algunos libros de Velasco Piña, José Argüelles, Ruz Buenfil, Víctor Sánchez y Emma Godoy.

¹⁵⁸ Las actividades principales que realizan las mujeres de los Círculos Cuadrados es la velación anual en la Aldea los Reyes (1° y 2° de Octubre), las caminatas ceremoniales en rutas consideradas sagradas cada mes, así como el “Ritual Olmeca” realizado cada 2 de Octubre en Domingo. Por su capacidad de convocatoria, es que los Reginistas son un grupo visible y presente de la nueva mexicanidad, grupo nodal que permite la cohesión con otros colectivos del movimiento.

setenta y ochenta, las llevó a cuestionarse por lo femenino y lo sagrado-femenino. En su búsqueda, las mujeres reginistas, resignificaron estereotipos de género y empezaron a danzar, a cocinar, a bordar huipiles y a hablar de temas femeninos: menstruación, sexualidad, menopausia; también desarrollaron su búsqueda de espiritualidad femenina/feminista desde la recuperación de los arquetipos y símbolos sagrados femeninos en diversas culturas y religiones.¹⁵⁹ El movimiento empezó a ser exclusivamente de mujeres, pero desde hace algunos años ha tenido cabida masculina.

En 1987, Patricia Ríos Duggan¹⁶⁰ conoce a Antonio Velasco Piña¹⁶¹ y la invita a formar parte de la segunda generación de los Círculos Cuadrados. Paty Ríos, como es conocida, es una “mujer nodo” de la red espiritual alternativa de la neomexicanidad (De la Torre y Gutierrez, 2011); es una mujer que por su búsqueda espiritual ha tejido un profundo y amplio espectro en sus trayectorias sociopsicoespirituales,¹⁶² desde su marco espiritual jesuita que vivió en su juventud, hasta ahora, ser reconocida como mujer medicina por la tradición Lakota. Su búsqueda espiritual la ha conducido a tener contacto y a ser iniciada por maestros reconocidos dentro de los circuitos de espiritualidad alternativa como lo es Domingo Dias Porta,¹⁶³ el Tío Luciano¹⁶⁴ y Antonio Velasco Piña (De la Torre & Gutiérrez, 2011). Para Paty Ríos, el mito de Regina fue la fuerza simbólica que la hizo conectar con lo sagrado femenino; en la década de los noventa, en la ciudad de Guadalajara, ella convoca a 12 mujeres diversas para crear conciencia del sagrado femenino. Este, su círculo cuadrado, estaba conformado por mujeres heterogéneas en sus orígenes, en su clase, y en sus liderazgos.¹⁶⁵

¹⁵⁹ La figura de Regina, fungió como mito contemporáneo femenino, mesiánico y nacional.

¹⁶⁰ Es mexicana de aproximadamente 60 años. Hija de padre mexicano y madre irlandesa. Estudió psicología, en la universidad jesuita de Guadalajara: el ITESO. Para una descripción de la trayectoria espiritual y social de Patricia Ríos, ver Renée de la Torre y Cristina Gutiérrez Zúñiga (2011).

¹⁶¹ En 1988 Velasco Piña, la invita a ella y a sus amigos al gran ritual en conmemoración del vigésimo aniversario de la muerte de Regina, experiencia que reafirma su búsqueda espiritual (De la Torre y Gutiérrez, 2011).

¹⁶² En 1988 Paty Ríos junto con otros jóvenes constituyen la Asociación Civil Dulce Camino, un centro de ayuda y asilo para las comunidades indígenas en Jalisco. En el año del 2003 Patricia Ríos queda al frente de la comunidad ecológica y de convivencia ecuménica Los Guayabos, en Zapopan Jalisco, cuando muere el líder espiritual de la comunidad, Luciano. La comunidad sigue el camino lakota, pero rinden homenaje a Regina cada año.

¹⁶³ Funda la Mancomunidad de la América India Solar (MAIS), enfocada al intercambio de conocimientos con las comunidades indígenas de América.

¹⁶⁴ Luciano Pérez es considerado un líder espiritual, se le atribuye a él y a Domingo Dias Porta, los primeros Inípis (temascales Lakotas) en México.

¹⁶⁵ Las mujeres que conformaron este primer círculo fueron: “la abuela América” dirigente de un albergue de niñas, jefas de comunidades wirrárricas y nahuas, mujeres promotoras de las comunidades indígenas y colegas de la UACI en la Universidad de Guadalajara (De la Torre y Gutierrez, 2011:39).

Ahora, las y los reginistas que se ha incorporado al movimiento, llevan a cabo las caminatas sagradas en la ciudad que van de la Basílica de Zapopan a la Catedral de Guadalajara; el grupo también participa como danzantes y danzan el día 12 de octubre en la Romería a la Virgen de Zapopan. A la fecha Paty Ríos es jefa de la comunidad Los Guayabos y es ahí que convoca a círculos de mujeres, y es invitada a participar en eventos y ceremonias de espiritualidad alternativa.¹⁶⁶

2.2.2. La Danza de la Luna

La Danza de la Luna es manifestación del movimiento de la nueva mexicanidad, la Danza de la Luna es una reinención de la tradición y una reapropiación femenina de ésta. La Danza de la Luna es muestra de cómo el movimiento del despertar de la conciencia femenina, va en aumento y se complejiza.

En 1987, Patricia Guerra Leal, conocida como la Abuela Totlananzin, durante su experiencia en la ceremonia ritual de Búsqueda de visión,¹⁶⁷ tuvo la visión de “restaurar el ceremonial lunar”. La Abuela, junto con otras mujeres iniciaron un trabajo profundo de investigación de Códices en donde se documentaba el ceremonial,¹⁶⁸ también se hizo trabajo de campo en comunidades indígenas, con mujeres de sabiduría quienes legaron de tradición oral un vasto compendio de ceremonias y ritos lunares, esta investigación duro 4 años y concluyó en 1992.¹⁶⁹ La primera Danza se realizó en 1992, en las faldas del volcán Iztaccíhuatl; Patricia Guerra, en aquel tiempo era pareja de Francisco Jiménez Tlacaoel,¹⁷⁰ quien estuvo presente y junto con un grupo de Antorcha Campesina, apoyaron a las mujeres a desarrollar su ritual.¹⁷¹ A partir de ahí, la Danza de la luna cobró forma contemporánea, las mujeres y las abuelas han revitalizado y reinventado la ceremonia. El formato que sigue el ritual, se emparenta con las

¹⁶⁶ Fue invitada al II Diálogo Multicultural Universal, celebrado en la Expo Guadalajara, también invitada al Consejo de visiones el llamado de la Salvia en Teopantli Kalpulli, Noviembre 2015.

¹⁶⁷ Ceremonia ritual de origen lakota, (algunos círculos del movimiento de la mexicanidad la han adoptado), consiste en un retiro personal a la montaña durante cuatro días (hay versiones que después de cumplir por 4 años, los cuatro días, se aumenta a siete y trece los días de retiro) en estado de abstinencia de alimento y agua con el propósito de tener una visión. Los y las buscadoras de visión son apoyados por el colectivo, quienes los esperan a pie de montaña con un fuego encendido y realizando temazcales.

¹⁶⁸ En la página 39 del Códice Borgia, aparece la danza femenina.

¹⁶⁹ http://danzadelaluna.mex.tl/1170627_Info.html, consultado en diciembre, 2016.

¹⁷⁰ Francisco Jiménez (Tlacaoel) funda la primera asociación religiosa de carácter indianista, reconocida y definida legalmente como una iglesia nativa registrada ante la Secretaría de Gobernación en 1993. (De la Peña, 2002).

¹⁷¹ <http://danzadelalunadelsur.blogspot.mx/p/blog-page.html>, consultado en mayo, 2017.

formas de la tradición Lakota de la Danza del sol; también se hacen cantos en Lakota, en náhuatl y en español, tanto en el círculo de la danza como en el temazcal.

El ritual de la Danza se realiza por cuatro noches.¹⁷² Se inicia con dos puertas (la mitad) del temazcal al atardecer, después las mujeres se ponen su atuendo, ahora todas las mujeres están vestidas de blanco de pies a cabeza y en cada paso que dan, suenan las coyoleras. Poco a poco, las mujeres se congregan alrededor del fuego, las abuelas dan palabras, instrucciones y bendiciones. Se hace la ofrenda de tabaco al fuego. Las mujeres (alrededor de 200, en el círculo de la Abuela Malinalli, 2013 y 2014) se acomoda por grupos según, las cuatro direcciones; y según la dirección, se hace un trabajo ritual de dar y recibir las energías arquetípicas del Norte, del Sur, del Oriente o del Poniente.

Una vez, que cada mujer tiene su lugar, se deja el círculo del fuego para ir al círculo sagrado de la danza; por delante ocho mujeres cantoras cargan y tocan la Jefa Tambor, los cantos ya se escuchan, el corazón late, la piel se enchina. Las mujeres formadas, entran al círculo sagrado de la danza, pidiendo permiso y agradeciendo la entrada. El tambor en el centro, entona el ritmo para los cantos rituales, en el movimiento corporal y grupal, se busca la armonía, el ritmo y la belleza; también se busca bailar en polaridad “masculino y femenino, adentro y afuera”. Con el movimiento colectivo, se dibuja mandalas en la Tierra, dirigidos a la luna y al cosmos, también a los elementales y a los guías espirituales. La experiencia ritual llega al momento de la ensoñación, estado alterado de la consciencia que permite la apertura para las visiones y los entendimientos, para elevar los rezos y agradecer la vida. Se descansa por cuatro tiempos y en el descanso las mujeres rezan la Chanupa, son atendidas y toman té o chocolate caliente con romero; algunas, se recuestan a descansar. Después de bailar y cantar toda la noche, al amanecer, se cierra la ceremonia con las otras dos puertas del temazcal.

En el día, se duerme poco porque se pide estar presentes en las actividades, charlas y talleres relacionados con la espiritualidad y la salud holística femenina. Se sugiere hacer ayuno con la intención de ofrendar el cuerpo a través del hambre, del frío y del cansancio para recibir una visión y “reconectar con la memoria”; a diferencia de la danza del sol que hay poco margen de flexibilidad, la danza de la luna, permite poca comida ligera. El estado alterado, permite “vencer la mente” y hacer un trabajo psíquico/somático de voluntad “para hacer lo que se tiene

¹⁷² Los círculos de Danza que se celebran en Teotihuacán, se llevan a cabo en la luna llena de octubre. Pero otros círculos escogen alguna otra luna llena del año, por ejemplo la Danza de la Luna que se realiza en Durango, se lleva a cabo en la luna llena de Mayo.

que hacer” y un trabajo de regeneración, de cambio, de transformación, para llegar a *Quetzalcóatl*, “la iluminación”, el ser en belleza.

Las danzantes portan un atuendo blanco de algodón, que consiste en una falda larga circular, y *quexquémitl*,¹⁷³ con bies de color azul cielo,¹⁷⁴ listones en las muñecas, coyoleras o cascabeles de tobillo, cada una lleva su *ayacaztli* o sonaja. La abuela Malinalli, pide hacer carta de intención del por qué se quiere danzar y se “pide permiso” de danzar con ofrenda de tabaco o copal para ella. También cada danzante lleva 52 rezos,¹⁷⁵ 13 de cada color: amarillos, blancos, rojos y azules. Las mujeres que se comprometen a ser danzantes de la luna y a portar la Chanupa, tiene que hacer la danza por mínimo cuatro años.

A la fecha el ritual de la danza de la luna ha tenido auge, cada vez son más las mujeres que asisten la luna llena de octubre a las tierras de Teotihuacán para llevar a cabo el ritual. Actualmente hay varios círculos de danza dirigidos por diferentes abuelas, por ejemplo la Abuela Malinalli del Círculo Matriz de Danza de la Luna Ollitlahuimetztli y la abuela Tonalmitl del Círculo Matriz de Danza de la Luna Xochimeztli de México; son abuelas líderes reconocidas y cada una, reúne de doscientas a cuatrocientas mujeres de todo el mundo que viajan para danzarle a la luna en el centro de México. También ellas han sembrado círculos en todo el continente, en Canadá, Estados Unidos, Costa Rica, Argentina, Colombia se han abierto círculos de danza de la luna, de este linaje femenino.

¹⁷³ Prenda característica de la indumentaria indígena de México. Está destinada a cubrir el torso de las mujeres. Se trata de dos fragmentos cuadrados de tela sobre que se cosen por dos lados de manera que forman un rombo con un hueco para meter la cabeza por él.

¹⁷⁴ El bies color azul cielo, es porque antiguamente las mujeres recogían sal en Texcoco y la sal se pone azul en la tela cuando se seca. La sal no cambia su estructura molecular, por ello nos recuerda el origen (Abuela Malinalli, Danza de la Luna, Teotihuacán, Octubre, 2013).

¹⁷⁵ Saquitos de tela rellenos de tabaco con las intenciones y peticiones, éstos son elaborados en un acto ritual (individual o colectivo), como parte de preparación de la danza.



Fotografía 3. Charlas de día, Abuela Malinali, en Danza de la Luna Teotihuacán, México. 2015. Fotografía publicada en el Facebook de la Abuela Malinali.

En la fotografía aparece el estandarte de la Diosa Coyolxauhqui; a principios de los noventa, las abuelas de la tradición escogieron a esta Diosa, porque representa la “mujer que ha sufrido”, la que sana el dolor interior y reconociendo la fuerza que hay dentro de sí. La Abuela Silvia Mayahuel de Minnesota, habla de la vital importancia de las Danzas de la luna para que con la disciplina las mujeres puedan recibir los mensajes y convertirse en sacerdotisas; reconociendo que es primario el empoderamiento de las mujeres en un plano político y social.

2.2.3. La Escuela del Amor y el Eterno Femenino

Margarita Núñez Álvarez es un referente en el movimiento del “despertar de lo femenino” a nivel global. Conocida como la Abuela Margarita, una mujer de alrededor de 73 años autoproclamada como curandera, ha viajado a países como España, Italia, Canadá, Argentina y Colombia llevando sus cantos, sus ceremonias y su palabra. La Abuela es reconocida por su sabiduría compartida desde la sencillez y el canto.¹⁷⁶ Pertenece al Consejo de Ancianos de América el cual reúne indígenas de distintas tribus para realizar ceremonias. Ella comenta cómo en su búsqueda espiritual, estuvo con la comunidad de la Conciencia Krishna, también participó en las reuniones de la Familia Arcoiris,¹⁷⁷ Consejos de Visiones, Danzas del Sol, y demás eventos

¹⁷⁶ La cantante y compositora española Amparo Sánchez graba con la Abuela Margarita el álbum “Corazón de niña”.

¹⁷⁷ Influenciado por la contracultura de los años 60 y los festivales de rock no comerciales de principios de los años setenta, los festivales Rainbow es un “movimiento de revitalización” con muchas filosofías y prácticas que tienen raíces en las tradiciones históricas utópicas de mediados del siglo XIX. La primera reunión fue llevada a cabo en

que ha promovido la conciencia y la espiritualidad alternativa. Diversas mujeres que convocan a círculos de mujeres en la ciudad de Guadalajara, han tenido la experiencia de ser iniciadas y aprender de la Abuela Margarita.¹⁷⁸

En la década de los setenta, Margarita Núñez y Esperanza Morán fundan la “Escuela del Amor Universal” en la ciudad de México, como una labor precursora de enseñanza y práctica de espiritualidad femenina. En aquella época, Esperanza Morán era instructora de Yoga de mujeres embarazadas, por parte de la GFU.¹⁷⁹ A principio de los años ochenta, Esperanza y Margarita se vienen a Jalisco para fundar la comunidad del Teopantli Kalpulli.¹⁸⁰ Ahí, junto con Zaly Folly¹⁸¹ crearon los talleres vivenciales del Eterno Femenino:

Anduvimos por muchas ciudades dando un curso del Eterno Femenino y viviendo las experiencias más hermosas, viviendo un despertar (...) en donde nos empezamos a conectar con todos los seres que venimos del sol a irradiar la luz aquí en la tierra y hoy estamos pariendo esa nueva conciencia a trabajar con el útero de la mujer, el útero sagrado.¹⁸²

El Eterno Femenino es una labor pionera y un referente local y global del trabajo con los arquetipos femeninos. Desde la década de los ochenta hasta la fecha se han realizado los talleres. Han sido varias las mujeres facilitadoras, entre ellas Nubia Rodríguez; a la fecha, la Dra. Norma Emilia Escalante, Daysi Quijas y Diana Toscano lo convocan. Los talleres han sido impartidos en Puerto Vallarta, Manzanillo Colima, Querétaro, Guadalajara y Autlán Jalisco, con sede en el Centro Universitario de la Universidad de Guadalajara. El Eterno Femenino es un trabajo ritual psicoemocional en cuatro tiempos o cuatro talleres, es un proceso consecutivo para trabajar los cuatro arquetipos femeninos: la niña, la doncella, la madre y la abuela. Las técnicas

Colorado EU en 1972 con más de 20, 000 personas. En la década de 1980, las reuniones comenzaron a hacerse fuera de América del Norte como eventos autónomos, pero conectados alrededor del mundo.

¹⁷⁸ Actualmente, La Abuela Margarita, junto con la Abuela Laura Salinas convocan a la Danza a la Madre Tierra y a la Búsqueda de visión en Talpa Jalisco.

¹⁷⁹ Gran Fraternidad Universal. Organización de tipo *new age* que desde los años sesenta, promueve en México, las prácticas de yoga, meditación, vegetarianismo.

¹⁸⁰ El Teopantli es una comunidad asociada a la Mancomunidad de la América India Solar (MAIS), fue fundada el 9 de febrero de 1983, en el municipio de San Isidro Mazatepec, cerca de la ciudad de Guadalajara, la comunidad participó en tres eventos trascendentes en la configuración del movimiento *new age* en el país y el continente: la Convergencia Armónica en 1987, el Canto de la Tierra en 1989, y las Jornadas de Paz y Dignidad, en 1992. En sus inicios se pretendía que en el Teopantli sólo se llevaran a cabo ceremonias de tradiciones indígenas del continente, sin embargo ahora los habitantes son diversos y se ha permitido la apertura a cualquier práctica, como lo dice su página de facebook.

¹⁸¹ Abuela de origen brasileño que vivió en la década de los noventa en el Teopantli Kalpulli, la abuela continúa activa en los talleres del Eterno Femenino en Brasil y ocasionalmente viaja a México.

¹⁸² Esperanza Moran, Segunda Carpa Roja, Casa Lunai, Junio, 2014.

vivenciales de los talleres “...tienen un fundamento transpersonal, es decir ir más allá de lo cotidiano y ver en nuestro propio Ser la capacidad de sanarnos a nosotras mismas”.¹⁸³

Actualmente la Abuela Esperanza también continúa activa iniciando sahumadoras¹⁸⁴ y estando presente en los círculos de mujeres a donde es invitada:

Veo que ese trabajo [la Carpa Lunar a la que fe invitada] es parte de lo que iniciamos unas mujeres que creíamos en la mujer hace años, que decidimos que algo teníamos que hacer como mujeres, y se nos ocurre abrir la Escuela del Amor y después el Eterno Femenino cuando vino una brasileña [la Abuela Zaly Folly], y unimos el Eterno Femenino a la Escuela del Amor y empezó la revolución de ver el producto y el resultado porque esto es un proceso, un “despertar de la conciencia femenina”, que se va multiplicando en un crisol, es un arcoiris de procesos para llegar a conectar el Eterno Femenino, la energía femenina con toda la creación, el despertar de la mujer masivamente se está dando.¹⁸⁵



Fotografía 4. “Escuela del Amor” de lado izquierdo Esperanza Morán y a la derecha la Abuela Margarita. (Fotografía publicada en el Facebook de Esperanza, se desconoce el año).

Así, vemos cómo la espiritualidad femenina en México ha tenido sus trayectorias particulares. fueron manifestaciones de los inicios de una *nueva* espiritualidad femenina en nuestro país. Ahora el movimiento y las prácticas de la ritualidad femenina han cobrado gran diversidad; las mujeres comparten y se apropian con gran apertura de las concepciones y las

¹⁸³ Facebook Eterno Femenino México Mujer Despierta. <https://www.facebook.com/eternofemeninomexico.mujerdespierta?ref=ts&fref=ts> , consultado en mayo, 2014

¹⁸⁴ Mujeres que portan el fuego sagrado.

¹⁸⁵ Palabra de la Abuela Esperanza en la Carpa Lunar en Casa Lunai, junio 1014.

prácticas rituales. Como veremos, se comparte un mismo discurso cimentado en la propia diversidad global de la Diosa y lo Femenino.

2.3. Los círculos de mujeres: ritualidad de la diosa contemporánea

Los rituales [...] son un modo de exorcizar al policía patriarcal que hay en nosotros, de purificar la profundidad de la mente y de llenarla con imágenes positivas de la fuerza y la belleza de las mujeres. De todo ello es símbolo la Diosa: de lo divino que hay en las mujeres y de todo cuanto hay de femenino en el universo.

Zsuzsanna Budapest

Los círculos de mujeres son una expresión del movimiento cultural de espiritualidad femenina que se ha venido dando en Europa, América y Australia. Los círculos femeninos son la ritualidad de la Diosa. En los últimos veinte años los círculos de mujeres se han esparcido.¹⁸⁶ En ciudades de México, Argentina, Chile, Brasil, Bolivia, Ecuador Colombia, Perú, Uruguay, Guatemala, España, Alemania, Italia, Suiza, Portugal, Francia, Canadá, Estados Unidos, Israel, Bulgaria y Australia,¹⁸⁷ las mujeres se están reuniendo en la ritualidad de la Diosa, para reconectar con el principio Femenino Universal, a través de los arquetipos femeninos y las resignificaciones/revitalizaciones del cuerpo/ser.¹⁸⁸

Cada comunidad genera su síntesis diferenciada de espiritualidad holística, a partir de una gramática generativa de sentido (Renée De la Torre, 2013). El “llamado” de la Diosa para que sus “hijas” se re-unan a sanarse y sanar la Tierra es un principio ontológico, no dogmático; las prácticas y sensibilidades buscan “conectar con lo sagrado femenino”, para la sanación de una misma, del colectivo y del planeta y desde ahí están emergiendo las prácticas rituales y terapéuticas.

Ana Tere Lahak, así describe la importancia de hacer círculos de mujeres:

El círculos de mujeres es la herramienta ancestral más poderosa que ha existido, porque es el llamado de la Diosa, de la Madre Cósmica, de la Madre Tierra y es el llamado de

¹⁸⁶ Los círculos de mujeres, para el 2016 se celebran en grandes y medianas ciudades, también en pueblos cosmopolitas.

¹⁸⁷ Fuente: Internet y convocatorias por Facebook y correo electrónico personal, 2013-14.

¹⁸⁸ A nivel global también se ofrecen formaciones y certificaciones para convocar círculos de mujeres y dar acompañamientos, “El viaje de la mujer cíclica” es una formación y un trabajo iniciático que ofrece Sophia Style en España, basada “en el entendimiento antropológico; la psicología gestáltica; el estudio de experiencias concretas; el pensamiento y la práctica de la diferencia sexual y una visión holística de la salud femenina inspirada, entre otras fuentes, en la Medicina China y el Taoísmo”. El “Eterno Femenino” que se convoca en México.

nuestro ser más profundo, porque la visión que tenemos todos los seres humanos precisamente es traer la perfección, la felicidad y la armonía del cielo a la tierra.¹⁸⁹

La *gnosis* de los círculos de mujeres y la espiritualidad femenina se materializa en el ritual; en donde las explicaciones fundamentadas en un contexto histórico legitiman los sentires y el re-surgimiento de lo femenino. La *gnosis* es el bagaje explicativo del papel y la trascendencia de lo sagrado femenino en y para la humanidad, una *teodicea femenina* basada en la teología. A diferencia de la teodicea dualista propuesta por Luckman en el *Dosel Sagrado*, ésta se despoja simbólicamente de la sujeción patriarcal, de concepciones masoquistas y tanatológicas de las religiones androcéntricas y así explica y da sentido a las experiencias anómicas de las mujeres, la separación de su ser corporal/espiritual.

La teología desde donde surgen los mitos y ritos de la espiritualidad femenina, se centra en el conocimiento y el estudio de la Diosa, el arquetipo de lo Divino Femenino en las vivencias y experiencias; concepción de “la deidad como una Diosa que se realiza dentro del yo interior del ser humano y que es una con la naturaleza” (Simonis, 2012: 175). El núcleo reflexivo del ritual femenino explora la mitohistoria femenina, las estructurales sociales patriarcales y capitalista desde donde se ha sujeto el cuerpo, la sabiduría y la espiritualidad femenina. En el performance se propone y dispone de un orden cosmogónico como experiencia estética. Los rezos, los cantos, las súplicas rituales expresan este sentido de la experiencia corporal/espiritual femenina. El contenido y la experiencia en el ritual se construyen con base en la sabiduría y sensibilidad femenina colectiva. La red de espiritualidad femenina es una red viviente y creciente de saberes femeninos, *communitas* reales e imaginadas que encarnan respuestas del cuerpo/mente/vida colectiva. La participación de las mujeres de este colectivo permite adquirir y encarnar esta sabiduría somática, empoderamiento enraizado en la carne, la sustancia y la energía.

Las prácticas rituales en los círculos de mujeres, tienen que ver con las trayectorias de vida, los intercambios, las coinfluencias y las experiencias de cada mujer que guía el ritual. Así, los círculos de mujeres se componen por ritualidades diversas como las mujeres que convocan, los objetivos planeados para la reunión y la cocreación espontánea e intuitiva del momento. Leila Amaral (1999:68) propone la práctica de espiritualidades alternativas como “un campo de discursos variados en cruzamiento, que funciona como un caleidoscopio que recompone

¹⁸⁹ Charla de Ana Tere Lahak *Gestando y dando a luz a Círculos de Mujeres*, en el evento por mil mujeres despiertas. CUCSH, Marzo, 2014.

pedazos de elementos en formas diferentes, generando constantemente una suerte de «sincretismo en movimiento». Esta red de espiritualidad femenina/feminista permite a las mujeres re-crear diversidad de ritos y rituales; las agencias entramadas permiten las reapropiaciones de elementos y símbolos de tradiciones nativas, para otras sensibilidades y cosmovisiones.

Las prácticas rituales en los círculos de mujeres, son un bricolage de elementos fluidos y transversales del tiempo y del espacio en el que se manifiesta. La “nebulosa esotérica femenina” toma formas cada vez más definidas en la diversidad de sus prácticas y en la unicidad de sus discursos y éticas que conforman un marco interpretativo particular. Los múltiples puntos de encuentro se centran en la sacralidad de la Tierra y el cuerpo, la ritualidad y el rezo para el bienestar y la sanación personal y colectiva.

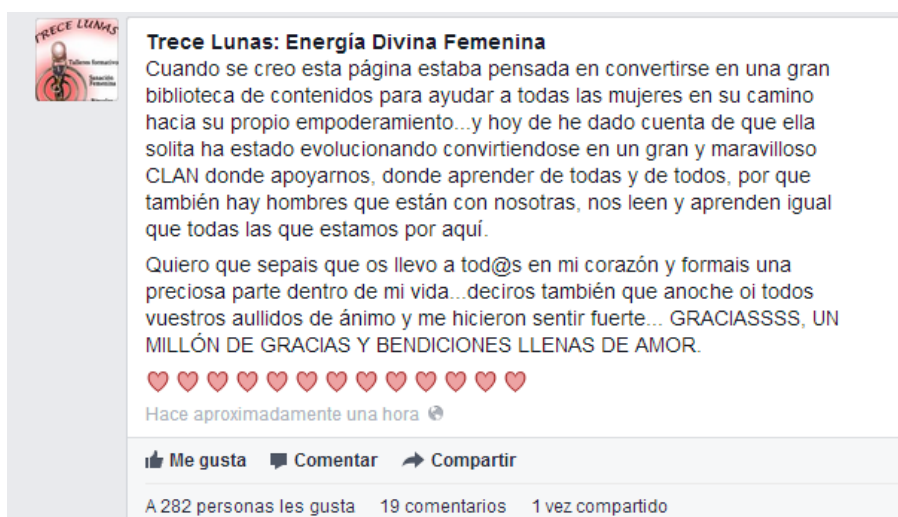
Por estas características emergentes e intuitivas de las maneras en que las mujeres llevan a cabo los círculos, es difícil tipificar y encuadrar como una estampa inamovible de expresiones rituales. Esta característica fluida confluye en discursos, prácticas, experiencias y sensibilidades compartidas. A continuación muestro una caracterización general de los círculos de mujeres, estudiados en la ciudad y las redes de círculos, de mujeres, de tradiciones y experiencias de la espiritualidad femenina.

En las reuniones ritualizadas femeninas de la ciudad, se pueden llevar a cabo meditaciones, visualizaciones, actos psicomágicos para la sanación del cuerpo/ser, del linaje femenino, para la abundancia y la prosperidad, para limpiar la energía sexual de parejas pasadas; también, se pueden realizar danzas de paz, danzas circulares, danza hindú o del vientre. Es común que se entonen cantos, muchas veces con tambor y sonajas; también, es posible que se hagan tiradas de oráculos y tarots, y es cada vez más frecuente que en las reuniones se practique rituales de siembras de sangre. También, hay ocasiones en donde se propone hacer algo con las manos, con un objetivo psicoemocional: tejer mandalas, bordar, hacer guirnaldas, hacer tramas con hilos. En algunos momentos y en algunos círculos, se practica yoga, el saludo a las direcciones, lectura de libros, meditaciones y mantralizaciones. Y casi en la mayoría de todas las reuniones, al finalizar, se comparten los alimentos que cada mujer lleva.

Hay círculos en donde las mujeres que acuden tienen continuidad y frecuencia en su asistencia, así se puede hacer un trabajo de seguimiento, un trabajo más profundo, como el que

propuso Ana Tere Lahak en enero del 2013, de completar 13 lunas para iniciar “un proceso del despertar de la Diosa”.

Las redes virtuales permiten a las mujeres convocar para conformar círculos y llevar a cabo las reuniones, así las mujeres viajan de un país o ciudad para dar o recibir enseñanzas, talleres, rituales o charlas. También sucede, que el Facebook funciona como círculo virtual, con reuniones establecidas, formando comunidades amplias de mujeres -y hombres- geolocalizadas en distintos lugares del mundo. El siguiente post de Facebook muestra un ejemplo de esta comunidad virtual:



Recorte de pantalla 2. Mensaje en Facebook de la comunidad “Trece Lunas”. Septiembre, 2013.

Así mismo, la red de círculos en todo el planeta también se imagina y simboliza, a través de las visualizaciones y meditaciones, se evocan las conexiones de todos los círculos para dar y recibir energía entre todos. También encontré que hay algunas experiencias de *ritualización en línea*, en donde se convoca a reunirse en meditaciones guiadas, sincronizadas por un llamado mundial; un ejemplo es la “Sintonización Mundial para la Bendición de Útero”¹⁹⁰ propuesta¹⁹¹ por Miranda Gray,¹⁹² que abordaré en el capítulo cinco. En Mayo del 2014, Claudia Gómez convocó a la Bendición de útero y en la meditación, así evocó la conectividad con los demás círculos de mujeres del planeta.

¹⁹⁰ Meditación guiada y canalización de energía femenina y lunar. Grey convoca a 5 bendiciones por año, en luna llena. En el capítulo cinco abordo la Meditación a detalle.

¹⁹¹ Según la página de Miranda Grey, a la fecha ya son más de 165,000 mujeres en el mundo las que han “experimentado la energía de la Bendición de útero” en más de 130 países. <http://www.bendicionuteromexico.com/> en línea Octubre, 2017.

¹⁹² Mujer inglesa, escritora, artista, facilitadora y maestra espiritual y menstrual. Autora del *best seller Luna Roja: emplea los dones creativos, sexuales y espirituales del ciclo menstrual*.

...imagina todos los círculos que podemos estar reunidos en otros países, en otras ciudades, en otros idiomas y deja que toda esta energía que hemos invocado y que hemos dejado que entre a nuestro útero y a nuestro cuerpo, sea puesto en la madre Tierra (...) enviamos esta luz para los círculos para que se multiplique en bendiciones agradecemos a todas las mujeres que el día de hoy el canal para que esta energía sanadora fluya a través de nosotras hacia toda el alma colectiva femenina del planeta.¹⁹³

En el argot de la ritualidad femenina, se hace referencia a que esta manera de reunirse entre mujeres parece ser nueva, sin embargo, se fundamentan en una práctica antigua. A nivel global se cree que los círculos de mujeres son reinenciones de prácticas ancestrales llamadas “Carpas Lunares”, “tepees lunares” (*moon lodges*) o chozas para sangrar que existieron en diferentes grupos humanos de la antigüedad. En este sentido, se están recuperando narrativas antiguas de estos espacios femeninos, en donde las mujeres se reunían para compartir experiencias, conocimientos, saberes sexuales-vitales, del cuidado y la salud; también en las Carpas Lunares se compartía la ética colectiva para el buen caminar de la comunidad en su conjunto. Estas narrativas mitohistóricas detallan cómo las mujeres menstruaban sincronizadas y ocupaban las carpas para sangrar, -cabe señalar que aquí la menstruación está desmarcada de los contextos coloniales, y el aislamiento menstrual se muestra como un privilegio para ellas-. Las mujeres se reunían en espacios femeninos para enseñar-aprender conocimientos y alternativas a problemáticas colectivas e individuales. Era el consejo de mujeres de la comunidad.

En este sentido, las prácticas discursivas de la red de espiritualidad femenina, como caleidoscopio de la Nueva Era, se empalma y entreteje con posturas de los ecofeminismos: crítica posmoderna al sistema político, cultural y económico prevaleciente, las autonomías de las estructuras dominantes, la espiritualidad como dimensión humana, las interconexiones entre seres humanos, naturaleza y cosmos, la búsqueda de sentido en las tradiciones ancestrales y el cuerpo como fuente de una espiritualidad sanadora.

2.3.1. Círculos de mujeres en Guadalajara

Guadalajara es una ciudad clave en el desarrollo del movimiento *new age* o espiritualidad alternativas. Renée de la Torre (2013) asegura que Guadalajara es una de las capitales en donde se desarrolló el *new age* latinoamericano, en conjunto con la ciudad de México, Buenos Aires, São Paulo y Santiago. La comunidad del Teopantli Kalpulli es un referente histórico para el

¹⁹³ Claudia Gómez, círculo de mujeres. Centro Tlazokamati, mayo, 2014.

movimiento *new age* y para la espiritualidad femenina/feminista de la ciudad y a nivel global. En la comunidad del Teopantli se llevó a cabo el primer círculo de mujeres 1986 en el “Consejo de Visiones de Guardianes de la Tierra”,¹⁹⁴ vinieron mujeres europeas y de otras partes del mundo que ya estaban trabajando los círculos femeninos.¹⁹⁵ De ahí emergieron mujeres pioneras y reconocidas en otros países, por sus conocimientos y sabiduría en la labor de la espiritualidad sanadora femenina.

Desde hace unos años, en las experiencias de la espiritualidad alternativa en las mujeres de la ciudad, antes de conceptualizar el círculo de ritualidad femenina como tal, hubo reuniones entre mujeres para practicar rituales, mancias¹⁹⁶ y técnicas terapéuticas. Reuniones que sin estar convocadas como Círculos de mujeres, ellas se congregaron para compartir también, sobre arquetipos femeninos, Diosas, meditaciones y danzas. Como Edna Martínez, una mujer que asiste y convoca a círculos en la ciudad, recuerda cómo hace 12 años tenían reuniones semanales con sus amigas para compartirse reiki, meditación, rituales, lecturas; Edna no conocía el término de Círculos de Mujeres, hasta que la invitaron a uno.

Alrededor de aquellos años, en San Francisco Nayarit, un pueblo costero cosmopolita, el círculo de mujeres se empezaba a conformar con la diversidad de mujeres extranjeras en búsqueda de espiritualidad alternativa y femenina. El círculo de mujeres de San Pancho, desde principios del 2000 se reúnen cada una llena, y fluctuando en un número importante de mujeres mexicanas y extranjeras. El círculo de mujeres de San Pancho ha sido un referente para la espiritualidad femenina alternativa de la ciudad, ya que ha habido importante flujo y participación de mujeres del círculo de San Pacho que vienen a Guadalajara y viceversa.

Asimismo, los círculos de la ciudad más consolidados han sido “polinizadores” de círculos en el occidente del país, que hasta donde tuve registro se han sembrado e iniciado círculos de mujeres en Sayula, Aguascalientes, Colima, León Guanajuato y Culiacán Sinaloa. Además, en estos últimos cinco años (2012-2017) proliferaron los círculos de mujeres en la ciudad; de acuerdo con el trabajo de campo realizado en septiembre del 2013 a septiembre del 2014 encontré alrededor de 20 círculos de mujeres o lugares en donde se reunieron las mujeres en círculo; en este periodo el número de círculos fluctuó, porque también encontré otras

¹⁹⁴ Evento bianual de comunidad itinerante, con el fin de que compartir e intercambiar conocimientos, tradiciones, cultura y experiencias de ecoespiritualidad a nivel continental.

¹⁹⁵ Abuela Esperanza, Ceremonia de Fuego Nuevo, Teopantli Kalpulli, Marzo 2015).

¹⁹⁶ Artes adivinatorias.

reuniones o círculos que se hicieron de manera esporádica o espontánea. Aun así, la regularidad de las reuniones varió en sincronía con las fases de plenilunio y novilunio, sin ser una regla material, pero la mayoría de las veces lo fue de manera simbólica. Encontré sólo seis círculos en donde las reuniones fueron constantes, en luna llena (o cercana a la fecha) y llevados a cabo en el mismo lugar. Esta característica de constancia permitió en las mujeres, una mayor identidad colectiva y establecer lazos emocionales entre ellas.

La mayoría de los círculos y espacios en donde se reunieron las mujeres se concentran cercanos al primer cuadro de la ciudad. A continuación presento un mapa con las ubicaciones de los círculos en la ciudad:

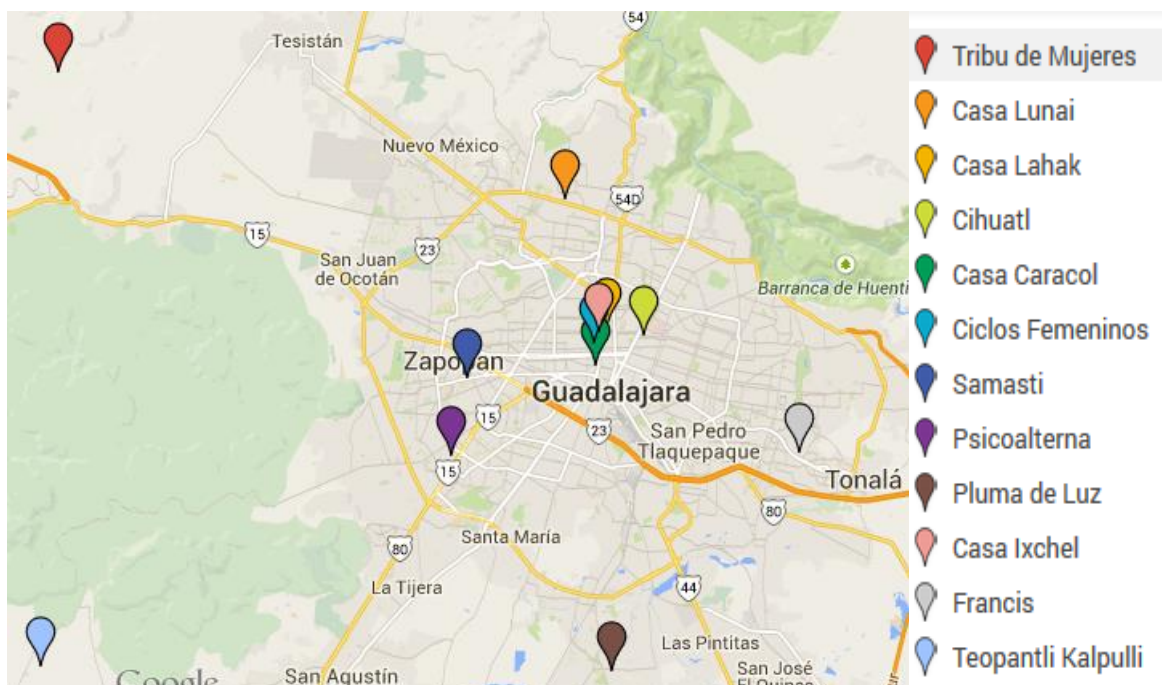


Ilustración 5. Mapa de Ubicación de los Círculos de Mujeres en la ZMG y sus alrededores. Elaboración propia, 2014.

En algunos círculos se reúnen las mujeres que viven próximas a éstos, pero este factor no inhibe la movilidad de las mujeres, ya que hay espacios que son únicos por su ubicación como Teopantli Kalpulli y Tribu de Mujeres en Bailadores, que están fuera de la ciudad y siempre las reuniones en éstos lugares son especiales por la presencia en el bosque. Asimismo, el temazcal de Nubia en casa Lunai y el Temazcal de Ana Tere en Casa Lahak, convocan a muchas mujeres, y aunque para algunas les quede lejos en distancia, es una buena oportunidad de asistir al ritual.

Las invitaciones a las reuniones se llevaron a cabo por Facebook o por correo electrónico; en las invitaciones se describieron los objetivos o el tema a tratar, también, se

especificó si es necesario llevar algún elemento material y la cooperación monetaria requerida.¹⁹⁷ También, las invitaciones contaban con alguna argumentación de la importancia personal y colectiva de que las mujeres nos reunamos en círculos, del reconocimiento del cuerpo y de las relaciones positivas entre mujeres; algunas invitaciones describían lo que cada una pudiera experimentar estando en un círculo de mujeres. En la imagen que a continuación sigue, es una invitación por correo electrónico para una ceremonia de mujeres, en el texto se muestran los objetivos materiales y simbólicos de la ceremonia y la trascendencia de reunirse en círculo.

Ceremonia Tribu Mujeres_Levantemos un rezo por la medicina del canto de la mujer.

Hermanas,

Con amor las saludamos esperando que hayan tenido una hermosa Luna llena, que les haya contagiado plenitud y energía para emprender el viaje hacia la Luna que mengua.

Llenas de emoción hacemos este llamado a todas las mujeres de la Tribu para unirse a un bello rezo que tiene como propósito la transmisión de los cantos que tejen el proyecto que con amor nos ha compartido nuestra hermana Paulina Oviedo: Cantos, conocimiento y origen. Mujeres que honran las generaciones, Mujeres de Luna.

Como algunas de ustedes ya sabrán, este proyecto estará conformado por un cd que contiene una bella recopilación de cantos de mujeres de América y el mundo, con el propósito de rescatar el conocimiento y la tradición que encierran los maravillosos cantos de medicina y sanación, honrando así a las generaciones femeninas.

Con cariño convocamos a las mujeres de la Tribu que quieran tomar el compromiso de aprender y colaborar en la grabación de estos cantos con la consciencia de transmitirlos, y así también, con esta convocatoria honramos y rezamos por la llegada de la Jefa Tambor que nos unirá en canto y rezo como hijas de la Tierra y de la Luna.

El 16 de noviembre a partir de las 7 pm, estaremos levantando este rezo con el permiso y la protección de la medicina de la mama Wilka, papá Yopo.

Uniéndonos en su medicina profunda, amorosa y sanadora, que nos permite abrir nuestro estado de conciencia y llevar luz, entendimiento, sanación a esas partes de nuestras vidas y nuestras relaciones, donde ocupamos sanar y poder a fluir en el amor y compasión incondicional.

Hermanas, les recordamos que Mama Wilka, Papá Yopo es una sagrada planta maestra que requiere tener preparación para tomarla, por lo menos 3 días antes de la ceremonia hay que hacer ayuno siguiendo las siguientes recomendaciones:

- No ingerir ningún alimento o líquido durante la mañana (desde el momento de levantarte de la cama), sino hasta las 12 de medio día.
- evitar carnes, alimentos procesados, dulces, comida frita o muy condimentada-
- No tener relaciones sexuales 3 días antes y 3 después

Recorte de pantalla 3 Correo electrónico de invitación. Correo personal, Octubre, 2013.

Las mujeres que asistieron a los círculos de la ciudad, fueron mujeres de varias edades y características sociales y étnicas diversas. Hubo círculos en los cuales la mayoría de las mujeres tenían características similares; por ejemplo, en el círculo de *Mujer Cristal* y en el de *Tribu de Mujeres* la mayoría fueron mujeres jóvenes, aunque asistieron mujeres mayores y algunas jovencitas; en el círculo de *Ritmos Femeninos*, la mayoría de las asistentes fueron mujeres mayores, aunque también asistieron mujeres jóvenes. Aun así, en todos los círculos se reconoce la importancia y la riqueza de la diversidad en las edades dentro del círculo como fuente de

¹⁹⁷ Que puede variar desde una cooperación voluntaria “consciente” o “amorosa”, o de 35 a 200 pesos, el precio varía según lo que se ofrece, los costos más altos incluyen temazcal o son dirigidos para mujeres de clase media-alta.

conocimientos y experiencias, como dice Irery Velasco, una mujer que ha frecuentado varios círculos de la ciudad: “todas nos podemos nutrir unas a otras, ellas con su experiencia y las jóvenes con su libertad y esa frescura que pueden ofrecerla a la mujer madura”.¹⁹⁸

La diversidad en los círculos de mujeres de la ciudad reside en la esencia que le imprime la mujer o las mujeres que los convocan; cada una tiene sus trayectorias, transmite y comparte experiencias diferentes. Por ejemplo, el círculo que convoca Ana Tere, *Mujer Cristal*, tiene un matiz catártico-terapéutico, ya que ella tiene una formación como psicoterapeuta, también, otra característica que tiene el círculo de Ana Tere en Casa Lahak, es la celebración del temazcal. Ana Tere ha tenido iniciaciones en la mexicanidad, con personajes como el “Maestro” Arturo Meza¹⁹⁹ y Tlacaale.

Por su parte, el círculo que convoca Lizette Mercado se enfoca en la práctica de meditación y visualización sanadora, también lleva a cabo la Bendición de útero; fue iniciada por Miranda Grey y es *Moon Mother*.²⁰⁰ Asimismo, el círculo *Tribu de Mujeres* es convocado por Norma Angélica²⁰¹ quien ha tenido iniciaciones por abuelos lakotas y abuelos de Sudamérica, los círculos de *Tribu de Mujeres* se caracterizan por el uso ritual de las plantas: la salvia, el tabaco como rapé,²⁰² como ambil²⁰³ y como rezo fumado, también convocan ceremonias de mujeres para tomar la ayahuasca, el peyote y el yopo;²⁰⁴ en las ceremonias que comparte Norma Angélica confluyen mujeres de varios círculos. Así mismo, Rocío convoca a las mujeres para hacer círculos de ceremonias, rituales, trabajo psicoemocional y terapéutico; ella reconoce que el fuego que prende al centro en los círculos que convoca, viene de “la escuela” de Norma Angélica y de Bailadores.²⁰⁵ Sumando a la diversidad de las reuniones de las mujeres en la ciudad, están los círculos de Paw Orozco y de Karina Fuentes, que convocaron a mamás y papás para círculos de maternaje o de educación perinatal, círculos “con su profundidad en el lado femenino”.²⁰⁶

¹⁹⁸ Entrevista con Irery Velasco. Marzo 2014.

¹⁹⁹ Es un guía del movimiento de la mexicanidad, ha investigado y escrito libros sobre la reinterpretación de la antigua cultura de México y del calendario mexicano, imparte talleres, realiza temazcales y hace siembra de nombres.

²⁰⁰ Término que se les da a las mujeres certificadas por Mirada Grey para poder canalizar la energía de la Luna y la Madre Universal.

²⁰¹ En los últimos años fueron cocreaciones con Nadia Ávila y la colectiva IxChel, así también las convocatorias eran en conjunto con el círculo de mujeres de San Pancho y el proyecto de Mujeres de Luna.

²⁰² Tabaco en polvo que se aspira por la nariz. Se identifica uso ritual y cotidiano.

²⁰³ Pasta de tabaco con sales vegetales usado por los pueblos de la amazonía.

²⁰⁴ El yopo (*Anadenanthera colubrina*) es una semilla psicoactiva que se pulveriza e inhala en contextos rituales proveniente del caribe. En la ciudad de Guadalajara Norma Angélica practican las ceremonias con cierta regularidad.

²⁰⁵ Terreno de la familia Ochoa cercano a la ciudad de Guadalajara, en donde se celebran rituales y ceremonias de diferentes tradiciones.

²⁰⁶ Entrevista con Karina Fuentes, Mayo 2014.

Algunas mujeres recibieron la inspiración de formar círculos por las obras que circulan en el movimiento de espiritualidad femenina. Shinoda Bolen, es un referente, en sus libros muestra la importancia de que las mujeres nos reunamos en círculo y detalla cómo reconocer los arquetipos femeninos, a través de la psicología profunda y el ritual. También encontré que la obra de Miranda Gray *Luna Roja: emplea los dones creativos, sexuales y espirituales del ciclo menstrual*, y el *Oráculo de la Mujer Sagrada* creado por Mónica Glusman fueron inspiración y herramientas valiosas para trabajar dentro de los círculos.

La diversidad de la ritualidad femenina en la ciudad, también reside en la itinerancia, algunos círculos de mujeres de la ciudad convocaron en algunas escuelas, colonias y pueblos, para impartir algún tema de la sexualidad y/o salud femenina, o invitadas para llevar a cabo alguna ritualidad. Como a Karina Fuentes, que la invitaron a realizar un ciclo de reuniones en círculo con un grupo de mujeres de Ixtlahuacán, Jalisco, por parte de la Secretaría de Salud del municipio. También, a la colectiva IxChel las han invitado a diferentes pueblos y ciudades²⁰⁷ para impartir talleres o para “levantar” la Carpa Lunar.

Entonces, la experiencia de estar en círculo de espiritualidad femenina, animó a algunas mujeres para convocar sus propias reuniones con amigas –sin importar que no hayan estado en algún círculo- para festejar algún cumpleaños, algún rito de paso -celebración de embarazada o bienvenida de bebé, despedida de soltera- o simplemente reunirse para expresar, para crear algo juntas, para “hacer las magias y brujear” como dice Areli Fraga, que como ella, se hicieron reuniones ritualizadas con amigas y con las mujeres de la familia. En estas reuniones se dio la oportunidad para que otras mujeres, ajenas al campo de la *new age* o de los círculos, tuvieran la experiencia de la ritualidad femenina contemporánea. También, las mujeres reconocieron que el círculo no necesariamente tiene que ser ceremonial, que las mujeres se han reunido en círculos, y hacen círculo cuando se reúnen a tejer, a cocinar, a compartir, a reír. Sin embargo, para la ritualidad femenina, hay algo importante para que la experiencia sea vivida como un círculo de mujeres y esto es: evitar hacer mal uso de la palabra. Edna Martínez ha vivido la transformación en la experiencia de reunirse con sus amigas y su familia: “cuando antes era sentarse a tomar café o chismear o presumir, ahora se ha tornado a algo más sagrado y que si va a ser cigarro que sea

²⁰⁷ La colectiva y la carpa lunar han viajado a ciudades de Chiapas, Veracruz, Guanajuato, Aguascalientes.

fumar tabaco que también es un acto sagrado y es para abrir el corazón, las reuniones se han convertido en otra cosa y me gusta”,²⁰⁸ dice Edna.

Los círculos de mujeres de la ciudad, con su periodicidad, ubicación y afluencia diversa, conforman la ritualidad femenina contemporánea en la ciudad. Los círculos de mujeres íntimos, de amigas, de hermanas, de linajes femeninos cercanos, tienen su complemento con los círculos en lugares públicos, abierto a todas las mujeres del lugar. A este proyecto en Guadalajara se le conoce como Carpa Lunar.

2.3.2. Carpas Rojas y Carpas Lunares

Las Carpas Rojas y las Carpas Lunares son otra modalidad de los círculos de mujeres, estas son convocatorias abiertas, por lo general se busca que sean llevadas a cabo en espacios públicos con la intención de tomar el espacio e incluir a más mujeres a la experiencia del círculo y la espiritualidad femenina. Las carpas son inspiradas por un proyecto anglosajón para procurar “Carpas Rojas en cada vecindario” como una red global internacional.²⁰⁹ El objetivo del proyecto es “proveer un espacio que honra y celebra a las mujeres y promueve la hermandad femenina. Estos espacios facilitan un lugar en el cual las mujeres pueden conectar con su cuerpo y con su ciclicidad, además de transmitir conocimientos sobre sexualidad, reproducción y cuidado del cuerpo”.²¹⁰ DeAnna L’am es la creadora del proyecto “Carpas Rojas en cada barrio” y anima a las mujeres a crear su propia Carpa Roja. También L’am ha emprendido un proyecto de certificación para “activar” Carpas Rojas.²¹¹

La colectiva IxChel se entusiasmó con el proyecto de acercar la experiencia de compartir y abrir el círculo a más mujeres y se sumaron al proyecto, celebrando la primera Carpa Roja en la ciudad, en Febrero del 2001, le siguieron varias carpas rojas más en la ciudad, incluyendo una en Teopantli Kalpulli y en San Pancho Nayarit. A continuación muestro imágenes de la invitación y el programa de la primera Carpa Roja de la ciudad, también muestro algunas

²⁰⁸ Entrevista Edna Martínez. Mayo 2014.

²⁰⁹ Estados Unidos, Canadá, Argentina, Bolivia, Brasil, Colombia, Chile, Ecuador, Guatemala, Uruguay, Argentina, Israel, España, Italia, Inglaterra, Austria, Francia, Portugal, Holanda, Bélgica, Alemania, Sudáfrica, Camboya, India, Australia y México son algunos de los países, en donde están creando carpas rojas.

²¹⁰ En línea <http://www.carpasrojaslatinoamerica.com/p/que-es-una-carpa-roja.html>, consultado en mayo, 2014

²¹¹ Hay tres niveles de certificación que varían en su modalidad en línea o presencial y en su costo en dólares; la certificación es necesaria para convertirse en miembro de la red global del proyecto y gozar de elementos publicitarios dentro de las páginas oficiales.

imágenes de la celebración en el parque del Barrio del Refugio. En donde la afluencia de las mujeres fue amplia, confluyeron mujeres de diversos círculos de la ciudad.



Recorte de pantalla 4 Invitación a la Primera Carpa Roja, Febrero, 2014.



Ilustración 5. Programa de la 1era Carpa Roja. Parque del Refugio. Febrero, 2014.



Fotografía 3. Taller de "Plantas para la mujer" Primera Carpa Roja, El Refugio, Guadalajara, Febrero, 2014. GVP



Fotografía 4. Caminata meditativa, Ritual del laberinto. Carpa Lunar, febrero, 2014.GVP



Fotografía 5. Cierre de la Carpa Roja. Barrio del Refugio, Guadalajara, 2014. GVP.

En comunicados personales, mujeres de otras ciudades cuestionaron a la colectiva IxChel la falta de certificación por DeAnna L'am para celebrar carpas rojas, así que se decidió cambiar el nombre de "Carpa Roja" por "Carpa Lunar" y evitar identificar a la carpa con una certificación. Nadia Ávila, fundadora de la colectiva IxChel se posiciona al respecto:

Pero de lo que nunca estaré a favor, es de manejar el conocimiento como patente-certificación, es justo ahí donde no le entro; lo que es un hecho (que tengo bien estudiado) es la tendencia a certificar la espiritualidad, institucionalizarla y de ahí, aprovechar para lucrar con la necesidad que tenemos las personas de encontrarnos y sanarnos. Un taller, curso, charla o acompañamiento claro que puede remunerarse, lo que para mí no es remunerable es el "tomando este curso, taller, certificación, estarás recibiendo el permiso-iniciación-poder para ayudar a más personas a sanar", eso para mí no tiene precio, ni es remunerable, porque lo que estas prácticas fomentan es la capitalización del conocimiento y la arbitraria forma de decir "tú eres la o el elegido para llevar a cabo esta sanación" de esta forma seguimos perpetuando el secuestro del conocimiento y de la conciencia de que TODOS y TODAS podemos sanarnos a nosotros mismos, porque es nuestro derecho, no una capacidad que compramos. En lo personal, viví una experiencia que agradezco un montón! pues me abrió los ojos a esta realidad, que para mí es lamentable, de ahí, entendí que yo no vibro con esas formas, pero es súper respetable que haya quienes sí, ante todo, respeto la diversidad de las formas y pensamientos, lo que nunca me cansaré de decir es que el conocimiento no se patenta, y las tradiciones no son marca registrada.²¹²

²¹² Conversación polémica en Facebook, página privada de la colectiva IxChel, Febrero 2015.

Así, la Carpa Lunar ha tenido la intención de abrir la experiencia del círculo de mujeres sobre todo en espacios en donde las mujeres no la conocen, para compartir las resignificaciones del cuerpo, la salud y la vida.

Nos encontramos pues, que en la ciudad de Guadalajara hay diversidad de esta manera femenina de reunirse; los círculos y las carpas como maneras ritualizadas para compartir entre mujeres;²¹³ también, talleres y charlas que si bien, no tienen un componente ritual como base, sí se busca que la experiencia sea íntima entre las mujeres ya que se abordan temas de la sabiduría femenina para entender y atender el cuerpo, los ciclos, la menstruación, la no-concepción, el malestar y la enfermedad femenina. Así, los círculos de mujeres tienen matices espirituales, pedagógicos y terapéuticos que dan experiencias diversas y aportan elementos para el autoconocimiento y la autotransformación. A continuación, presento unas imágenes de las reuniones que muestran la diversidad de formas en las reuniones femeninas:



Fotografía 6. Taller de Gynecología. Jimena Chalchi. Casa Caracol, Verano 2014.

²¹³ A lo largo de la tesis, me referiré a estas reuniones ritualizadas, sean círculos o carpas, como círculos para abreviar en la lectura, sólo en casos específicos haré la puntualización necesaria.



Fotografía 7. Círculo de amigas. Guadalajara, Verano, 2015. Publicada en Facebook.



Fotografía 8. Charla copera, Café del centro de la ciudad, Junio, 2014. GVP



Fotografía 9. Círculo Ritmos Femeninos, Actividad de tejer mandalas. Junio, 2014. GVP.



Fotografía 10.. Temazcal de mujeres, luna llena. Casa Lunai. Mayo, 2014.GVP



Fotografía 11. Círculo de ceremonia. Encuentro Mujeres de Luna Roja. Bailadores. Abril, 2016. Elizabethlux

La historia en torno a la espiritualidad femenina en la ciudad, se podría visualizar en una línea del tiempo como la que sigue a continuación,²¹⁴ en la línea se muestran los eventos que las mujeres han convocado a lo largo de estos últimos cuarenta años:

²¹⁴ Hay que tener en cuenta que en la temporalidad con mayores eventos coinciden con el boom de los círculos de mujeres en la ciudad y con el periodo de trabajo de campo.

Ante la diversidad de círculos, las mujeres con las que dialogué dicen “sentir” cuál es su círculo, en donde se identifican. Ellas explican cómo poco a poco, con el compartir encuentran el sentido de pertenencia a alguno en particular y se crean los lazos afectivo entre las mujeres, que muchas veces trascienden el espacio ritualizado; también se conforman grupos de amigas o colectivos de trabajo.

Así, los círculos de mujeres en la ciudad adquieren importancia como un movimiento alternativo de ecoespiritualidad femenina, en donde, diversos factores hacen que estos sean diversos, como la presencia histórica del movimiento *new age* en la ciudad y por las trayectorias espirituales de las mujeres en círculo de Guadalajara. Los círculos en la ciudad han tenido referentes importantes como el círculo de mujeres de San Pancho, y también, las mujeres en círculo han sido polinizadores de círculos en el occidente del país.

2.3.3. Tejido de mujeres, círculos, tradiciones y experiencias

En la ciudad de Guadalajara, la espiritualidad alternativa conforma una red de redes, las mujeres se suman y conforman la red de espiritualidad femenina. Mujeres que se entretajan en sus trayectorias, en los lugares y las experiencias. Cada círculo es único y “mágico” como lo describe Christel Candelas, porque cada círculo “tiene su propia alma”, esto por la mujer quien convoca y por las mujeres que se juntan, que pueden tener necesidades similares. Algunas mujeres van a rituales de diferentes círculos, Rocío Shekinah, es una mujer que por su trayectoria en los circuitos de espiritualidad femenina y Danzas de Paz, ha participado en varios y diversos eventos, así explica su presencia en diferentes círculos:

Me gusta recibir medicina de varios lados, de varias personas, se me hace súper enriquecedor y es padrísimo porque a fin de cuentas es como dice el canto -somos un círculo dentro de un círculo-, para mí es parte de lo mismo, y muchas veces me preguntan de dónde vienes, como esperando que diga un lugar, una organización pues soy de todos y ninguno.²¹⁵

La red de círculos de mujeres de la ciudad permite el flujo de convivencia, haciendo una red viva de mujeres. Areli Fraga, una mujer joven pero con varios años asistiendo a diferentes círculos de mujeres y haciendo círculos con sus amigas, así describe el movimiento en red:

El círculo de mujeres gigante que existe en Guadalajara, que están investigando y encontrando y aportando y de repente se reúnen en tal lado y en tal taller y aprendes algo, yo creo que a la mejor por ahí va porque, no es que desde el mismo círculo han

²¹⁵ Entrevista con Rocío Shekinah. Junio, 2014.

surgido, sino esas mujeres que se juntan en círculo te las vas encontrando como constelaciones en otros lados.²¹⁶

Así también, las mujeres en círculo de Guadalajara reconocen una red de “abuelas” que son pioneras en el campo del movimiento *new age* y dentro del trabajo con la espiritualidad femenina. Ana Lahak en el 2010 tuvo la idea de “Unificar a todas las Abuelas de Guadalajara”, me comenta que no fue una tarea fácil, por ser mujeres...

...guías líderes, desde a la Abuela Margarita, Abuela Esperanza, Nubia, Emi, Evelia, Yerami, Tere Rivas, fue algo muy interesante y muy hermoso, hemos crecido como grupo y hemos limado diferencias en la forma, porque la visión es la misma, todas tenemos la intención de colaborar porque las mujeres resurjamos desde el corazón.²¹⁷

Las Abuelas formaron entonces, el consejo “Conexión Madre Tierra” con la intención y voluntad para unificar a las mujeres y juntas colaborar en la labor de la conciencia femenina. Desde el 2010 Ana Tere y sus colaboradoras de casa Lahak, han organizado el evento “Por mil mujeres despiertas”,²¹⁸ en conmemoración del día internacional de la Mujer, en el evento, las abuelas tienen un papel protagónico en las conferencias y ceremonias. Las Abuelas, también han estado presentes en el evento “Mil tambores”,²¹⁹ también organizado por Ana Tere y casa Lahak. Aquí una fotografía del consejo “Conexión Madre Tierra” en el auditorio del centro universitario de la Universidad de Guadalajara, en el evento “Por mil mujeres despiertas”.

²¹⁶ Entrevista con Areli Fraga. Mayo, 2014.

²¹⁷ Entrevista con Ana Tere Lahak. Octubre, 2016.

²¹⁸ Evento que Ana Tere y Casa Lahak organiza para conmemorar el día de la mujer. Llevan 5 años consecutivos organizando y cada año han sido diferentes los escenarios y las actividades. En el 2012 se realizó en el centro de la amistad del DIF; en el 2013 realizaron una “caminata sagrada” en el centro de la ciudad; en el 2014 se hizo un ciclo de conferencias en el Centro Universitario de Ciencias Sociales de la Universidad de Guadalajara, se reunieron con una ceremonia de “fuego sagrado” y círculos de mujeres en la Plaza de Liberación, también se hizo una “caminata sagrada” al barrio de Analco; en el 2015 se hizo un retiro de dos días en Casa Lahak en donde hubo conferencias, meditaciones, cantos, danzas e iniciación de sahumadoras, también se hizo una caminata sagrada al centro arqueológico Guachimontones.

²¹⁹ Convocatoria anual para reunir mil tambores en la explanada del Hospicio Cabañas de la ciudad, en el día de solsticio de verano. En el 2014 se contó con participaron de grupos y personas internacionales y con más de mil asistentes. Desde su primera celebración, se unieron círculos de tambores en otras ciudades.



Fotografía 12. Consejo "Conexión Madre Tierra". Evento "Por mil mujeres despiertas". Guadalajara, Marzo, 2014.

Por su parte, la colectiva IxChel con la Carpa Lunar ha creado enlaces en esta red de mujeres y círculos, la colectiva fue invitada para “levantar” la Carpa en Casa Lunai²²⁰ y en el Teopantli Kalpulli. Estos son ejemplos de cómo las redes de la espiritualidad femenina se prolongan y entretajan a diversas mujeres. A continuación presento una imagen de la red de mujeres Abuelas, mujeres sabias, mujeres sanadoras, activistas menstruales, mujeres artistas, mujeres “nodos” del movimiento de espiritualidad femenina en la ciudad de Guadalajara.

²²⁰ Recinto y Temazcal de Nubia Rodríguez, en donde organiza círculos y temazcales femeninos de luna llena.

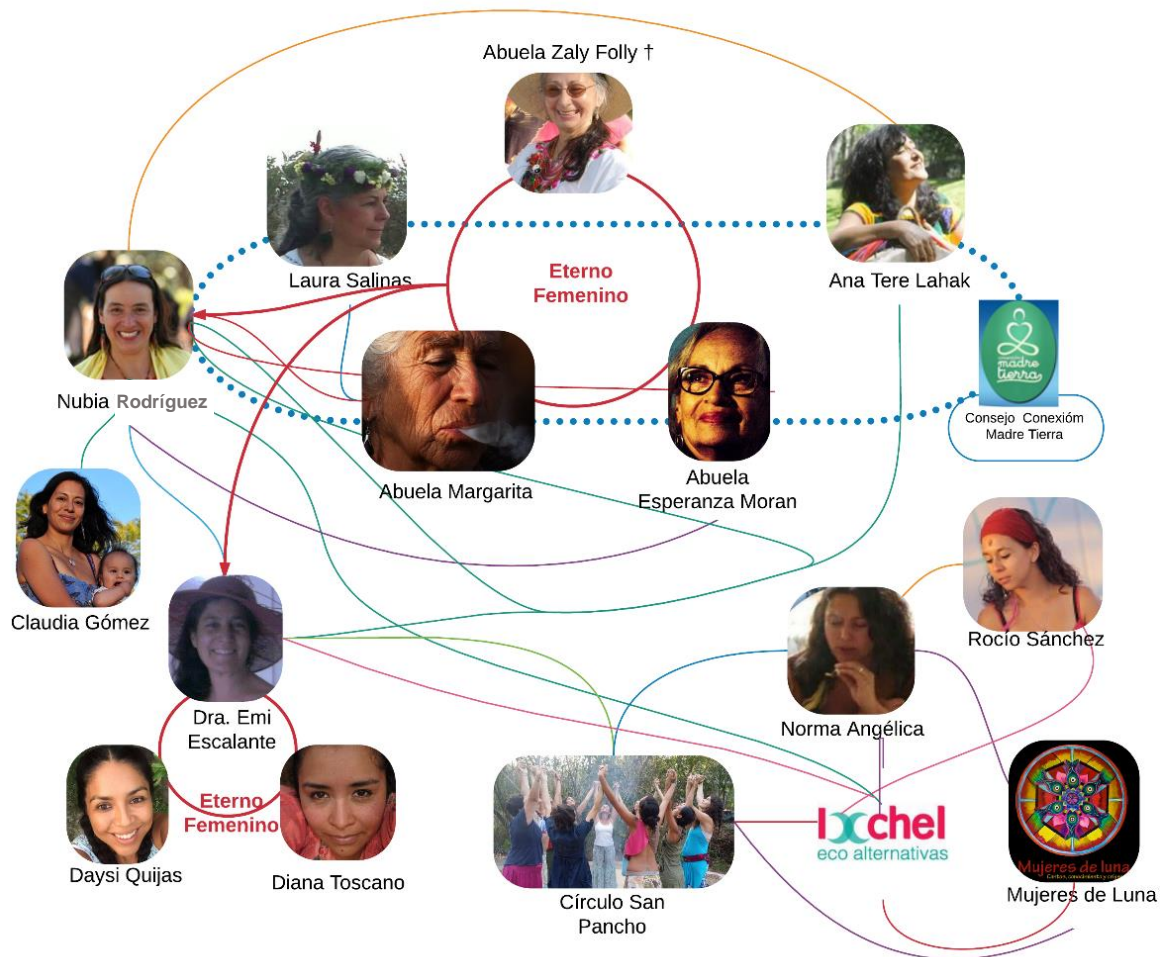


Ilustración 6. Entrelazado de relaciones y vínculos entre mujeres, colectivos y círculos. Elaboración propia.

Las experiencias en torno a la espiritualidad alternativa, sanadora y femenina han trazado las trayectorias de las mujeres que convocan a círculos de mujeres, la complejidad del movimiento de las trayectorias dibujan una red, a continuación presento una visualización de la red de mujeres y sus prácticas rituales, prácticas de sanación, así como las medicinas tradicionales que comparten en sus reuniones femeninas; diversificación práctica y simbólica de la espiritualidad femenina en la ciudad.

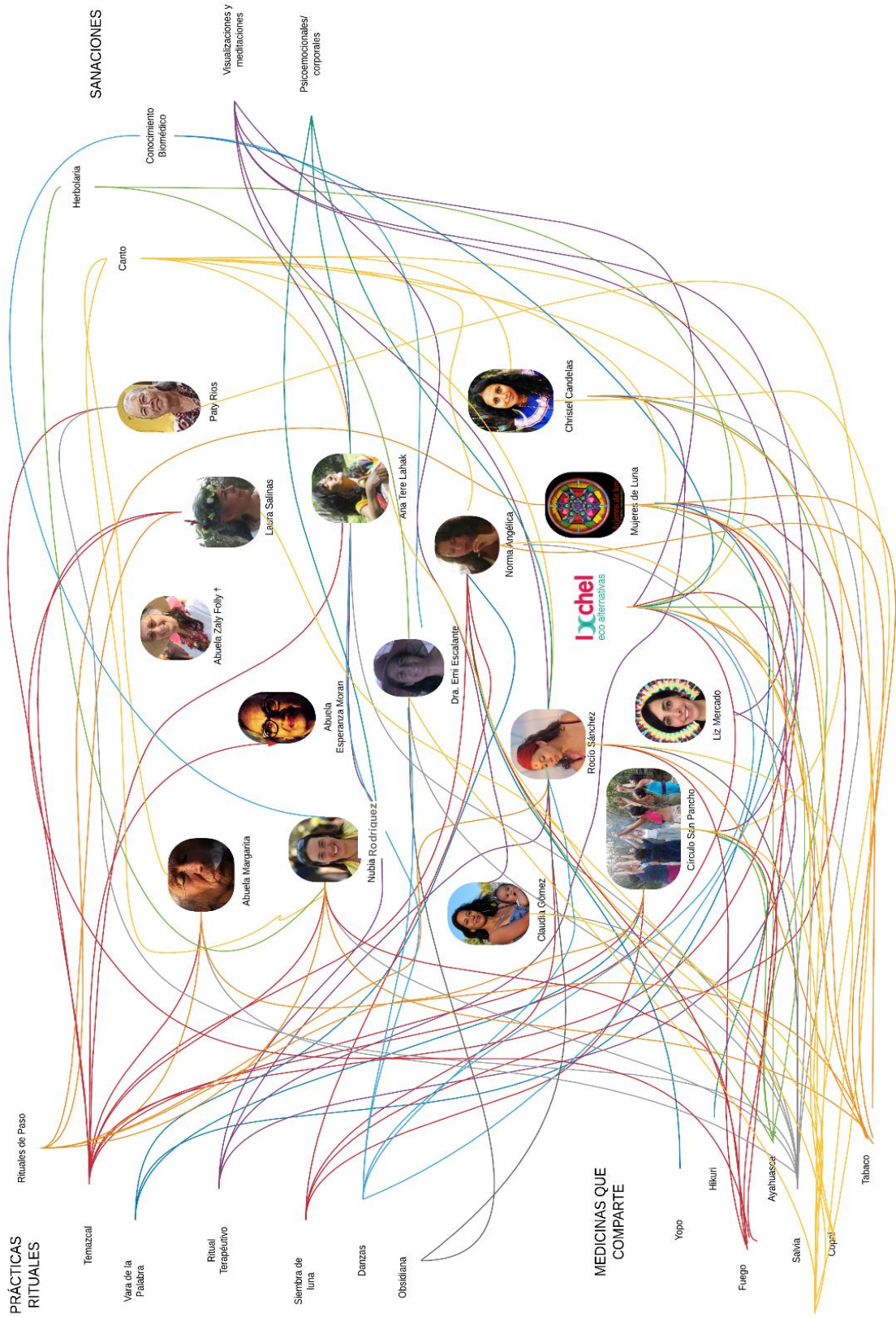


Ilustración 7. Complejidad y diversidad en la práctica de espiritualidad femenina en Guadalajara, Jal. Elaboración propia.

En el contexto de la espiritualidad femenina en la ciudad, las mujeres han trabajado por la unificación del movimiento; las mujeres jóvenes reconocen la presencia de las abuelas y éstas reconocen el trabajo de las jóvenes:

... hay que unirse, tenemos que apoyarnos, si yo te apoyo a ti que me interesa lo que haces, porque yo me prolongo en ti y me puedo morir tranquila, ya sé que el trabajo continua, y vamos es como entregar la estafeta a las jóvenes, a las jóvenes les toca hacer el trabajo, a nosotros nos tocó iniciarlo y no fue fácil, a ustedes les toca hacer vivencia, se imaginan la conciencia de la mujer en dónde va a estar? la conciencia de la humanidad!²²¹

Es preciso insistir, en que cada círculo de mujeres tiene sus particularidades: económicas, niveles de sentido de pertenencia y flujos de convivencia, diversidad de prácticas para la ampliación de la conciencia y del cuerpo, la utilización de prácticas ancestrales o neotradicionales. En la diversidad de expresión de la espiritualidad femenina de los círculos estudiados en la ciudad de Guadalajara (ilustración 7), cada mujer o colectivo convocante coparte o no, prácticas rituales como el temazcal, la vara de la palabra, rituales terapéuticos, siembras de luna; también puede compartir o no medicinas como el copal, el tabaco, la salvia, el yopo, la ayahuasca, el hikuri; así mismo, cada círculo y mujer convocante comparten o no, conocimientos y prácticas terapéuticas como el huevo de obsidiana, el canto, la herbolaria, el trabajo psicocorporal/emocional, visualizaciones y meditaciones y el conocimiento biomédico. La diversidad y el flujo cambiante en las prácticas y expresiones, se unifican en discursos abarcativos, holísticos, transpersonales, que trasciende las resistencias y disidencias “de la mente”, al ser llevado al cuerpo sensible y reflexivo de una realidad histórica-material del cuerpo femenino y del deseo de bienestar y las búsquedas/encuentro de salud, de integración de arquetipos femeninos y de la experiencia sororal entre mujeres.

2.4. El círculo de mujeres: experiencia y arquetipo

Carl Jung encontró protorepresentaciones que se repetían de modo siempre parecido en el interior de la psique, modelos generales de la comprensión que llamó arquetipos; a las manifestaciones simbólicas y las expresiones icónicas del arquetipo, las llamó imágenes arquetípicas (1919). Jung estudió los elementos estructurales preformativos y la función de las imágenes arquetípicas de las imágenes arcaicas heredadas y difundidas universalmente (Frey-Rohn, 1991:97). Jung y Marie-Louise Von Franz explicaron el círculo como símbolo del *self*, del

²²¹ Abuela Esperanza, Carpa Lunar en Casa Lunai, junio 1014.

sí mismo; símbolo que expresa la totalidad de la psique unificando todos sus aspectos, incluido el inconsciente, así como la relación del ser con la naturaleza. El círculo como geometría arquetípica evoca la no-dualidad, la completud. En los círculos de mujeres se busca que la experiencia en círculo nos conecte con algo que ontológicamente, como mujeres de la modernidad, hemos perdido, que es la experiencia intrínseca de no-dualidad, con nosotras mismas, con las demás mujeres y con todo lo que nos rodea. La experiencia somatoconsciente del círculo nos reconecta con nuestro ser, como dice Claudia Gómez:

El círculo nos conecta con nuestra esencia divina y nos viene a reconectar con nuestro ser femenino y masculino. Me han preguntado por qué solo femenino, porque sólo círculos de mujeres, simplemente porque es el tiempo que estamos reconectándonos con nuestra esencia femenina por tantos años de patriarcado que nos desconectamos tanto y vivimos dentro de las reglas masculinas, toca despertar lo femenino, no sólo mujeres... mujeres y hombres, entonces como mujeres porque nos tocó en este cuerpo como mujeres, ahí [en el círculo] reconectamos con esta esencia femenina, es una medicina muy potente, medicina del alma.²²²

Para Jung el arquetipo “se vive” más de lo que se puede explicar, y el efecto vinculante de los símbolos arquetípicos tiene una base emocional con fuerte numinosidad para la configuración de la experiencia. Ana Tere Lahak, sabe que cuando hacemos un círculo automáticamente nos vamos a una memoria arquetípica; es una memoria que está dentro de nuestro cerebro arquetípico.²²³ Cuando las mujeres “se dejan aprehender” por el círculo, por el arquetipo, viven esa experiencia de lo numinoso,²²⁴ de lo iluminante y lo benéfico, pero también de lo extraño, de lo no cotidiano.

El círculo es forma simbólica, material, relacional y experiencial del arquetipo igualitario: el círculo como espacio vivido en donde todas (y todos) estamos a la misma distancia del centro y no hay jerarquías, es una experiencia que inspira sentimientos de seguridad y pertenencia. Irery Velasco ha participado en varios y diferentes círculos de mujeres, pero también en otros círculos que se comparte medicina²²⁵ o se hacen rituales de temazcal o sanación, ella desde su experiencia comparte lo que significa vivir el círculo:

La importancia que sea en círculo es que no hay autoridad, todos podemos compartir, no hay corte de energía, va rondando la palabra, el aprendizaje, la sanación y nos va

²²² Entrevista Claudia Gómez. Mayo 2014.

²²³ Ana Tere Lahak, Conferencia “Gestando y dando a luz círculos de mujeres” en el evento “Por mil mujeres despiertas” en CUCSH, marzo 2014.

²²⁴ Experiencia espiritual que reside en lo afectivo y emocional, es no discursiva y no lógica.

²²⁵ Ceremonias con plantas psicoactivas.

llegando a todos, el hecho de estar ahí ya te da la capacidad de compartir, de sanar y de tomar lo que puedas tomar dentro de ese círculos.²²⁶

En un círculo, en donde no hay autoridad, la mujer que convoca se nombra y posiciona al mismo plano que todas las demás, lo reconoce, lo expresa y anima a las demás mujeres para que así lo sientan, como bien lo expresa Claudia Gómez, al dar la bienvenida a las mujeres en un círculo que ella convocó.

...es casualidad que yo convoque, siempre lo digo, el círculo es eso que todas somos una, ni sé yo más que tú, meramente guío en ese momento, estamos juntas para recordar, lo más primordial es que vengan con apertura, también para mí es la primera vez porque suceden cosas tan mágicas que yo me sorprendo de lo que sucede, ni yo sé lo que va pasar, cada encuentro es mágico.²²⁷

Las mujeres que convocan pueden hablar de esta no autoridad, sin embargo, en el círculo, se puede diferenciar de la autoridad y el liderazgo, se busca que no haya autoridad, que no haya jerarquía individualizada, pero se reconoce el liderazgo, como una aptitud en donde cada una es auténtica o sobresaliente en lo que cada una hace y lo puede compartir en el círculo; es recíproco lo que se comparte, aunque una mujer no exprese con palabras, se le reconoce su presencia y su energía. Así, hay un fenómeno de cocreación, que entre todas juntas y cada quién ofrece, aporta, nutre el círculo y se hace una sinergia de la presencia, la palabra, las actitudes y aptitudes de cada una y de todas juntas. En el círculo se puede ver todo ese “liderazgo entreverado, compartido, danzado”.²²⁸ Este liderazgo, se equipara con lo que las feministas italianas nombran como “autoridad femenina”, que difiere con el poder que es impuesto, la “autoridad femenina” es reconocida y no busca poder social dentro del ámbito patriarcal (Bochetti, 1996).

Christina Baldwin, en su libro *Calling the Circle: The First and Future Culture* (2009) plantea los círculos como una manera que está cobrando auge, para que los seres humanos se reúnan, conversen y se organicen; buscando el apoyo mutuo, el trabajo en equipo, y el cambio social. En los círculos de mujeres, como lo he observado en campo, las mujeres están encontrando maneras de expresarse, sanarse y organizarse. Baldwin propone los círculos como una forma primaria de formar comunidad basada en la honestidad, la aceptación, la igualdad y la integridad espiritual. Los círculos aportan una atmósfera propicia para la expresión. El círculo de mujeres con un

²²⁶ Entrevista Irery Velasco. Mayo 2014.

²²⁷ Entrevista Claudia González. Mayo 2014.

²²⁸ Entrevista con Beatriz Andrade. Enero 2014.

centro espiritual es cuando se busca trascenderse a sí misma: “ser mejores, hacer algo por la comunidad, eso es espiritual”.²²⁹

Cecile Andrews en su libro *Living Room Revolution* plantea que es en los pequeños grupos donde podemos realmente conectar y sentir que somos escuchados. “Ahí es donde empiezan de veras a gestarse las ideas y la interacción”. Los pequeños grupos para hablar, para alzar la voz y conectarse con el cambio social, para vivir con entusiasmo en vínculo con otras personas, inspirarse y motivarse, la autora argumenta que es ahí en donde está la felicidad que buscamos (Andrews, 2013). En los círculos de mujeres, como lo he observado en campo, las mujeres están encontrando maneras de expresarse, sanarse y organizarse. Baldwin propone los círculos como una forma primaria de formar comunidad basada en la honestidad, la aceptación, la igualdad y la integridad espiritual. Los círculos aportan una atmósfera propicia para la expresión.

Andrea Ibarra tiene esta conciencia política de que la creación de espacios femeninos tiene que ver con ganarle espacios al sistema patriarcal. Es vital que estos espacios de experiencias lleguen a más mujeres y esa es responsabilidad e inspiración para las mujeres en círculo. También, los espacios se van recuperando con la comunidad global de mujeres que se reúnen para (re)conocer la sabiduría femenina y sus prácticas.

2.4.1. La experiencia circular

Las mujeres en círculo viven la experiencia del ritual en y desde el cuerpo; el círculo propicia una atmósfera sensitiva que, desde el inicio las mujeres entran a un espacio-tiempo ritual. La mayoría de los círculos dan la bienvenida a las asistentes con aromas, como una manera de “limpiarse”, “purificarse” u “honrarse”. En los círculos se sahúma el copal, la salvia, el palo santo o el incienso; los aromas causan efectos en el sistema límbico cerebral, entonces la actividad fisiológica se relaja, se crean efectos emocionales y se activan recuerdos y la memoria, como dicen las mujeres. Otra manera de abrir -y cerrar- la ceremonia es el saludo a las siete direcciones o rumbos que son los cuatro puntos cardinales, el cielo, la Tierra y el centro que es el corazón de cada una(o); este ritual es un reconocimiento a las fuerzas, invocación de los y las guardianes, se les pide permiso para entrar a otras dimensiones, fuerza para realizar el trabajo ritual y se agradecen las presencias y bendiciones. El saludo a las direcciones es una manera de cosmizar el espacio, de abrirlo al ritual estableciendo un orden cósmico: los cuatro puntos, la bóveda celeste, la Tierra y la presencia humana; la súplica ritual que se elabora a cada una de las direcciones es

²²⁹ Emi Escalante, *Círculo Ritmos Femeninos*. Junio, 2014.

espontánea y concordante con las energías arquetípicas de los rumbos; son también un recordatorio de las relaciones ancestrales que el ser humano ha tenido con el espacio que le rodea y su simbolismo.

El sentarse en el suelo es otra manera de “recordar” y “reconectar”, las mujeres hablan que es necesario estar en contacto con la madre Tierra, asimismo, la postura que se adopta en el suelo es la posición básica e inmemorial para meditar, teniendo efectos cerebrales y energéticos, como lo proponen las corrientes orientales: se cierra el circuito de energía, impidiendo su dispersión hacia abajo y revirtiéndose ésta al sistema corporal, la espalda recta evita la dispersión mental y hace fluir la energía.

En la mayoría de los círculos se abre el ritual con la palabra de las asistentes, esto es que cada mujer se presente, diga su nombre y qué motivos la llevaron a la reunión, también pueden hacer un rezo, ya sea una petición o un agradecimiento especial. Se trata de que las “palabras salgan del corazón”; para ello algunas mujeres acostumbra a compartir el “tabaco de la palabra” o la “vara de la palabra” que va girando ya sea hacia la derecha o hacia la izquierda. Con la apertura de la palabra, las mujeres se sienten integradas, ya cada una compartió quién es, cómo está y para qué está ahí, es así como comienza la celebración.

Las mujeres recrean el ritual desde su cuerpo con su participación en el canto, la danza, el movimiento, la palabra, las expresiones emocionales, el silencio. Los rituales buscan “reactivar memorias antiguas”, porque es ahí en donde se encuentra la sabiduría femenina, la sabiduría como seres humanos, la divinidad de cada una(o). En la memoria antigua está la interconexión con un pasado ancestral, un pasado mítico añorado, pero también un pasado cargado de conocimiento necesario para estos momentos de crisis, una sabiduría femenina que ha sido sepultada y que es preciso re-conocer; acceder a la memoria ancestral, les permite a las mujeres descubrir su misión en el aquí y el ahora, hacia dónde dirigir su labor con una conciencia amplia, en lo personal y en lo colectivo.

En los círculos se hace mención de que las reuniones femeninas son muy antiguas, y recrearlas permite el reconocimiento de las relaciones femeninas antes de su represión y disolución. Uno de los rituales principales en los círculos es la invocación de las ancestras; las ancestras son todas las mujeres que nos preceden, mujeres del propio linaje y mujeres muy antiguas que han habitado la Tierra. En el discurso ritual, se les agradecer y honrar porque esto permite reconocer que nos precedieron mujeres sabias y poderosas y que podemos pedirles

simbólicamente su fuerza, su apoyo y su bendición, lo que aporta al círculo seguridad y contención, como una manera de sentir un acompañamiento femenino trascendente. Edna Martínez, como psicoterapeuta reconoce la importancia de hacer consciente el linaje femenino material y simbólico, así lo expresa:

cuando conectamos con el espíritu de la salvia, es la abuela, ya ves que pasan la salvia y nos honramos, estos aromas despiertan en nuestros cerebros lo que ahí está, son millones de células como si explotaran y recordaras quién eres porque está la información de miles de generaciones, cuántas mujeres han venido antes que nosotras, desde la prehistoria, este es un inductor la planta, pero la presencia ocurre de manera inocente, no hay un orden, un método “que vengan las abuelas” no, ni siquiera se dice, pero ya tú eres abuela y también niña y puedes ser hindú y china y estamos uniéndonos y estamos trayendo la energía de todas las diosas ellas son también las abuelas porque antes era la adoración de la diosa no el dios masculino, porque era la nutridora; el reconocernos mujeres nos conecta automáticamente con todas las ancianas, las tuyas, las mías las que ni imaginamos están presentes como si viéramos un círculo dentro de un círculo, dentro de un círculo y las más ancianas nos contienen, son las más grandes, que tan fuertes y expertas si vivieron miles de años atrás y acceder a esto hay sabiduría.²³⁰

El círculo vivido desde esta perspectiva permite que las mujeres se “conecten” con una sabiduría universal, más allá de ellas mismas, de lo que se puede explicar. Hay experiencias en las que las mujeres se sorprenden de escucharse a sí mismas, cómo si se trascendiera el ego y hablara el *self*, la sabiduría interna, que es colectiva también, sinergia de la energía de las mujeres presentes que se canaliza en la voz de la que tiene la palabra. Claudia, es una mujer que su búsqueda espiritual la ha llevado a trabajar en sí misma, logrando, desde mi perspectiva, un autoconocimiento que le permite ser sensible a su voz intuitiva, a su *self*, además ella tiene experiencia en el manejo de grupos, ya que es maestra de yoga, de tal manera que cuando toma la palabra en el círculo, ella es consciente de sus palabras y sensible a su voz intuitiva que puede unificarse con lo que en el sistema de creencias es una “sabiduría universal”. Ella así lo expresa:

No hay nada nuevo que van a escuchar de mi boca, nada nuevo que va a salir de mi ser, sino es un recordatorio de todo lo que todas estamos vibrando, cada palabra que sale de mi boca, créanme para mí es la primera vez que me escucho decir esto, me sorprende a mí misma de las cosas que salen, porque es la energía de todas, esto es un círculo es meramente casual que yo esté aquí hablando pero todas tienen estas sabiduría y todas tienen estas memorias de las que estamos aquí recordando, por algo me llamó la atención, por algo me resonó.²³¹

²³⁰ Entrevista con Edna Martínez. Junio 2014.

²³¹ Claudia Gómez en Círculo de mujeres, centro Tlazokamati, mayo 2014.

Por su parte Paw Orozco, también es una mujer que por su trabajo reflexivo y personal procura ser y estar consciente de sí misma, de sus pensamientos y sensibilidades, ella también se sorprende cómo ha “canalizado” información útil y necesaria cuando se encuentra compartiendo y al mismo tiempo reconoce que es la energía del círculo la que permite esta inspiración:

... estar ahí recordando y aprendiendo, y todos enseñando y el igualarte a los demás y recordarnos que todos tenemos sabiduría me ha hecho poder estar abierta y canalizar cosas que ni yo sé que sé, ni yo sabía que lo sabía, pero se lo transmití y funcionó, en ese momento se me ocurre algo y le traje lo que ella necesitaba para sentir ese confort y esas seguridad.²³²

2.4.2. Lugares, Altares y objetos sagrados femeninos

La consagración del espacio es sembrar la intención espiritual del trabajo que se va a realizar; pasar del espacio cotidiano, al espacio sagrado y ritual. Mircea Eliade (1981) contempla las técnicas de orientación, que son las técnicas para construir el espacio sagrado; es el ritual que se elabora y es eficiente en la medida que reproduce la obra de los dioses -en este caso, las diosas y ancestras-. El círculo como espacio sagrado es un espacio que se vive; para Eliade (1981) el espacio sagrado permite hacer una ruptura de nivel para tener una comunicación entre los niveles cósmicos (la Tierra y el Cielo) y hace posible el tránsito, de orden ontológico, de un modo de ser a otro.

Una actividad que en todos los círculos se lleva a cabo es la realización de un altar; éste puede hacerse antes de que lleguen las mujeres o también puede ser una actividad que se hace entre todas. El altar es una manera de preparar el espacio, de consagrarlo para iniciar los trabajos en un “círculo sagrado”. Los altares de los círculos son un reflejo de las transversalidades del movimiento de los círculos de mujeres. De la Torre y Mora (2001) mencionan que la transversalidad son los puntos de intersección entre lo local, lo global, la tradición y lo nuevo. Las mujeres consideran que la diversidad enriquece y nutre al círculo, así como comparten cantos, rezos o meditaciones, en los altares son bienvenidos los elementos que cada quien desee poner en él. He notado que invariablemente se ponen representaciones de los elementos, agua, velas, inciensos, sahumerios o copaleras, caracoles, conchitas, plumas, flores, semillas, piedras, cristales, esferas, elementos representativos de lo femenino -cuencos, lunas, mariposas, úteros, vaginas, vulvas-, figuras femeninas o de diosas, instrumentos musicales -tambor, sonajas,

²³² Entrevista con Paw Orozco, Mayo 2014.

okarinas-, esencias como la salvia, el copal, el pericón; también las mujeres pueden poner elementos simbólicos como algún contrato, una prueba de embarazo, con el fin de “cargarlo de la energía” de cada ceremonia o ritual. En los altares podemos encontrar, elementos de alguna corriente *new age* como fotos de maestros(as) espirituales o elementos de alguna cultura, como por ejemplo *muñeris*,²³³ campanas tibetanas. En las imágenes que a continuación presento se puede ver la diversidad de elementos dispuestos en los altares de las ritualidades.



Fotografía 14. Altar de Carpa Roja en San Pancho Nayarit. Julio, 2014.

²³³ Objeto emblemático de la cultura wirríríka, objeto de poder del mara'akame para contactar con los dioses y recibir sus mensajes a través de él.



Fotografía 14. Altar segunda Carpa Lunar, Casa Lunai, Junio, 2014.



Fotografía 15 Altar central, círculo Ritmos Femeninos. Mayo, 2014.

Para Eliade (1981) el espacio del altar se convierte en un espacio sagrado, porque se hacen presentes los dioses y la comunicación con ellos queda asegurada; el altar es una reproducción a escala microcósmica. En los círculos, con la disposición del altar, se evoca e invoca a las Diosas y ancestras para que se hagan presentes. El altar es eje de este espacio sagrado; se pone el altar como una ofrenda para honrar a las Diosas, a la Tierra, a la Madre naturaleza, para honrar a la divinidad que habita dentro de cada mujer; las mujeres con las que dialogué expresan que el altar y sus elementos recuerdan la propia interioridad, el microcosmos encarnado dentro del ser.



Fotografía 16. Detalle de altar, Círculo de Mujeres Tribu de Mujeres en Casa Caracol. Abril, 2014..

Muchos de los altares de los círculos son acomodados simétricamente o de manera concéntrica, como un mandala. Para Carl Jung (1964) el mandala como forma arquetípica “trae consigo una fuerza mediante el cual ejerce un efecto numinoso, fascinante o que impulsa a actuar”. El mandala representó para Jung un carácter numinoso por la simetría de sus elementos que ponen en manifiesto la existencia de la relación del inconsciente con el consciente, pero también expresa un principio organizador trascendental en el inconsciente, lo que sería la divinidad interna. Esta forma y los elementos contenidos, hace de la presencia del altar un elemento importante en el espacio en donde se trabaja el ritual, porque evoca y recuerda aquello elemental que está dentro de todos los seres.



Fotografía 17. Altar y ofrenda de semillas.



Fotografía 18. Altar en Círculo Luna Creciente.

En la mayoría de los círculos el altar se pone al centro, así el centro espiritual evoca el mandala en el círculo mismo, y esto permite centrar y contener la energía. También en algunos círculos, como las ceremonias en bailadores y los círculos de Rocío en casa caracol, el centro es el fuego, para ella, el fuego ayuda a elevar los rezos, ayuda a iluminar el corazón y la mente, ayuda a purificar y se le puede ofrendar para hacer más intenso el rezo y la petición, porque para ella y para algunas mujeres es “el abuelo fuego” y éste escucha, habla y da medicina con su presencia.



Fotografía 19 Ceremonia de Equinoccio de Primavera, Casa Caracol, 2014.

El trabajo con los elementos y con los objetos de poder son una reminiscencia a la memoria ancestral, a lo que los abuelos y abuelas hacían; es una búsqueda y un llamado para activar la tradición, desde lo aprendido dentro de los circuitos *new age*, pero también desde lo informal y la intuición, apelando a la sabiduría interior ya que el conocimiento “está en una misma”. Así también, se reconocen que es importante no depender de los objetos materiales, que aunque sean objetos de poder, si no están presentes, se “jalan del universo” para invocar la energía y la función de los mismos. Los objetos visibles no es lo importante en los círculos, como expresa Beatriz Andrade, “porque nos perderíamos de lo invisible, lo que no se ve y eso sí es lo importante, entrar a esas dimensiones invisibles llenas de poder”.²³⁴ Los círculos de mujeres son un espacio en donde, como he presenciado, se disponen energías sutiles que son difíciles de expresar con palabras, pero son sensaciones, intuiciones que permiten una sincronía de movimiento, pensamiento y sensibilidades entre las presentes.

2.4.3. Reapropiaciones ecofeministas

Los rituales que elaboran las mujeres pueden ser apropiaciones o préstamos de elementos y símbolos de otras tradiciones; con la intención de recrear la noción de lo sagrado, de evocar linajes, mitos y de sanarse en colectivo y al colectivo femenino. Aunque las prácticas rituales son diversas, identifiqué rituales que han sido reapropiados por las mujeres que vienen de una matriz tradicional, estos son en los que me centraré, reservando el análisis de los rituales terapéuticos para el capítulo cinco y los rituales menstruales para el capítulo seis. Encuentro que los rituales que las mujeres se han reapropiados son los siguientes: portar el Sahumerio, Rezar el Tabaco, la Vara de la Palabra, el Temazcal y Fumar la Chanupa.

Mujeres que tienen trayectorias dentro de circuitos del movimiento alternativo, y que han sido iniciadas por maestros de la tradición, reconocen que la cultura y la tradición son cambiantes y es necesario tomar lo que tiene sentido a los ojos de esta nueva espiritualidad:

Estamos volviendo a conectarnos con lo ancestral por esta necesidad, es hermosísimo y es un legado que se debe de honrar, respetar y aprender, pero yo soy de la idea que a partir de esa tradición que nos heredaron, construir nuevas tradiciones, creativas que somos, por ejemplo a mí me entregan un ritual y lo honro y reconozco pero jamás va a ser lo mimitito que me entregaron a mí; yo siempre digo cuando alguien viene y vive un ritual quizá encuentre elementos mayas y toltecas o hindús, porque se van creando

²³⁴ Entrevista con Beatriz Andrade. Enero 2014.

rituales, entonces está muy bien respetar las formas, pero también podemos adornarla y hacerla nuestra.²³⁵

Las apropiaciones individuales y colectivas de las tradiciones apelan a las reivindicaciones de la divinidad interior y de la espiritualidad femenina. Se reconoce que la tradición y la manera de ritualizar de “los abuelos” y “las abuelas” eran otras, por las circunstancias, pero ahora son modelos, enseñanzas, instrucciones para que se puede hacer el ritual a los tiempos de hoy, con los elementos que están a nuestro alcance y con nuestras posibilidades. Lo más importante en el ritual es el fondo, no la forma, para Paulina Oviedo, es el rezo del corazón:

No clavarse en la forma, sino entender el fondo real de un rezo y desde ahí puedes hacer lo que sea, entonces ahí lo único que entendí es o que tenemos que hacer es que sea real, cuando se ve en orden, cuando se ve bonito, armónico, eso es un ritual verdadero, cuando traes muchas frutas, muchos granos, cuando tienes fuego, cuando tienes cosas bonitas que se ven del corazón, eso es un ritual de poder, entonces háganlo con su corazón no duden nunca que lo que están haciendo es la verdad, lo real, lo verdadero y lo suyo y además que pueden obtener tanto poder que eso se queda para futuras generaciones... mi hija ya va a decir mi mamá cuando hacía su altar ponía todo derecho, yo no sé si mi abuelita, pero ya lo estoy haciendo yo, ya somos nosotros, ya está en nosotros cómo es que lo vamos a entender, a entregar a nuestras futuras generaciones, entonces lo mejor es hacer el ritual que hagamos, lo mejor que hagamos, lo que sea que tenga un entendimiento de nuestro poder.

La Abuela Malinalli de tradición mexicana, comentó en la Danza de la Luna del 2013 en Teotihuacán, que algunos le habían criticado por que ella ha compartido la Danza y el Temazcal “a los blancos” ella dice: “ahora entregamos esta tradición a quien tiene oído”.²³⁶

Las mujeres que se reúnen en círculos están reconfigurando concepciones simbólicas del espacio y del territorio a través de prácticas culturales. Las mujeres retoman, recrean y comparten prácticas discursivas de mujeres de pueblos originarios de América, desde Alaska hasta la Patagonia, tejiendo un conglomerado de simbolismos y prácticas que trasciende fronteras políticas. A continuación describo rituales que las mujeres se han reapropiados para llevar a cabo su práctica de espiritual femenina

2.4.3.1. El Sahumerio, la copalera, el *popoxcomitl*

En México se conocen dos tipos de sahumerios: el *popoxcomitl* y el *tlemaitl*; el *popoxcomitl* se considera como un recipiente femenino, un vientre que se sostiene por el “cuello del útero” o

²³⁵ Entrevista con Claudia Gómez. Junio 2014.

²³⁶ Abuela Malinali, Danza de la Luna, Teotihuacan, 2013.

la base; el *tlemailt* (*tetl*, fuego y *mailt*, mano), está formado por el recipiente que contiene los carbones y una extensión que permite sostenerlo. Su forma representa el principio femenino (cavidad) y el masculino (mango para sostenerlo) y simboliza la integración de los “opuestos”, la alianza de lo masculino y lo femenino.

Prender el sahumero es un ritual que en algunos círculos se realiza. El sahumero representa el útero sagrado que contiene el fuego sagrado, el fuego de la vida. Algunas mujeres han sido iniciadas en “portar” el fuego sagrado. La Abuela Esperanza ha iniciado a muchas mujeres de la ciudad en ceremonias dedicadas a compartir el fuego sagrado y a que las mujeres tomen con responsabilidad el camino de portarlo. Las sahumadoras tienen la misión de prender el fuego y sahumar las esencias en la apertura del espacio, el lugar del altar y a las mujeres para purificar y para honrar. En el saludo a las siete direcciones también se sahúman cada una. Sahumar es una práctica ritual que requiere de estar atenta a lo que dice el fuego, a cómo se prende, a que no se apague, a cómo se porta y se sahúman el copal o las hiervas. Prender el fuego es un momento reflexivo y de concentración, ya que las mujeres expresan que el fuego se comporta exactamente a cómo está tu ser, “si estás dispersa, le fuego no prende”. La sahumación requiere una conexión con la intuición reflexiva y corporal, así “se reciben” los mensajes del espíritu y las instrucciones para conducirse con el fuego. Ana Tere Lahak organiza ceremonias de iniciación de Sahumadoras con la Abuela Esperanza, ella expresa en un círculo de mujeres:

El trabajo que las sahumadoras están haciendo es hermosísimo, ellas están concentradas, están conectándose con el fuego sabiendo que esa vasija que tienen en sus manos simboliza el útero y también el corazón y simboliza nuestro ser, es esa copa, el santo grial que se ha buscado durante siglos para volver a conectar y recibir la energía cósmica de la madre Tierra, ellas están encendiendo ese fuego, ellas están conectadas con la intención de que a ustedes las van a sahumar con su fuego, es la intención de su corazón, el fuego es el espíritu, es el poder, están encendiendo ese fuego para ustedes, para recibir también con amor en ceremonia a la madre.²³⁷

²³⁷ Abuela Esperanza, Carpa Roja, Casa Lunai, Junio, 2014.

Aquí la invitación al evento de iniciación convocado por Ana Tere Lahak y la abuela Esperanza:

 **Casa Lahak Unificar Para Trascender** 5 h · 🌐

Esta es una invitación a todas las sahumadoras que nos acompañaran en el gran rezo del 21 de Junio (Mil Tambores por la unificación de la humanidad)

Participara la abuela Esperanza (Depositaria de varios fuegos sagrados que ella nos hará entrega ese día).

Invitación abierta a quienes sientan el llamado de trabajar con el abuelo fuego en conexión con su interior; les convocamos a acompañarnos el próximo Domingo 01 de Junio desde las 10 am en el Iztepete.... [Ver más](#)



Iniciación y preparación sahumadoras (es) para el evento 1000 Sahumadoras, Iztepete, Domingo 01 de Junio.
domingo, 1 de junio a la(s) 10:00
iztepete, Zapopan, Jalisco
17 personas asistirán [Participar](#)

Recorte de pantalla 4. Evento de iniciación de sahumadoras, Facebook de Casa Lahak. Junio, 2014.

El ser sahumadora es un servicio que la mujer presta, a lo cual también se recibirá dones y beneficios. Sin embargo, no es necesario una ceremonia de iniciación para tener una copalera y sahumar, pero si se espera que el servicio sea ofrecido con respeto y humildad. Las mujeres que tienen la intención de prender el fuego se acercan a otras mujeres para aprender cómo es la mejor manera de hacerlo. De manera generalizada, las sahumadoras de los círculos de mujeres no tienen una tradición definida de donde proviene el conocimiento, sino es el resultado del camino y las experiencias dentro del ámbito de la espiritualidad alternativa de cada mujer, de las tradiciones de la mexicanidad o neomexicanidad practicadas por cada una. Prender la copalera, tiene que ver con recordar “el fuego que llevamos dentro”, “porque al encender el fuego lo volvemos a recordar, ese fuego que tenemos en el útero”.

Los sahumeros o copaleras por lo general son de barro y cada mujer tiene la suya personal, porque se le considera una extensión de sí misma. Permite establece lazos emocionales de apego con el instrumento. Una vez terminado la sahumación, el altar es el lugar para colocarla y al finalizar se depositan en la Tierra los restos de carbón y copal que quedaron en él.

Sahumar te permitirá adquirir sabiduría honrando las plantas y sus propiedades curativas. Es una modalidad de la purificación que invoca al espíritu de la planta para restablecer el equilibrio dentro de ti y entre los hombres y alejar todo aquello que no forme parte de ti. Puedes celebrar esta sencilla ceremonia en cualquier momento. También en solitario. Sólo para estar en armonía contigo mismo y con tu entorno. Y cada espacio se convertirá para ti en un lugar sagrado en el que podrás vivir y trabajar. Un lugar de quietud, renovación y regeneración...²³⁸

La Abuela Margarita dice que nos sahumemos para honrar nuestro ser, no para limpiarnos, “porque no estamos sucias”, sino para honrar nuestro corazón, nuestro útero. Para que cada una realmente se reconozca como Diosa, y qué mejor que nos lo digamos nosotras mismas, honrándonos.²³⁹



Fotografía 20. Copalera de Andrea Ibarra en la 1o Carpa Lunar, Barrio el Refugio. GVP

2.4.3.2. Rezar con tabaco

Rezar el tabaco es otra práctica ritual que se elabora dentro de algunos de los círculos de mujeres. Rezar con tabaco permite hacer una conexión con el sí mismo, y se reconoce el espíritu de la planta, que es el espíritu del amor. Diotima Ra, mujer de 30 años, nacida en Colombia; seguidora de tradiciones ancestrales de América desde hace cuatro años, autoconsiderada sensible a los saberes sobre la luna y la mujer, explica lo que para ella es rezar el tabaco:

Cuando se reza con tabaco, la persona se sienta con las piernas cruzadas o de rodillas, como señal de respeto, pues se trata de un espíritu, el espíritu del tabaco, primera planta

²³⁸ Edith Tezcayolocoatl,
<<https://www.facebook.com/photo.php?fbid=645947288852409&set=a.109515015828975.16954.100003114326372&type=1&fref=nf>, consultado en Octubre, 2014.

²³⁹ Norma Emilia, círculo de Mujeres Ritmos Femeninos, Marzo, 2014.

maestra que recibió en ser humano, franqueando la frontera entre medicina y alimento. Al levantar un tabaco hablamos al Gran Espíritu, a la Diosa Creadora, a los ancestros, para agradecer y pedir; al levantar un tabaco, en círculo, decimos la verdad, sin odio ni miedo, sin ofensas, sin importancia personal; nos hacemos parte del todo del cosmos, de nuestra realidad individual y colectiva, con humildad y fortaleza.

Los tabacos que se fuman, que se “levantan”, no son de procedencia comercial, se busca que sea un tabaco puro, libre de químicos y pesticidas, se forja en una hoja de maíz o en un papel que puede ser de arroz o hemp; también se fuma tabaco con pipas destinadas a ello. El humo del tabaco no se inhala a los pulmones, se hace subir al cielo para que el humo lleve el rezo y el agradecimiento, se hace bajar a la Tierra como muestra de reconocimiento y agradecimiento, el humo se dirige a las otras cuatro direcciones y al útero, para recibir las bendiciones y las protecciones.

Fumar tabaco es una práctica ancestral de América; las mujeres que lo comparten aprendieron cómo fumarlo en sus trayectorias espirituales. Las mujeres que se acercan al círculo aprenden ahí cómo hacerlo, y se explica las diferencias simbólicas y materiales entre fumar y rezar. Paulina Oviedo porta su Pipa Lunar y cuando hay oportunidad en círculo o ceremonias, la prende con “gran honor de compartirla entre mujeres”, ella expresa su experiencia con su pipa: “entonces llega un momento que tú hablas por la pipa, ya no está hablando tu importancia, ya no habla Paulina, está hablando la pipa, está hablando el espíritu del tabaco, está hablando el corazón y eso es ya un trabajo espiritual, una disciplina espiritual”. Asimismo, desde el círculo de Tribu de Mujeres en Casa Caracol, Norma Angélica elabora lo siguiente en cuanto al tabaco:

Quiero compartirles por qué pasamos tabaco, cuando estamos en un lugar sagrado, el tabaco es una de las plantas, es la planta más sagrada en todas las civilizaciones, el tabaco hace conectarnos con nuestro corazón, ahorita que decías que les cuesta un poco de trabajo hablar pues cuando tengan así, agarren un tabaco y recen o simplemente fúmenlo con esa conciencia, les va sacar esa palabra, por eso se comparten tanto tabaco, no como adicción, tiene su dualidad, pero esta manera lo hacemos para estar más presente, estar esa conexión con nuestro corazón, y para hablar todas estas cosas tan bonitas que muchas veces nos las guardamos o esperamos a que te llegue el tabaco cuando es momento de hablar con él y quieres decir, esto y esto y terminas diciendo algo que no tenías pensado pero porque el que habla es el corazoncito, nuestra mente la dejamos de lado.

²⁴⁰

²⁴⁰ Norma Angélica Álvarez, Casa Caracol, reunión para elaborar los rezos de la jefa tambora del círculo Tribu de Mujeres, Julio, 2014.



Fotografía 21. Andrea Ibarra, fumando tabaco. GVP



Fotografía 22. Isis Lenina fumando tabaco. GVP

2.4.3.3. Sostener la Vara de la Palabra

La *vara de la palabra* es otra de las prácticas rituales, que si bien no se practica en todos, los círculos me parece relevante por su significado y por las experiencias en torno a ella. La vara de la palabra es una vara ritual²⁴¹ que está presente en los altares del círculo de mujeres, la vara circula y cada mes una mujer la lleva a su casa, a su altar y es la encargada de convocar la reunión próxima. La mujer que “escucha” el llamado de llevar la vara, puede ser que esté pasando por una situación difícil y se lleva la vara para tomar fuerza de la energía contenida en ella, o es posible que simplemente tuvo el impulso de llevarlo por el gusto de tener consigo y convocar a las mujeres. Quien se queda con ella, la adorna con algún objeto simbólico, la carga con algún “rezo”; la vara del círculo de Tribu de Mujeres, trae plumas, collares de chaquira, de piedras, cristales, listones, bordados y se va “cargando” así de la energía de todas. Quien la porta la lleva al círculo que convoca y propone alguna actividad, comparte algún conocimiento o simplemente habla de cómo fue su experiencia con la presencia de la vara en casa.

²⁴¹ La vara del círculo de San Panco es de un árbol de guayabo, la del círculo de tribu de mujeres y la que éste otorgó al círculo nuevo en Culiacán Sinaloa, son de una liana de la planta de Ayahuasca.

La función de la vara al interior del círculo es que circule para tomar la palabra, entonces la vara permite tener un orden en el momento de la palabra, permite que quien la tiene se exprese y a las demás escuchar, ser pacientes y dar forma a los pensamientos antes de comunicarlos. Mientras se habla, la vara se sostiene al nivel del corazón, en contacto con la Tierra, así se hace un puente simbólico entre el poder y la sabiduría del cielo y la Tierra; ayuda así a “conectarse” y poder ser un canal para que fluyan las palabras, como le ha sucedido a Luz del círculo de San Pancho. En ese círculo, ellas han podido ver que la vara les permite una verdadera horizontalidad, “porque la vara es quien manda” y disuelve protagonismos y autoridades, entonces la organización y la palabra se distribuyen entre todas y el trabajo psíquico, terapéutico e intersubjetivo se hace más profundo.

Las mujeres hablan de la experiencia de tener la vara en casa, ellas la colocan en su altar y sienten la presencia de la vara, la presencia de la energía de todas las mujeres del círculo, como si la vara hablara y les diera mensajes e instrucciones de qué hacer en su vida y durante el círculo y como un apoyo simbólico de la energía femenina contenida.

La vara recuerda a los bastones de cargos que diversos pueblos aún utilizan, para organizar sus fiestas y rituales. También se asemeja al bastón de la palabra que utilizan diferentes pueblos de Norteamérica y Sudamérica. La práctica de la vara de la palabra en los círculos de mujeres está inspirada en esta práctica ancestral, con el mismo fin para hablar y escuchar. Shinoda Bolen (2004) propone usar la vara o batón de la palabra en los círculos de mujeres, como lo hacían los indígenas, los consejos de abuelos o las madres del clan, para discutir un problema o tomar una decisión, porque escuchar es igual de importante que hablar.



Fotografía 23. Vara de la Palabra Tribu de Mujeres, Bailadores, Abril 2016. GVP



Fotografía 24. Carpa Roja San Pancho, Nayarit, Julio, 2014. GVP

2.4.3.4. Temazcal, vientre de la Madre

El *temazcal* es un ritual presente en las ceremonias femeninas de la ciudad. Nubia en casa Lunai y Ana Tere en casa Lahak celebran temazcales femeninos cada luna llena, previo o posterior a una reunión en círculo. Otras mujeres también convocan a temazcales femeninos, pero no con una regularidad cíclica. El temazcal o inipi es una ceremonia de origen prehispánica, que comparten algunos pueblos de Norteamérica y Mesoamérica; el pueblo Lakota es uno de los referentes más claros y definidos en el ritual de purificación que se celebra en la ciudad en sincretismo, como una manifestación de prácticas de la neomexicanidad. Es un baño ritual de vapor, de purificación física, emocional, mental y espiritual con la presencia de los 4 elementos: tierra, agua, fuego y viento. El temazcal simboliza el útero de la madre y representa el origen de la vida en la Tierra porque contiene los cuatro elementos, las cuatro etapas de la vida y los cuatro rumbos; al salir del temazcal se dice que se está renaciendo, porque se sale del útero, se sale diferente o transformado a como se entró. Paulina Oviedo que fue iniciada por Aurelio Dias Tepankali, en el camino de las ceremonias, tiene algunos años *corriendo* temazcales y asegura lo siguiente:

Es el espacio más sagrado en el que he podido estar, en el que he podido reconocirme, he podido rehacerme y resanarme; dentro del temazcal es un útero y es ahí en donde uno va entendiendo cuando ya es más grandecito y la memoria se ha ido yendo, los niños lo tienen bien clarito de que recién van saliendo de la pancita pues ellos todavía tienen esa conexión bien clara del universo. Es de dónde venimos y hacia dónde vamos.²⁴²

La práctica del temazcal es reapropiada desde la lente de las espiritualidades ecofemeninas, en donde el discurso de las mujeres se enfoca en la sacralidad de la Tierra y el cuerpo femenino. El temazcal se convierte en un recinto para hablar de la importancia de ser mujeres y del empoderamiento femenino en estos momentos para sanarnos a nosotras mismas y el papel de la mujer y la conciencia femenina para estos tiempos.

Antes de entrar al temazcal, se puede abrir un círculo de palabra para que cada una exprese por qué y para qué está presente, se socializan peticiones a manera de rezo: que lleguen bendiciones, que haya sanaciones, que se encuentre a una pareja ideal, que se pueda embarazar; también se hacen agradecimientos: por ser mujer, por estar vivas, por cumplir años, por tener a los(as) hijos(as) o a la madre. Se hace el saludo a las siete direcciones y al momento de entrar, se ofrenda tabaco al fuego, una manera de agradecer o hacer peticiones, al entrar se dice “por todas mis relaciones”, un rezo común que se repite en varios círculos de temazcal, es una manera de evocar e invocar todas las relaciones que se tienen con todos (as) y con el todo; porque en las relaciones nos conformamos y nos transformamos. Ya en la oscuridad y el calor del temazcal se hacen los cantos y rezos, el ritual se divide en cuatro puertas que son las cuatro etapas de la vida y los 4 rumbos. Es una experiencia corporal intensa, es necesario soportar y trascender las altas temperaturas para llegar a un estado de introspección, estado alterado de consciencia, en donde se trasciende el ego y existe una transformación subjetiva. También, al interior de los temazcales de mujeres, se hacen prácticas terapéuticas para la piel y el cabello, en donde se untan sábila, miel o barro reconociendo el poder curativo y atrayendo los elementos simbólicos de cada uno, como la dulzura de la miel y la bondad de la Tierra.

Al salir del temazcal, las mujeres expresan estados de gozo y plenitud. La experiencia ritual permite la experiencia de bienestar asociada a la percepción de lo que es sagrado: los elementos y lo sagrado que hay dentro de cada quién, así se logra un estado de completud como vía de sanación.

²⁴² Entrevista con Paulina Oviedo, Diciembre 2013.

Las mujeres se han apropiado del temazcal como un lugar femenino, en donde se han cambiado las prácticas y las concepciones en cuanto al estado menstruante. Hace unos años, y en otros círculos de temazcal provenientes de las enseñanzas Lakota, como el grupo del Tigre Pérez, no se permitía que las mujeres entraran al temazcal menstruando y mucho menos que las mujeres tuvieran un temazcal, que cuidaran el fuego y dirigieran la ceremonia. El trabajo de mujeres como Nubia Rodríguez ha abierto camino para que se resignifique la menstruación incluso en estos círculos, y ha posicionado el temazcal de mujeres en eventos como las Búsqueda de visión, ceremonia de origen Lakota; en la Búsqueda de visión organizada por el grupo de Raíces de la Tierra, realizada en el 2015, se construyó un temazcal pequeño exclusivo para las mujeres menstruantes.



Fotografía 25. Temazcal de mujeres, en luna llena. Casa Lunai. Mayo, 2014. GVP

2.4.3.5. Fumar la Chanupa

La chanupa es una pipa para rezar. Los pueblos antiguos la han usado, en América se conocen dos tipos de chanupas rituales: la obsidiana negra y la Lakota roja. Estas pipas han sido utilizadas únicamente en ceremonias espirituales. La chanupa roja es del linaje Lakota y según la mitología fue entregada por la Mujer Búfalo Blanco a su pueblo; el mensaje de la Mujer Búfalo Blanco fue: “La chanupa es el instrumento Sagrado, es el Wakan (Gran Espíritu) mismo y ningún hombre o

mujer impuro deberá verle jamás. Con ésta chanupa enviarán sus plegarias al Gran Espíritu. Con ésta pipa caminarán sobre la Tierra de forma Sagrada. Cuando rezan la chanupa rezan con y por todas las cosas. La chanupa une a todos como hermanos.” La chanupa de obsidiana negra, es entregada por las Abuelas que custodias el linaje y los Códices Azteca. Las danzantes de luna que reciben las pipas se comprometen a danzar por cuatro años y a rezar, custodiar y compartir la chanupa con todos los que la necesiten. La obsidiana porque viene del “útero de la Madre”, las Abuelas dicen que la obsidiana ayuda a ir al interior.

La chanupa se compone de dos partes, la vasija o la piedra y el vástago o boquilla. La vasija representa la energía femenina, está relacionada al mundo mineral y el fuego interno. El vástago o boquilla de madera, representa la energía masculina, el mundo vegetal. Al conectar estas dos polaridades se nombra “*Ometeotl*”: la fusión de las dos fuerzas como UNO.

El tabaco es la planta que acompaña a la Chanupa. El tabaco representa en la ceremonia de chanupa el mundo espiritual, la planta eleva los rezos hacia los planos superiores y abre canales de comunicación con el Gran Espíritu.²⁴³ Es preciso encender un fuego en el sahumero para invocar la luz y el amor, se hace ofrendas de copal y otras plantas sagradas. La chanupa y el tabaco se pasan por el humo y el tabaco es ofrendando a las 7 direcciones, antes de ser colocado en la pipa:

Acompañado de cánticos específicos, las pipas se preparan. Una vez listas las chanupas se comparten, la roja hacia el lado izquierdo (a favor de las manecillas del reloj), la negra hacia el lado derecho (en contra las manecillas del reloj). Se sostiene la piedra con la mano izquierda y la boquilla con la mano derecha. La primera exhalación de tabaco puede ser elevado al Gran Espíritu, luego a la Atabeyra, sobre el hombro del lado izquierdo y sobre el hombro del lado derecho para los Ancestros y luego limpias el campo astral de tu cuerpo. Las chanupas pueden dar varias vueltas, cada vez que llegue la chanupa a tus manos reza, reza con devoción. Mientras los demás rezan únete en solemnidad. El tabaco de todas las chanupas deberá ser rezado o consumido en su totalidad. En ocasiones las chanupas se apagan o se termina el tabaco ante de los esperado, NO le introduzcas nada a la pipa, solo el portador de la chanupa puede trabajar la piedra o desconectar la chanupa. Si se te apaga y deseas continuar el rezo puedes solicitarle al portador de la chanupa que la re-encienda. Recuerda que puedes rezar con la chanupa apagada desde el corazón o sólo tocando tu frente y hombros con la boquilla. Lo importante es la intención y tu conexión. Las chanupas de obsidianas honran la energía femenina en todos sus ciclos, lo que significa que una mujer en su luna menstrual magnifica su rezo durante esos días del mes. Por el contrario para las chanupas rojas, una mujer en su ciclo lunar ya está en un proceso de purificación y ceremonial por lo que NO beberán rezar o tocar las chanupas Lakotas. La ceremonia culmina cuando todas las chanupas son rezadas, limpiadas, desmontadas y guardadas.²⁴⁴

²⁴³ Las Abuelas consideran al tabaco como una planta comunicadora.

²⁴⁴ Jan Jan. <http://tierradeluna.weebly.com/palabras---ensentildeanzas.html>. Consultado en Octubre de 2016.

En algunos círculos se llevó a cabo la ceremonia de Chanupa de obsidiana de mujeres danzantes de la Luna. También se compartieron otras pipas, pipas sagradas, pipas lunares, para rezar el tabaco y otras plantas.



Fotografía 26. Rezo del tabaco. Círculo Tribu de Mujeres, Casa Caracol. Junio, 2014.GVP

2.5. Los círculos como espacio/tiempo de sororidad y *affidamento*

Me declaro contra el mito patriarcal de mujeres separadas y me vuelvo
a la cultura de la sororidad

Anónimo

Hay estudios que comprueban que cuando las mujeres se reúnen se segrega oxitocina; una hormona relacionada con la conducta sexual, la felicidad y el sentimiento maternal y paternal, la oxitocina contribuye a modular el estado de ánimo, y a entablar relaciones sociales entre las personas. Por su papel en el cuerpo humano, esta hormona recibe varios nombres como “la hormona del amor” o “la hormona de la felicidad”. La oxitocina contrarresta el estrés y provoca un efecto calmante. Klein y Taylor (2000) estudiaron cómo la oxitocina liberada por las mujeres en momentos de estrés, motiva a cuidar de niñas y niños, así como a reunirse con otras

mujeres.²⁴⁵ Así, la biología como esa materia cognoscente y material se manifiesta y hace de las relaciones en bienestar una experiencia materializada corporalmente. Como en el caso de los círculos, las mujeres refieren llegar al círculo del ajetreo de la ciudad y encontrar una atmósfera de tranquilidad que les aporta bienestar. La práctica ritual del círculo, así como las hormonas segregadas al estar entre mujeres, permite una experiencia transformadora que puede perdurar incluso por varios días.

Las mujeres en círculo buscan construir espacios para la reflexión y la experiencia positiva de lo femenino y de las relaciones entre las mujeres. Como ya bien dijo Virginia Wolf, las mujeres nos hemos visto despojadas de espacios personales, espacios para desarrollar sentimientos de autovaloración. En mi acercamiento empírico a diversas mujeres de la ciudad y de la red global digital, encuentro que hay conciencia de la necesidad de espacios femeninos, espacios íntimo-colectivos, espacios personales y espirituales para replantearse la vida, el bienestar y la salud; espacios en donde es posible re-construir la identidad.

Para Marcela Lagarde (2009) la sororidad significa la hermandad entre mujeres ('sor' - hermana); significa que ninguna está jerarquizada y tiene como sentido la alianza profunda y compleja entre las mujeres. Es un pacto político de género entre mujeres que se reconocen como interlocutoras. No hay jerarquía, sino un reconocimiento de cada una. La sororidad según Lagarde está basada en el principio de la equivalencia humana, igual valor entre todas las personas porque si su valor es disminuido por efecto de género, también es disminuido el género en sí. La sororidad tiene un principio de reciprocidad que potencia la diversidad. Implica compartir recursos, tareas, acciones, éxitos; reconocer la igual valía está basado en reconocer la condición humana de todas, desde una conceptualización teórica de lo que significa. Lagarde señala:

Sólo arraigadas en ese saber solidario podemos remontar la prohibición patriarcal al pacto entre mujeres, o lo que es lo mismo a la política entre mujeres y dismantelar la cultura misógina que nos configura. La sororidad emerge como alternativa a la política que impide a las mujeres la identificación positiva de género, el reconocimiento, la agregación en sintonía y la alianza (2006: 3).

Lagarde (2009) puntualiza que “la cosa no es 'cómo nos queremos'; la clave está en que nos respetemos, algo difícil porque no estamos educadas en el respeto a las mujeres”. La

²⁴⁵ En lugar de pelear o huir cómo se había demostrado en los hombres con la testosterona.

sororidad busca enfrentar la misoginia y exige de nosotras revisar la propia misoginia. Muchas mujeres aprendieron en el interior del círculo que es posible estar entre mujeres, porque traemos un bagaje histórico en donde impera la imposibilidad de las relaciones entre nosotras: mitos, refranes, dichos y realidades confirman la lucha de poderes, la competencia y la dificultad de la relación en entre mujeres. Es en el círculo que las mujeres expresan sus historias sobre sus relaciones con las mujeres; muchas de ellas vienen de evitar tener amigas y preferir las relaciones de amistad con los hombres. Sin embargo, reconocen que en el círculo es posible sentirse en paz, tranquilas, contenidas. Las mujeres saben que precisamente una de las funciones del círculo es sanar lo femenino con lo femenino. Como sucedió después de una ceremonia de mujeres con las semillas del yopo, ceremonia realizada con la intención de invitar a las mujeres a un proyecto artístico-cultural-espiritual,²⁴⁶ en donde se formaron lazos de amistad, de creación y colaboración, Chandra Santiago, que asistió a la ceremonia y participa en el proyecto comparte: “yo también era de puros amigos y después de esa ceremonia se hacen lazos de hermanas, y aprender y vivir la experiencia del círculo de mujeres es súper bonito, ahí no entra la envidia, ni la crítica, es todo lo contrario”.²⁴⁷

La sororidad es una política que trata de desmontar la misoginia, acción básica para el empoderamiento de las mujeres y la construcción de la equidad. La sororidad es posible como un proceso, siempre y cuando, cada una sea posible de alcanzar la mismidad, basada en la autonomía de las mujeres; consiste en ir asumiendo esta construcción de las mujeres como sujeto, con nosotras mismas y en el mundo. La sororidad es una de las propuestas más radicales en la nueva cultura feminista, como lo asegura Lagarde (2014), porque está relacionada con el empoderamiento individual y con el colectivo. Lizette Mercado, cuando comparte las Bendiciones de útero hace el llamado a las mujeres participantes, mismas que son diversas y cambiantes en cada sesión, para que el grupo se consolide y puedan surgir de ahí lazos de amistad. Por mis observaciones en campo, se han conformado grupos de mujeres que se frecuentan más allá de las reuniones ritualizadas. Lizette vincula el empoderamiento femenino con la capacidad de establecer lazos afectivos y respetuosos entre mujeres, así lo explica: “el empoderamiento femenino desde mi visión es reconocerme como mujer, reconocer a la mujer que está enfrente

²⁴⁶ Proyecto “Mujeres de Luna: Cantos, conocimiento y orígenes”. <http://mujeresvocesdeluna.blogspot.mx/> y <https://soundcloud.com/mujeres-de-luna>, consultado en marzo del 2015.

²⁴⁷ Entrevista con Chandra Santiago, Agosto 2014.

de mí y aceptar a las mujeres, honrarlas y crecer, aprender con ellas, compartir con ellas y hacer lazos de mujeres que se apoyan, que se nutren, que se frecuentan”.²⁴⁸

Ante la necesidad de construir una cultura vinculante y colaborativa, considero necesario construir espacios para el intercambio y la cooperación entre mujeres diversas, poder organizarnos, llegar acuerdos y tener experiencias que son fructíferas para todas. Se busca que los círculos de mujeres sean de estos espacios de ética, política y práctica feminista, de relaciones positivas entre mujeres, de alianza y apoyo para el empoderamiento individual y colectivo. Christel Candelas que convoca a círculos y ceremonias femeninas, sabe que el círculo tiene una función personal y colectiva de “despertar la conciencia” de la importancia de las relaciones positivas femeninas:

Un círculo en dónde podamos todas compartir lo que sentimos, lo que pensamos, pedir opinión de otras mujeres y no sentirnos solas, vernos como hermanas, yo creo que eso es algo que tenemos que sanar con otras mujeres, nuestras relación con otras mujeres, porque como que no nos enseñaron a respetarnos, es muy común que mujeres hablen muy mal o se expresen de manera muy despectivas con otras y no se dan cuenta que en realidad están siendo muy poco amorosas consigo mismas, y pues es una cuestión de conciencia, pero eso es lo que quiere hacer el círculo de mujeres, quiere despertar esas conciencias también.²⁴⁹

Contemplo que esta identificación entre mujeres es necesaria para nuestra autonomía psíquica y para construir y definir nuestras vidas en torno a nuestra subjetividad y nuestra sexualidad. El espacio del círculo permite la expresión emocional para irnos definiendo y autoconociendo; por ello la apertura para expresar y para escuchar, es parte esencial del círculo, “porque es el círculo de todas y todas necesitamos nutrirlo”, porque al compartir las subjetividades, “nos hace crecer, que nos ayuda a sanar”. Para ello es necesaria la capacidad de escucha y la receptividad, y es parte de este proceso de sororidad, de aceptación de la condición humana de cada mujer. En la apertura del círculo, se busca que cada quién exprese lo que es y siente, porque no hay nada bien o mal hecho o dicho, cada mujer es valorada y entendida por lo que trae consigo y así es parte del círculo. También se puede dar una explicación transpersonal a la sincronicidad de la presencia de las mujeres en el círculo, en donde hay algo trascendental para que cada mujer se reúna en ese preciso “aquí y ahora”, porque son las mujeres exactas, es la “medicina” que se necesita, “porque todo es perfecto”.

²⁴⁸ Entrevista con Lizette Mercado. Mayo 2014.

²⁴⁹ Entrevista con Christel Candelas. Noviembre, 2013.

En el círculo se crean pues, comunidades afectivas en donde hay contacto corporal y visual, en donde es posible expresar lo que tanto tiempo ha sido callado, con el respeto y la escucha compasiva, Edna Martínez, que es una mujer “nodo” de los círculos de mujeres y del movimiento de espiritualidad alternativa en la ciudad, asegura que los círculos de mujeres tienen esta característica especial:

... es un lugar de mucho respeto, es algo que no pasa en muchos círculos, he estado en otros círculos de meditación, de filosofías y ahorita es donde más respeto encuentro y eso es sanador, el contacto, el respeto y el poder expresar, el ocupar un lugar de igualdad entre todas, eso es lo que se me hace más rico, aparte de lo que compartes, la comida, el agua las velas, que es vibrado con tanto amor, con tanto cariño.²⁵⁰

Reconozco que en el círculo se puede lograr una atmósfera de respeto y de contención aún si las mujeres no se conocen, se puede vivir las relaciones con las mujeres “desde el corazón”, es decir, dejando a un lado las barreras racionales, intelectuales o que provienen del ego, los dictados patriarcales que han dividido y separado a las mujeres, las competencias y jerarquías. Asimismo, como lo he vivido yo y las mujeres con las que dialogué, en el círculo es posible abrazar las diferencias que hay entre mujeres, es posible “reconectarse como hermanas”. Porque como también es entendido, el círculo tiene una función trascendental, y es necesario trascender lo personal, el ego y seguir adelante con la misión espiritual, en donde las relaciones son primordiales, de ahí que se dice como un rezo “por todas mis relaciones”.

En el sentido del respeto y la no autoridad se requiere de la no imposición, por ello, en el discurso se manifiesta no imponer el punto de vista, la visión del mundo. Como un proceso las mujeres que participan en los círculos se dan cuenta que aunque sea una experiencia reveladora el conocimiento de la naturaleza cíclica, aprenden a ser cautelosas con quién y cómo comparten el conocimiento, porque admiten que es patriarcal querer imponer o juzgar aquellas mujeres que no les interesa este conocimiento. Además, las mujeres comprenden que la no imposición es inclusiva, y así más mujeres se pueden acercar a conocer y a experimentar. A las mujeres que se acercan al círculo por primera vez o tiene preguntas, dudas, inquietudes, se comparte el conocimiento y la experiencia, pero se subraya con precisión la importancia del conocimiento y la experiencia de cada una, porque se reconoce que no hay una escuela o fórmula específica para conocerse y sanarse, porque cada mujer es diversa y cambiante. Se anima a que cada mujer descubra su propia manera de interpretar y de sentir de su corazón, su entendimiento

²⁵⁰ Entrevista con Edna Martínez, Mayo 2014.

y su proceso. Paulina Oviedo expresa cómo les dice a las mujeres cuando ella les comparte su experiencia y conocimiento:

...no me hagan caso de mí, de lo que yo llevo, de lo que yo porto, sino que se hagan caso a sí mismas, de lo que su instrucción está, porque yo soy parte de un engranaje chiquitito pero cada mujer tiene el poder, la fuerza y la inspiración en sí misma para poder hacer una especie de *patchwork* en el podamos hacer un trabajo de todas.²⁵¹

Así, en los círculos se insiste en que cada mujer necesita hacer su labor de reconocimiento y de romper sus propios paradigmas, porque sabemos que no es cosa fácil desestructurar creencias encarnadas del propio cuerpo, viejos paradigmas que necesitan de procesos profundos para derribarlos y desencarnarlos. Es parte del proceso corporal/personal de cada una, si bien, las mujeres se acompañan, se apoyan, y se inspiran en la experiencia personal. Considero que esta es la experiencia base para encarnar el conocimiento, cada una consciente de sus procesos psico/corporales, sensible de sus propias experiencias, que también esta reflexividad encarnada es la base para poder compartir el conocimiento, desde la propia experiencia.

Encuentro que cada vez más mujeres están descubriendo estas relaciones y vínculos afectivos entre mujeres. Lo entiendo como algo “que está despertando” entre las mujeres, como un necesidad y un deseo de hacer hermandad. Así también, las mujeres con las que dialogué reconocen que es muy nutricional para la psique femenina entablar los lazos de sororidad, porque es necesario tener hermanas con quien compartir, dejar de estar aisladas y dar/recibir el apoyo mutuo para expresar y afrontar la vida. En este sentido, re-conocemos que entre hermanas la vida es más ligera y más alegre; Lizette Mercado así expresa el papel de los círculos para crear nuevas relaciones entre mujeres, y para la creación de subjetividades positivas:

Empezar a cambiar esos estereotipos de que las mujeres se juzgan, se critican, por eso es importante sentarse en círculo, todas somos iguales, todas compartimos, todas crecemos, no hay jerarquías simplemente hay amistad, hay un interés en común que nos une y es importante para hablar todo lo que nos hemos guardado por mucho tiempo para sanarnos, crear nuevas amistades y juntas empezar a cambiar la historia de la mujer, pero juntas porque separadas ha estado muy difícil.²⁵²

La sororidad, entendida como la relación entre hermanas, en donde no hay jerarquías y donde es posible la relación de apoyo y acompañamiento entre mujeres, tiene su profundidad experiencial en el concepto de *affidamento*. El *affidamento*, voz de origen italiano que en la doctrina y en las prácticas feministas europeas se utiliza con el valor semántico de confianza,

²⁵¹ Entrevista con Paulina Oviedo. Diciembre, 2013.

²⁵² Entrevista con Lizette Mercado. Mayo, 2014.

apoyo, compromiso, solidaridad, comprensión; particularmente, en el sentido de dejarse ayudar, dejarse orientar, dejarse aconsejar.²⁵³ El término no tiene traducción en castellano, Lia Cigarini (2000), afirma que el concepto de *affidamento* aparece por primera vez en el año de 1983, en un texto publicado en *Sottosopra* la revista de los grupos feministas de Milán, “Más mujeres que hombres”.

Para Milagros Rivera, historiadora y feminista española, la relación de *affidamento* “es una relación política privilegiada y vinculante entre dos mujeres” (1997: 76), es una relación fuerte e íntima entre mujeres, con experiencias de contención, de contacto corporal, de muestras de cariño. Los cuidados afectivos e íntimos de las mujeres se han privilegiado hacia los hombres o hacia los otros, en esta división genérica, sin embargo es posible generar la capacidad de vincularnos íntimamente con las demás mujeres en una relación vertical. El compartir experiencias dentro de los círculos hace que se creen vínculos entre las mujeres. Lizette así lo expresa:

... siempre, la intención es que nos reunamos las mujeres, siempre la intención es que todas logremos conectarnos con nosotras mismas y que logremos empoderarnos, rescatarnos, conectarnos unas con otras, generar ese vínculo que nos permite sentirnos contenidas y apoyadas, aunque no estemos físicamente reunidas, donde todas sentimos que somos bienvenidas, que podemos hablar, que nos escuchan, que es válido lo que estamos pensando, lo que estamos diciendo y practicar esa parte de validarnos, amarnos a nosotras mismas para poder llevar eso afuera del círculo que es como el verdadero reto.²⁵⁴

El concepto de *affidamento* se relaciona con la búsqueda de referencias simbólicas entre mujeres, el concepto como tal nace para nombrar la tutela que entre iguales se da, compartir deseos, sueños y proyectos propios con otras mujeres. El *affidarse*, es confiar en otra mujer en sentido horizontal y tiene un trasfondo de lucha política porque sirve para darse seguridad y apoyo mutuo y como un acto de confianza y voluntad, una mujer podrá tomar decisiones propias con el apoyo de otras. Para Luisa Muraro (1994) la relación de *affidamento* es reconocer y aceptar la relación vertical entre mujeres para, a partir de éstas, poder crear conocimiento propio de las mujeres y así, no tener que adoptar el ya existente, que es inevitablemente masculino.

En el flujo de convivencia que se da entre las mujeres del círculo, hay relaciones que trascienden más allá de la experiencia ritual, encarnan el *affidamento* y la sororidad, para vivir-se

²⁵³ (*Affidamento, mujer y cultura*. Periódico quincenal. Segunda quincena de septiembre de 2010). El concepto como tal, se debe a la escuela de Milán que tiene producción teórica-conceptual.

²⁵⁴ Entrevista con Lizette Mercado. Mayo, 2014.

en las relaciones con otras mujeres. Algunas de las mujeres amplían su círculo de amistades y se llegan a considerar hermanas, “hermanas de sangre menstrual”; en el contexto de los círculos de mujeres, hay experiencias que los vínculos trascienden y se viven procesos vitales en compañía de las mujeres en círculo, como lo expresa el siguiente post de Facebook:



Tribu de Mujeres

12 de marzo

Chicas,

El próximo domingo 23 de marzo a las 12:00 del día en Bailadores, tenemos temazcal-baby shower para nuestra hermana Jez, donde pediremos por un buen parto y bendiciones para la llegada de su bebita, les envío un correo con la info completa.

Con el gusto vernos y también darle la bienvenida a la Primavera todas juntas, orando para recibir y festejar la vida.

Aqui les dejo la invitación que nos hace Jez:

Hola hermosas!! como la mayoría de ustedes ya sabe, supongo, estoy apunto de ser mama!! es una experiencia indescriptible y te mueve muchas cosas, un regalazoo de la vida!! estoy muy emocionada y quisiera compartir esta alegría con todas ustedes en un temazcal y aprovechar el pretexto para juntarnos! ojala puedan acompañarme y elevar un rezo conmigo para que todo salga de la mejor manera aprovechando las energias del equinoccio y antes de que explote hehehe la cita es en bailadores el domingo 23 de marzo a las 12 en la maniana, y pedirles si cada quien podemos llevar algo de compartir para hacer una comidita saliendo del temazcal, sera un gusto verlas!! un abrazoote a todas, espero vernos pronto!! besos!!

Recorte de pantalla 5. Post de Facebook, invitación a *babyshower/temazcal*. Marzo, 2014.

También, como un proceso, las mujeres aprenden a relacionarse desde la sororidad y el *affidamento* con las mujeres de su vida, y llevan la actitud de respeto y ayuda con otras mujeres. Anne Wilson, es un referente en la red global digital de espiritualidad femenina, en cuando el tema es sororidad, ella afirma:

Tenemos que estar dispuestas a trascender nuestra educación y nuestro entrenamiento de separatividad, y así podemos saltar el abismo y volvernos libres de ser nosotras mismas en nuestro trato respectivo. Una vez que hemos dado el salto, encontramos una riqueza y profundidad en nuestras amistades femeninas que simplemente no pueden producirse con los hombres. (Wilson, 1996).

La intersubjetividad y las agencias de las mujeres están creando círculos de mujeres como espacios de diferencia (Lefebvre, 1974), en donde se construye otros vínculos a los producidos por las relaciones y modos de producción capitalista. Los círculos de mujeres son una

construcción -como proceso inacabado- de un “espacio de diferencia”; en este tipo de espacio se reconoce la diferencia sexual, diferencia primordial de las mujeres y los hombres desde “la sexualidad como institución simultáneamente material y simbólica” (Braidotti, 2004: 39). En los círculos se reconoce la experiencia corporal específicamente femenina, la “divinidad” del género; se reivindica el cuerpo femenino, así como las epistemes y ontologías femeninas. En el círculo de mujeres, se reconoce (o se busca reconocer) la diversidad y la heterogeneidad, cada mujer tiene “algo que expresar, compartir, enseñar”, en el círculo “hay un espacio para cada mujer”. Lefebvre argumenta que para el proceso de construcción de espacios sociales “apropiados”, es necesario “que las capacidades prácticas y los poderes soberanos de la sociedad tengan a su disposición lugares especiales: sitios políticos y religiosos”. Los círculos de mujeres son lugares políticos y espirituales, en donde se replantean las relaciones sociales, la importancia de la autonomía del cuerpo, las interconexiones trascendentes y la vida, aporta inspiraciones y da pautas colaborativas y de organización entre las mujeres.

Los círculos aportan “poder para” el “beneficio mutuo”, en contraste con los fines instrumentales en términos de Jonh Allen (2010). La red de círculos de mujeres “facilita la acción social”, para construir corporalidades, vínculos y relaciones, con amplias posibilidades para construir otras formas de ciudadanía y de hacer género.

Doreen Massey enuncia que “el espacio es producto de interacciones. Se constituye a través de interacciones desde lo inmenso de lo global hasta lo ínfimo de la intimidad” (2005: 104). Las mujeres en círculo van construyendo su espacio en términos simbólicos, políticos y ecológicos de acuerdo a las interacciones, relaciones y vínculos que establecen. La construcción del espacio pues, tiene que ver con procesos identitarios individuales y colectivos y por las relaciones que se establecen al interior. Dentro de estos espacios íntimos, se puede re-construir la identidad, Carmen Sotomayor asegura que “Dentro de esos espacios personales, la persona puede replantearse su vida, su sentido moral” (2008:5).

En este contexto, la creación de círculos y carpas son una necesidad de un espacio femenino íntimo, espacio de diferencia, en donde la corporalidad, la emotividad, los vínculos tienen cabida. Una escala espacial, en respuesta a la escala dominante capitalista y biomédica que jerarquiza, violenta y reprime. Los rituales y el lenguaje simbólico, con elementos materiales y simbólicos entreverados, diversidad de formas y maneras para entretrejerse y expandir la conciencia femenina y humana.

2.5.1. Expresiones, Espejos y Cosanaciones

Los discursos de las mujeres en círculo señalan que la relación culturalmente distanciada entre las mujeres es motivo de enfermedad también, ya que no permite el reconocimiento y la aceptación de lo femenino en otras mujeres; por el contrario, reconocer la belleza de las mujeres permite una sanación simbólica de aceptación de lo femenino en otras y en sí misma. Nadia Ávila, así lo expresó en una Carpa Lunar en donde se practicó una danza de vientre con el objetivo de hacer contacto con el cuerpo:

(...) -la danza- es un ejercicio precioso que nos permite aceptar la belleza y la sensualidad de nuestras hermanas, detonar también ese paradigma, esa maldición que entre nosotras tenemos que competir, eso nos va a enfermar mucho más y nos va a atrasar más, el poder bailar así juntas es riquísimo verse eso vientres que respiran y convivir en un grupo así con tanta sensualidad entre tus hermanas que riquísimo, decir que chulas, que rebonitas, que sexis todas, eso nos va a curar de ese bicho que nos metieron de rivalidad, nos cura bien bonito, y yo lo disfruto un montón porque prefiero sanarme así, en disfrutar de la belleza de mis hermanas, porque a través de ellas me puedo disfrutar yo también, lo chula que soy.²⁵⁵

La enfermedad y por lo tanto la salud, tiene que ver con aspectos colectivos, sociales y culturales. Para Nadia Ávila la rivalidad entre mujeres no permite la libre expresión del ser femenino, por ello liberar la represión y permitir la libre manifestación del ser es un ejercicio sanador entre mujeres, además que es parte de la exploración de la diversidad sexual femenina, que ha sido reducida por el falocentrismo. Para Claudia Gómez, quien además de convocar a círculos de mujeres es terapeuta holística, sabe que los círculos de mujeres son sanadores, porque ayudan a “abrir el corazón y cuando hay amor no hay enfermedad, la enfermedad viene del miedo, de la desconexión, de no recordar, de no estar en contacto con tu centro”.²⁵⁶ La experiencia de los círculos es contenedora, las mujeres se abren a la emoción compartida, brindan acompañamiento y soporte emocional. En los círculos se da el contacto corporal entre mujeres, nos abrazamos y demostramos cariño, admiración y respeto por las demás mujeres. Para Irery Velasco, como para otras muchas mujeres, la contención y los abrazos son el “soporte para seguir en esta sanación”.

El trabajo que se hace en los círculos de mujeres tiene un efecto terapéutico, el círculo ritual tiene su efecto en las atmósferas propicias para la conexión con el *self* y su expresión. Los vínculos afectivos que se logran en colectivo, es una necesidad emocional profunda en las

²⁵⁵ Nadia Ávila, Carpa Lunar en Casa Lunai, junio 2014.

²⁵⁶ Entrevista con Claudia Gómez, mayo 2014.

mujeres -y hombres- de establecer vínculos y relaciones. Así describe Karina Fuentes este fenómeno en los círculos:

Se abre un espacio para platicar de cosas que nos pasan, desde el corazón; porque a veces puede surgir un espacio, por eso te vas con amigas y hablas, pero como no lo haces desde el corazón, no estás en un lugar en donde estás tranquila; la forma en cómo estas sentada, el que estés en contacto con los elementos, que las semillas te recuerden la naturaleza o que las flores te conecten con esa sensibilidad, si no estás en ese espacio hace que hables desde tu mente o quizás empieces a quejarte y hables de tu situación de una manera que no te va alimentar y en los círculos yo he visto que cuando hablas, hablas desde el corazón y quizás es por eso que te nutres, porque no te estás quejando, no estás criticando, no le estas echando la culpa a nadie, simplemente estar externando algo que tu viviste y nos conmovemos increíblemente yo creo todas y por eso es lo sanador.²⁵⁷

En los círculos y la ritualidad emergen las habilidades y sensibilidades para poder establecer los vínculos. La atmósfera de los círculos logra que el *self* se exprese; también permite la apertura para poder ver en la experiencia de la otra mujer, indicios y claves para resolver la propia vida. La llaman “medicina del espejo”. Así lo refiere Paulina Oviedo:

Hablar es una terapia, es una forma de sanarme y más cuando un chorro de mujeres que dicen a mí me pasa lo mismo, yo tengo la misma situación, mi hijo o mi hija y mi esposo y son momentos de reconocimiento, son momentos en el que nos reconocemos iguales y pues decimos no estoy sola, no soy la única que me pasa y cuando sucede eso y lo liberamos tal vez llegamos más ligeras a nuestra casa, ya no tiene tanta importancia nuestra sensibilidad, porque las mujeres somos muy sensibles y tal vez es muy difícil para nuestros varones, el nivel de sensibilidad que podamos tener nosotras...²⁵⁸

En el video que continúa Rocío Shekinah detalla las dimensiones personales y colectivas que se ven trastocadas terapéuticamente en la experiencia de los círculos de mujeres:



QR 1. Video "¿Qué sucede en los círculos de mujeres? Rocío Shekinah, Junio, 2014.

<https://www.youtube.com/watch?v=xzPLkzjmUKI>

²⁵⁷ Entrevista con Karina Fuentes, Mayo, 2014.

²⁵⁸ Entrevista con Paulina Oviedo. Diciembre, 2013.

Claudia Gómez comprende el círculo de mujeres como el Gran Útero que contiene para que se “abran los corazones” de las mujeres; la risa, la danza, el canto, la alegría, estados psicósomáticos de contacto, expresión y vinculación del *self*. La intercorporalidad de la experiencia ritual se da en las sensibilidades de las mujeres, la bioquímica, el lenguaje simbólico, y se crean experiencias intercorporales de la cultura compartida por las mujeres. Los círculos y rituales son celebraciones para el vínculo entre las mujeres, para recibir las visiones, la medicina, experiencia de contacto con lo sagrado, en bienestar y conciencia. Así describe Claudia Gómez:

Hay mucho canto en los círculos, invocamos a la voz de la madre, que nos regla canto, la danza, se abre el corazón, hay pura alegría y hay pura salud y ni te acuerdas que traías achaques y es parte de la sanación recordar que somos amor, somos luz y cuando estamos ahí no hay espacio para otra cosa.²⁵⁹

La intercorporalidad trasciende el momento mismo del ritual, la mujer lleva consigo a las demás mujeres, sus voces, experiencias y demostraciones de cariño, la energía se “introyecta” y nos vemos afectadas. Así lo describe Nubia Rodríguez:

Nosotras estamos aquí haciendo una gran sinergia, por eso ya no salimos iguales, porque tú te vas llena de mí, de ella, de ella, de ella, o ¿no? Ahí es como se entiende que todas somos una y que si se sana una, sanamos todas, y es simple y es mágico.

Invariablemente, las experiencias después del círculo me aportaron un estado de bienestar y equilibrio, los temas reflexionados y expresados en el círculo resonaban en mi cuerpo y en mi mente días después de la experiencia. Los cantos del ritual se hacían presentes en mi memoria y el estado de agradecimiento y de sentirme bendecida me seguía por varios días. Las expresiones de las mujeres del círculo, me acompañaron en días posteriores y me ayudaron, en muchas ocasiones, a resolver situaciones subjetivas e intersubjetivas.

Para Lizette Mercado las experiencias en los rituales terapéuticos que ella convoca se componen de una “medicina vibracional”, porque se emana energía de sanación:

Lo que sana una, lo sana la otra y la otra y estamos sanando todas, y me gusta trabajar en grupo porque es una forma más rápida de sanar, porque si yo sano lo que están sanando 20 es como si estuviera sanando en 20 sesiones, puedo saber o no lo que la mujer esté sanando, pero su energía está ahí y mi aura o mi campo electromagnético está vibrando con esa sanación, y ella está vibrando con mi sanación y la de alado, entonces se hace una red electromagnética de sanación increíble.²⁶⁰

²⁵⁹ Entrevista con Claudia Gómez, mayo, 2014.

²⁶⁰ Entrevista con Lizette Mercado. Mayo, 2014.

El proceso terapéutico profundo, continuo y en comunidad como el que se lleva a cabo en San Pancho Nayarit, permite reconocer al propio *self*, ver y sentir la mujer que se es, y cuando del círculo se recibe aceptación para ser como se es, se juega un proceso de autoaceptación e identidad. Rocío Shekinah así lo observa en los círculos terapéuticos que ella convoca:

Cuando una persona tiene la libertad de compartir, favorece la autoestima, da fuerza yoica, fuerza que te permite hacer las cosas, se comienza a mover la energía agresiva la que te permite ir hacia adelante, crecer, poner límites, y fortalecerte en general, da un sentido de seguridad, de protección, de comunidad que es muy importante como seres humanos, somos animales de comunidad, entonces el sentirnos parte de una comunidad es muy importante y te sigue dando esa seguridad aun cuando no estés físicamente, porque es la común-unidad, vamos, nos reunimos y salimos florecientes y fortalecidas como el mundo real.²⁶¹

Las mujeres del círculo de San Pancho reconocieron que cuando ellas y otras mujeres recién llegan al círculo hacen un trabajo emocional, Luz Herrera que ha permanecido por 5 años en el círculo, reconoce que las reuniones eran “círculos de terapia”, cayendo en cuenta que era la enfermedad que las mujeres traían (en este caso), fue necesario sanar esa historia, “para poder ir a lo que sigue”, que para Luz, una vez que se trabajaron las cuestiones personales, las mujeres se convierten en “adultas sanas”, y es cuando se hace un trabajo político/espiritual en congruencia con su contexto y sus deseos.

Para concluir este capítulo, me gustaría hacer énfasis de la diversidad de expresiones de los círculos de mujeres y cómo las mujeres que han encarnado las cosmovisiones, viven una realización del propio *self*, llevando a cabo acciones y despertando sensibilidades para el bienestar y la sanación. También, las mujeres encuentran una práctica política que busca accionar para materializar la utopía, hacer algo por construir un mundo sano en donde pueda fluir la bioquímica del cuidado, del amor, de la alegría y el gozo.

²⁶¹ Entrevista con Rocío Shekinah. Junio, 2014.

CAPÍTULO 3

MUJERES EN CÍRCULO: ENCARNANDO ESPIRITUALIDADES

Destrozar el discurso que nos exige ser siempre fuertes y valientes, poderosas, aceptarnos, querernos a nosotras mismas, estar a tono siempre con un mundo que nos reclama indefectiblemente listas y sanas para asumir las tareas de producción y reproducción. Ese mundo de ahí afuera que nos reclama funcionales. Y no pienso en metas, ni en aceptación, ni en gustar, ni en convencer a nadie. Porque no creo en redenciones ni en evoluciones, ni en la barbarie convertida en civilización. Creo en búsquedas, en pasiones y en fricciones agonistas de mis propias carnes que, dadas al encuentro con otras, tienen el enorme potencial de hacer de nuestras existencias un lugar más habitable y feliz, dando lugar a indómitas formas de habitar nuestros cuerpos.
Lucrecia Masson

En el capítulo anterior mostré el movimiento de espiritualidades femeninas/feministas en nuestro continente, expuse algunas trayectorias de mujeres partícipes del movimiento a nivel global. Describí los círculos de mujeres como fenómeno de la red de espiritualidad femenina y los círculos de mujeres como experiencia de la ritualidad femenina emergente, espacio contemporáneo para el flujo de convivencia, la sororidad y el affidamento. Este entramado de significados, prácticas y sensibilidades de la espiritualidad femenina fue encarnado por mujeres social, política y espiritualmente situadas.

Este capítulo tiene como objetivo presentar las prácticas, sensibilidades y cosmovisiones de las mujeres que convocan y asisten a los círculos de ritualidad femenina. Mujeres que buscaron/encontraron y encarnaron un camino espiritual para realizarse como las mujeres que son; cambiaron prácticas, creencias y concepciones de sí mismas y la vida. La espiritualidad femenina les permitió (re)sensibilizarse y (re)conceptualizar su cuerpo y su vivencia como mujeres. Las mujeres encontraron su misión y muchas de ellas se enfocaron y se comprometieron con una labor ecofeminista.

3.1. Iniciando el camino

En las mujeres que asisten a los círculos de ritualidad femenina, existen motivaciones, necesidades existenciales y espirituales que las mueven a buscar experiencias nuevas o alternativas. En este primer apartado del capítulo, muestro las necesidades, deseos y visiones que las mujeres tuvieron para iniciar una búsqueda y un camino que diera sentido a su vivencia femenina. Las búsquedas se refieren a procesos subjetivos/corporales que llevaron a las mujeres a cambiar sus realidades y sensibilidades. Las experiencias, prácticas y conocimientos encontrados, les permitió a las mujeres acceder a un campo de conocimientos y a (re)sensibilizarse a la matriz de significados y sensibilidades de lo femenino, también les permitió vivir experiencias de bienestar y procesos de sanación. Las prácticas y discursos adquiridos cuestionaron “verdades” en el campo de la salud y lo religioso, lo que produjo tensiones, rupturas y quiebres en sí mismas y en su contexto. También, algunos de los cuestionamientos tuvieron un claro y definido posicionamiento político, procesos individuales y colectivos que cuestionaron órdenes establecidos del poder-saber y propusieron alternativas y resistencias prácticas en la vida de las mujeres.

3.1.1. Las Búsquedas, los encuentros

Yo, que soy la belleza de la verde tierra y la blanca Luna entre las estrellas y los misterios de las aguas, llamo a tu alma para que se levante y venga a mí, pues soy el alma de la naturaleza que da vida al universo. Todas las cosas de mí proceden y a mi deben retornar. Considerando que todos los actos de amor y placer son mis rituales, permitan mi veneración en el corazón que se regocija. Permitan que haya en vosotros belleza y fuerza, poder y compasión, amor y humildad, gozo y reverencia. Tú que anhelas conocerme, debes saber que tu búsqueda no será provechosa a menos que conozcas el misterio: Si lo que buscas no lo encuentras en ti, nunca lo hallarás fuera... Yo he estado contigo desde el comienzo y soy el logro final de tus deseos.
Starhawk

Buscar y generar espacios de bienestar y sanación femenina, responde a la necesidad de crear comunidades de sentido, comunidades afectivas y terapéuticas. Las mujeres buscaron y generaron espacios y experiencias que les permitieron la expresión y la reflexión de sí mismas, de su cuerpo y su vida; espacios y experiencias en general ausentes en los sistemas y organizaciones sociales, políticas, religiosas y familiares. Los círculos femeninos fueron

oportunidad para reencontrar(se) en contextos urbanos, en donde las mujeres adolecemos del espacio/tiempo para el (re)conocimiento de nosotras mismas y de/con otras mujeres.

En el trabajo de campo encontré diversidad de necesidades y deseos en las mujeres que se acercaron a los círculos. Algunas mujeres vivieron situaciones de crisis en el ámbito personal y de salud; las crisis vitales movieron a las mujeres para buscar/encontrar experiencias y significados y (re)crearse a sí mismas. Así también, la falta de conocimiento en torno a la sexualidad femenina como herencia cultural, movió a las mujeres a buscar respuestas a temas que son tabú para la educación católica y patriarcal. Muchas mujeres llegaron a los círculos motivadas por la necesidad de encontrar sentido y bienestar que ni la religión, ni el sistema de salud biomédico les han otorgado. También sucedió que algunas mujeres habían asistido por primera vez a los círculos sin tener claro de qué se trataba, acudiendo movidas por un magnetismo a la experiencia ritual femenina. Algunas otras mujeres asistieron a los círculos como una continuación de su práctica política ecofeminista, buscando una dimensión transpersonal de sus procesos.

Hubo experiencias de mujeres, sobre todo señoras católicas que asisten a los círculos con cierta inseguridad o miedo, por tratarse de una práctica espiritual alternativa. En un círculo que convocó Lizette Mercado en un centro holístico en la colonia Providencia, una señora manifestó entre broma y seriedad, la sensación/pensamiento de estar ahí por primera vez:

La semana pasada me habló mi comadre que últimamente está metida en cosas de estas que quiero entender y me gusta y me da miedo, y ahorita que venía -¡¡¡No, el diablo!!! - risas-... me siento a gusto... mi madre falleció de cáncer, yo creo que la madre de mi madre también, yo sé que algo bueno voy a sacar porque vengo muy positiva ya sin miedo.²⁶²

Las mujeres con educación conservadora y católica que asistieron a los círculos, nos habla de cómo los círculos de mujeres en la ciudad están siendo una opción para la apertura a vivir otras experiencias espirituales y de sanación; y los círculos de mujeres están siendo una puerta de entrada a las prácticas de espiritualidad alternativa.

Así mismo, muchas mujeres expresaron en los círculos haber padecido malestar y/o enfermedades relacionadas con la corporalidad femenina, menstruaciones dolorosas, irregularidades en la ciclicidad, fibrosis, quistes, miomas, cáncer o extirpación del útero o mama. Así expresa una mujer su búsqueda:

²⁶² Palabras de presentación en la “Bendición de útero” convocada por Lizette Mercado en Centro Puerta al Corazón. Mayo, 2013.

Para mí ha sido doloroso ser mujer y para las mujeres de mi familia también, es mi primer círculo al que me invitan y sé que ya mucho he estado buscando una respuesta, una sanación, y estoy muy agradecida porque sé que por aquí es el camino.²⁶³

En los círculos de mujeres se habló del rechazo y el malestar que las mujeres han vivido en cuanto a lo que respecta del cuerpo femenino, a la fertilidad, la menstruación, el embarazo, la lactancia, la menopausia. Muchas mujeres expresaron enojo y rechazo con su ciclicidad por el malestar (dolor, inestabilidad, confusión, conflictos) y padecimientos que han vivido; también, el periodo de menopausia fue motivo de expresión del malestar corporal y subjetivo. Las mujeres supieron e intuyeron que en los círculos podían encontrar eco, respuestas o sentido a su mala experiencia corporal femenina

Así también, llamó mi atención cómo muchas mujeres que asisten a los círculos, en su pasado, tuvieron relaciones negativas con las mujeres. Las razones por las que las mujeres no congeniaron con las amistades femeninas fueron diversas: no coincidía, ni se reflejaban en las actitudes, preferencias y prácticas del común de las mujeres de su contexto. Así, tuvieron infancias y juventudes en donde les costó relacionarse con otras mujeres, teniendo “más amigos hombres”.

Sucedió que hay mujeres que llegaron al círculo por la invitación de alguna amiga, de algún familiar o de la pareja, y asisten “sin saber muy bien de qué se trata”, hay algo que les atrae, que les “late”, como una sensación que no logra objetivarse, que se vive como un impulso, una motivación profunda, Ana Paula, así expresa esta sensación:

... me puse a pensar qué me tiene aquí y la verdad conscientemente no sé, pero la verdad es algo que me tiene aquí, saber que tengo que entenderme por dentro y compartirlo con las demás, mi propósito es no olvidar quién soy y a donde voy, porque muchas veces lo he olvidado y este año no quiero dejarme de lado.²⁶⁴

En ocasiones, la presencia en el tal o cual círculo, se consideró una sincronía²⁶⁵ del destino, la experiencia obedece a ser el “momento perfecto” en la vida de la mujer; ya que la asistencia al grupo por primera vez, se consideró como una oportunidad para empezar un nuevo camino de vida, tiempo de encontrar respuestas y sanaciones. Este magnetismo que las mujeres sienten por la ritualidad femenina, es afinidad, necesidad y búsqueda de lo que sería el femenino

²⁶³ Palabras de presentación en la Bendición de útero convocada por Lizette Mercado en Centro Puerta al Corazón. Mayo, 2013.

²⁶⁴ Palabras de presentación en el Círculo de Ana Tere en Casa Lahak. Enero, 2014.

²⁶⁵ Carl Jung estudio *fenómenos sincrónicos* como aquellos eventos de concurrencia significativa, aunque totalmente acausal, de estados psíquicos (presentimientos, miedos, expectativas) con acontecimientos del mundo exterior (acontecimientos naturales extraordinarios, accidentes, etc.) Jung comprobó las contingencias no sólo en la física, sino también en las correlaciones astrológicas y el I Ching.

arquetípico en la vida/cuerpo/psique de la mujer. Encontré que había mujeres que asistían por primera vez, que expresaron un deseo y una necesidad por reconectarse con ellas mismas, transformarse y sanar. Lea así lo expresa en la “Bendición de útero” de Lizette Mercado:

No tenía claro de qué se trataba la sesión de hoy, pero lo que sí me quedó claro con el título, era que tiene que ver con nuestra feminidad, y todas las cosas llegan en el tiempo preciso y este llamado me llegó en mi tiempo adecuado. He tenido problemas con los embarazos, he tratado durante 2 años de tener una vida tranquila y con mi paraje para llegar a ser madre. Yo siento de mi corazón y mi espíritu que ese momento está cerca sólo tengo que despojarme de ciertos miedos que me quedaron de un legrado y abortos instantáneos, empecé a sentirme muy mal porque pensé que no lo iba a poder lograr, a ahora que leí la invitación pensé que aquí podía encontrar esas respuestas y por eso estoy aquí y les agradezco que todas estemos fluyendo de esa manera.²⁶⁶

Las palabras de Lea expresan cómo la invitación al círculo le llega en un momento corporalmente sensible y con el deseo y la necesidad de encontrar respuestas en torno a la feminidad, para sanarse, liberarse y poder concebir un hijo. Así, hay muchas mujeres en los círculos que llegaron con el deseo de conocerse más a sí mismas, llegaron buscando conocer su cuerpo, sus emociones, su psique y sus potencialidades que les permitieran realizarse. La búsqueda y la experiencia de ser madre fue un móvil para que las mujeres se acercaran a los círculos de la feminidad. El deseo/incapacidad de concebir y embarazarse, así como el querer superar o sanar experiencias de aborto voluntario e involuntario, son antecedentes de mujeres que van a los círculos. Así, también me tocó escuchar algunas mujeres que deseaban sanar y superar experiencias de abuso sexual y violaciones.

El deseo de sanar en niveles holísticos, acerca a las mujeres a los círculos y a las ritualidades femeninas, sanar el cuerpo, sanar el alma, sanar el linaje femenino. En estos contextos, cada vez hay más mujeres que intuyen/saben que sus síntomas y padecimientos del útero, los ovarios, las mamas tienen una correlación con las concepciones e ignorancias que tenemos del cuerpo, y así, acuden a los círculos para “encontrar respuestas”. De la misma manera, algunas mujeres llegan a los círculos con una sensación de devalúo, con necesidad de recuperarse en el respeto y el cuidado por sí mismas.

Algunas otras mujeres reconocieron que en algún momento de su vida se “sentían muy masculinas”, por su actividad laboral y económica de producir. Con roles asumidos y asignados, por la necesidad simbólica de demostrar capacidades y habilidades consideradas masculinas o la

²⁶⁶ Palabras de presentación en la “Bendición de útero” convocada por Lizette Mercado en Centro Puerta al Corazón. Mayo, 2013.

necesidad material y la lucha para subsistir. También, hubo coincidencias en que las mujeres de su familia son “muy masculinas” o que sus familias están conformadas por “matriarcados”. Asimismo, las mujeres se acercaron a los círculos cuando fueron conscientes de que viven en una familia disfuncional, en donde las mujeres tienen muchos problemas emocionales y físicos; también se dieron cuenta de la represión a la que han sido sometidas por el hecho de ser mujeres, represión psíquica/emocional y sexual. Hubo mujeres que se acercaron a los círculos con la conciencia del derecho al gozo, para poder “gozar esta parte de la sexualidad, de ser mujer sin arrepentimientos, sin culpa, sin pecado, sin estereotipos”. Su búsqueda fue no repetir patrones patriarcales heredados de generación en generación; empezando por ellas mismas, con sus cuestionamientos y rupturas. Jessica Álvarez, así expresa esta conciencia reflexiva: “a mí me criaron de esta manera, pero yo, ¿Cómo me gusta? ¿Quiero repetir el patrón o quiero buscar mi manera de hacer las cosas? fue una búsqueda bien interna”.²⁶⁷

También sucedió, que algunas mujeres empezaron a ir a los círculos a partir de buscar alternativas para su parto. En la ciudad, las mujeres que convocaron a reuniones femeninas son practicantes de la partería humanizada, como es el caso de la Dra. Norma Emilia y Nubia Rodríguez. La experiencia de parto, puerperio y maternidad animó a mujeres para asistir a los círculos; estas experiencias las vivieron como un despertar de la conciencia de la necesidad de compañía -sororal- femenina.

Luz Herrera, una mujer de la Ciudad de México que tiene viviendo diez años en San Pancho Nayarit, me cuenta cómo a partir del nacimiento de su hija, encontró sentido ir al círculo de mujeres; en otras ocasiones, ya había asistido al círculo, pero se había sentido “descolocada”, por venir de una “onda bien racional y científica”, fue durante el embarazo que sintió la necesidad de ir al círculo:

Algo que me movió mucho fue el embarazo frente al círculo, aunque yo ya tenía cierta búsqueda personal y espiritual, no la había asimilado tanto al cuerpo hasta que estaba embarazada y empecé a entrar en un nuevo estado en el que, con el círculo me apoyé muchísimo, todas las experiencias, miedos, los pude compartir ahí. Y si, después del parto que es un proceso fuerte de tu nueva vida, y en lo personal mi situación de pareja no estaba muy fácil en esos momentos, el hecho de tener ese espacio (el círculo) fue muy significativo para mí.²⁶⁸

²⁶⁷ Entrevista con Jessica Álvarez. Mayo, 2014.

²⁶⁸ Entrevista Luz Herrera, San Pancho, Mayo, 2014.

Así, la necesidad de las mujeres de “abrirse a otras cosas”, de “conocerse”, de “reconectarse” las movió para asistir a los círculos. Renata expresa su búsqueda básica y esencial que la motivó para ir al círculo que convocó Ana Tere en Casa Lahak en Enero del 2014:

Yo nunca había escuchado del círculo de mujeres hasta hace unos días que mi mamá me dijo y no tenía idea de lo que era, y me empezó a contar sobre esto. Y mi propósito es ser una mejor persona, soy un poco impaciente, soy enfermera y quiero dejar todo lo malo que tengo y conocer lo mejor de mí misma.²⁶⁹

En este sentido, los círculos de mujeres son vividos como una oportunidad para darse un tiempo/espacio para sí, para reconocer sus deseos y necesidades. La búsqueda de sentido y el deseo de vivir otras sensibilidades y experiencias, movió a las mujeres a ir por primera vez a las reuniones. Sin duda hay mujeres que no se sienten identificadas con la experiencia del círculo, que no se sienten cómodas; por los sesgos de mi estudio, no encontré referencias, más sólo la experiencia de Luz Herrera, que sus primeras experiencias fueron incómodas, no logró “entender nada” de lo que se compartía, ella se lo atribuye a que venía de estudiar el doctorado en España, y vivía un desequilibrio entre su “lado femenino y el masculino”, es decir, una clara predominancia de la percepción desde lo racional, lo cual le dificultaba entregarse a procesos más intuitivos, emocionales y espirituales.

Las mujeres que regresan y se quedan en los círculos se debe a sus procesos de búsqueda existencial. Las mujeres que decidieron crear y convocar su propio círculo, acontece por las sincronías en las agencias entramadas (Barad, 1996), flujos y entretejidos de factores materiales y discursivos, recursos naturales y culturales, experiencias entramadas humana y no-humanas, individuales y colectivas. Las agencias entramadas permitió que las mujeres buscaran/encontraran prácticas discursivas que cuestionaran los órdenes establecidos, lo que produjo tensiones, rupturas y quiebres en sí misma y en su contexto.

3.1.2. Tensiones y contradicciones

Miles de años de condicionamiento subordinador no pueden ser borrados fácilmente, y las mujeres de nuestra cultura giramos en círculos en torno a nuestra imagen deficiente. Pero hay que persistir.

El progreso por supuesto no es lineal. Por cada paso adelante hay retrocesos, muchas veces autoprovocados casi con crueldad, como para probar que el represor interno que Starhawk llama directamente “auto-odiador”, sigue activo realmente dentro de nosotras. Pero al saberlo podemos seguir neutralizándolo, afirmando una y otra vez nuestra identidad profunda.

²⁶⁹ Círculo de Mujeres, Casa Lahak. Luna Llena, Enero, 2014.

Las mujeres emprendieron procesos corporales/subjetivos como parte de la socialización de conocimientos y las vivencias prácticas del movimiento de espiritualidad femenino/feminista. Las mujeres iniciaron procesos de rupturas para nuevas maneras de significar y sentir el entramado corporal/cultural/vital/cósmico. Como toda ruptura, éstas les valieron tensiones emocionales, familiares y sociales.

Las rupturas psíquicas que las mujeres hicieron en contraste con la cultura de rechazo al cuerpo femenino y de separación entre mujeres, provocaron reacomodos psíquicos, somáticos, sensibles y sociales. Como sucede en la realidad biosocial, nada es homogéneo, sino que la compleja diversidad toma causas y formas en la vida, la mente, el cuerpo, las relaciones y vínculos. Sabemos que hay mujeres quienes no se sienten identificadas, ni atraídas por los discursos y las prácticas de la espiritualidad femenina, pero para el foco de mi estudio, sin ocultar ni negar las disidencias, me centro en los procesos de encarnación, cómo cada mujer desde su cultura íntima encarna los discursos y las prácticas.

Los cambios en las mentes y actitudes de las mujeres se iniciaron con incongruencias entre lo que ahora piensan y saben en disonancia con la práctica y la cotidianidad del contexto. Al inicio del proceso, las mujeres contaban ya con información práctica sobre cómo vivir el cuerpo en bienestar, por ejemplo, al inicio, es probable que las mujeres hayan vivido en incongruencia cotidiana de seguir con patrones negativos o autodestructivos. Un ejemplo etnográfico es cuando las mujeres conociendo el daño de salud (y ecológico) que causan los productos comerciales de “higiene íntima” (toallas y tampones), se resistían a usar toallas de tela o la copa menstrual; algunas mujeres vivieron un proceso *más lento*, en el cambio a las alternativas menstruales, esto debido al proceso psíquico, nada simple, de develar los tabús, reencontrarse con la propia sangre, cambiar hábitos y transformar sensibilidades y concepciones.

En estos procesos de cambiar y transformarse, se toma conciencia de la propia verdad, el *self*, fuente de autotransformación para construirse como sujeto que se supera a sí mismo, reflexionando las incongruencias para (re)conformarse. El *self* es reflexividad encarnada para construir identidad yoica/corporal en la auto-observación permanente. La nueva identidad de las mujeres, ahora encarna prácticas y concepciones que causan tensiones en su contexto familiar y social. Jessica me cuenta cómo tuvo diferencias con amigas de la adolescencia por publicar en Facebook alguna resignificación de la sangre menstrual:

... sí ha sido como luchar por defender lo que tú crees, lo que tú quieres y has descubierto, recuerdo haber publicado en Facebook y unas amigas de la secundaria - ¡Guácala!- y yo -pues no te debe de dar asco tocar algo que viene de ti-, y es fuerte porque al principio yo también decía ¡órale! ¿no?²⁷⁰

El uso de alternativas menstruales fue motivo -cada vez menos- de causar choque y discordancia con otras mujeres. Hermanas, primas, amigas y mamás se vieron en desacuerdo de dejar los productos desechables. También encontré que para algunas mujeres habían sido difícil hablar de empoderamiento femenino en su contexto, para no ser “tachada de feminista”²⁷¹ o de “bruja”. Así mismo, las decisiones que las mujeres tomaron en cuanto a tener “partos alternativos” provocaron fuertes tensiones y hasta rupturas familiares. Los partos con partera, en casa, en agua, fueron motivos para que la familia estuviera en desacuerdo y descontento. La experiencia de Areli Fraga con sus partos, es reveladora:

Yo tenía bien claro que quería tenerlo [el parto] de forma natural, que no hubiera nada que entrara a mi cuerpo, pero yo vengo de un padre que es gineco obstetra, mi padre siempre me dijo -yo te voy hacer tus cesáreas, vas a ver que no vas a sufrir nada y además tú no puedes tener un parto porque eres muy chiquita y muy angosta y estrecha...- y entonces el tomar esa decisión fue ir en contra de un decreto que mi padre había hecho sobre mí, que yo no podía tener un parto natural. Ahí empecé a tomar mi poder natural, ¡Claro que sí puedo tener un parto!, duré dos días en trabajo de parto y en el trabajo de parto fue ir rompiendo con todo eso y me llegaban oleadas de -¿y si de verdad no puedo?- pero al final si pude y eso me hizo creen en mí.²⁷²

La decisión de tener un parto alternativo, le costó disgustos con su familia, sin embargo Areli vivió la experiencia como una oportunidad de transformarse y empoderarse. También algunas mujeres tuvieron tensiones con sus hijos o hijas, sobre todo los que son adolescentes. Como en el caso de Edith Torres, que para sus hijos, algunas de sus prácticas son “como un *shock*” a diferencia de cuando estaban más pequeños: “están en la adolescencia y me dicen -¿Por qué no eres como todas las mamás?, pero dentro de todo están observando y aprendiendo que también existe esto”.²⁷³

Algunas relaciones de pareja también se vieron en tensión con las nuevas prácticas y concepciones de las mujeres. Así como sucede de manera colectiva, existen prácticas discursivas y actitudes dentro de la espiritualidad femenina que pueden ser o verse como excluyentes para los hombres. En el proceso de descubrir el propio valor, algunas mujeres excluyeron a sus parejas

²⁷⁰ Entrevista con Jessica Álvarez. Mayo, 2014.

²⁷¹ En algunos (o muchos) contextos de México, el discurso -y la práctica- feminista está estigmatizada.

²⁷² Entrevista a Areli Fraga. Mayo, 2014.

²⁷³ Entrevista a Edith Torres. Septiembre, 2014.

y a los hombres de sus procesos. La construcción social de género en estos contextos está relacionada con conciencia, crecimiento y desarrollo personal, lo que hizo a algunas mujeres rechazar o distanciarse de la pareja que no compartía las prácticas y los discursos.

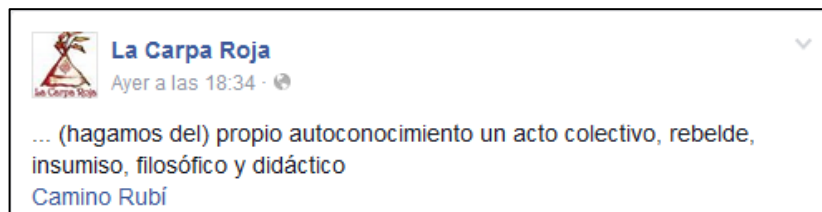
Finalmente, las tensiones vividas fueron parte del proceso de empoderamiento que las mujeres vivieron. Algunas diferencias y choques se trascendieron y dio lugar a relaciones familiares y sociales armónicas y fortalecidas.

3.1.3. Resistencias y rebeldías femeninas

¿Qué ocurre cuando despertamos al poder que siempre ha estado ahí pero que nuestra madre y nuestras abuelas no cogieron porque se las convenció de no hacerlo? ¿Qué ocurre cuando dados nuestro número y las circunstancias de nuestros años de formación, despertamos y comprendemos que las personas que hemos estado esperando somos nosotras? Cuando flexionemos nuestros músculos económicos, mentales y físicos y pongamos nuestro dinero y nuestra energía donde están nuestros ideales, el mundo cambiará de modos que reflejen nuestra sabiduría femenina innata, que tiene la capacidad de beneficiar no sólo a las mujeres, sino también a los hombres, los niños y los demás seres vivos de este planeta.
Christiane Northrup

Las resistencias femeninas son tan antiguas como el patriarcado. Las resistencias, han sido las movilizaciones femeninas para sobrevivir a lógicas violentas; las mujeres se han impulsado en la (auto)organización proponiendo en colectivo alternativas políticas en pro de la dignidad y el bienestar con plena integración como ciudadanas y como seres humanos en esta tierra. Las resistencias y las rebeldías femeninas están en cada rincón. Mary Nash (2006) da cuenta cómo las experiencias en el proceso de la lucha feminista, han construido identidades y, de manera pendulante, también producen “estrategias de resistencia y subversión femenina”. Los círculos de mujeres como fenómeno global, como dinámica colectiva, interrogaron estereotipos femeninos y limitaciones de género; la cultura de los círculos propone identidades y cosmovisiones alternativas, como prácticas de resistencia. En las comunidades de espiritualidad femenina, las mujeres desafiaron representaciones simbólicas y culturales predominantes en estereotipos de género, identidades asignadas y asumidas, y propusieron/encarnaron otras identidades, estilos de vida basados en la búsqueda de nuevas (otras) maneras de

sentir/pensar/vivir(se). Los círculos de mujeres fueron espacios de libertad y autonomía para la expresión, la creación y el conocimiento.



Recorte de pantalla 6.. Post de Facebook de la comunidad Morelense "Carpa Roja" (después Vulva Sapiens) que cita "El camino Rubí" de Erika Trusta. Octubre, 2014.

Los círculos de mujeres como espacios de autoconocimiento, son espacios rebeldes, en resistencias ante las lógicas patriarcales de sumisión, conflicto, separación, ignorancia y enfermedad. Desde la micropolítica en colectivo, desde los afectos, las subjetividades, desde el cuerpo/ser se generaron cambios en las vidas de las mujeres, transformaciones que develaron los dictados y las expresiones del patriarcado, el colonialismo, el capitalismo, para reivindicar la corporalidad y recrear la propia identidad. Las agencias entramadas de las mujeres en círculo produjeron procesos de descolonización y empoderamientos.

A continuación ilustraré experiencias que las mujeres en círculo narraron de sus búsquedas/encuentros en el campo espiritual y existencial, procesos de transformaciones de la conciencia y el cuerpo. En este proceso, las mujeres cuestionaron las "verdades" de los sistemas del poder-saber, también profundizaron y experimentaron otros modos de sentir y de vivir el cuerpo, la sexualidad, la vida y lo sagrado.

Las mujeres a quienes entrevisté coinciden en prácticas de resistencia, *prácticas rebeldes* que en algún momento de su vida, fueron disonantes en su contexto. La rebeldía, desde esta perspectiva, es el impulso vital para transformar(se) en el hacer y el sentir. La rebeldía se aprende y desde estas concepciones, la rebeldía se hereda y se nace con ella, como el caso de Rocío, que desde temprana edad tenían otras sensibilidades a las de otras niñas, ella se lo atribuye a que es "niña índigo".²⁷⁴ Otras mujeres "descubrieron" tener familiares femeninos que fueron mujeres curanderas, sanadoras, mujeres que canalizaban energía, mujeres sobadoras, que hacían "limpias", mujeres que sabían de plantas y piedras; algunas mujeres reconocieron y recibieron los conocimientos somáticos de estas mujeres de la familia, ellas adoptaron prácticas y

²⁷⁴ Los "niños índigo" para la espiritualidad alternativa, son niños que representan un estado superior de la conciencia (espiritual, ética y mental) humana.

conocimientos y se (re)sensibilizaron a otras cosmovisiones, experiencias de sanación y espiritualidad.

También encontré que en la edad de la adolescencia y la juventud, algunas mujeres empezaron a cuestionar y buscar alternativas. Andrea Ibarra, me cuenta cómo estaba en la búsqueda de otro camino diferente al que compartía con sus compañeros de la preparatoria; ella y su novio encontraron un taller del Tzolkin,²⁷⁵ lo que fue el inicio de “darse cuenta de sí”, “de ejercitarse” y “saber que había algo poderosos dentro de sí.”

para mí era buscar eso diferentes porque yo no me conformaba con lo normal, y empiezo a buscar el poder de la mujer y le rezaba a la Diosa, ¿Por qué [rezarle] sólo a Dios? también como rebeldía. Si era como reconocer ese aspecto pero todavía no estaba tan fuerte, era el comienzo de todo esto y siento que ha crecido en estos años.²⁷⁶

Las resistencias y rebeldías también emergieron de un contexto familiar en el que las mujeres estaban en desacuerdo y buscaron hacer rupturas materiales y simbólicas con la familia de origen. Ellas se negaron a repetir patrones patriarcales. Las mujeres reflexionaron sobre su vida y su educación y tuvieron el impulso para hacer un cambio en ellas y que trascendiera a otras generaciones. Chandra Santiago, así expresa su reflexión al respecto, cuando me cuenta del momento que se mudó de Zacatecas a Guadalajara, por la necesidad de cambiar el patrón familiar, el círculo de mujeres -y otras experiencias vividas en la ciudad- le reafirmaron su intención:

Es lo que yo le digo a mi mamá, ya hay que cambiar nuestros patrones, porque ya la nueva generación hay que darle una herencia más chida, a la conciencia de la tierra, del respeto, del amor y de autonomía también.²⁷⁷

En sus procesos de vida, las mujeres cuestionaron la religión inculcada por la familia y sensibles a la guía del propio *self*, se abrieron a otras creencias y prácticas. Christel Candelas por ejemplo, tuvo una inquietud de conocer otro tipo de religiones y encontró la Wicca que practicó durante once años. Algunas mujeres leyeron libros y se reunieron con sus amigas para practicar conocimientos. A otras, su búsqueda las llevó a practicar la danza (hindú, prehispánica o neomexicana), algunas más empezaron a asistir a temazcales, ceremonias; También fue constante, las mujeres que tomaron sustancias psicoactivas, desde drogas sintéticas, hasta plantas sagradas; experiencias catalizadoras de su conciencia. Chandra así lo expresa:

²⁷⁵ Conocimiento y lectura del oráculo y sincronario (calendario) que José Argüelles reinterpreta de la cultura Maya, de la cuenta sagrada de 260 días.

²⁷⁶ Entrevista, Andrea Ibarra. Septiembre, 2014.

²⁷⁷ Entrevista Chandra Santiago. Julio, 2014.

Las plantas, las benditas plantas que te da la tierra, porque te abren a otra conciencia y a otra vibración y a otro sentimiento, a otro pensamiento, entonces mucho de quitarme las nubes, de quitar toda esa cosa densa que te nubla y que no sabes para dónde ir, ni te reconoces.²⁷⁸

También las mujeres coincidieron en que al inicio de sus prácticas de espiritualidad alternativa, ellas no reconocían una intención clara, lo llevaban a cabo por el gusto de participar en comunidad. En el proceso fueron encontrando el sentido y “aclarando las visiones”, “definiendo el rezo”, lo que las hizo descubrir un camino de vida alternativo en donde el impulso vital las llevó a cuestionar, buscar y encontrar otras maneras de vivir la existencia.

Las mujeres de las espiritualidades femeninas/feministas iniciaron su camino buscando respuestas a vacíos personales y encontraron experiencias y prácticas que desequilibran al patriarcado, el machismo, el racismo, el colonialismo, el capitalismo, desde la micropolítica corporal y subjetiva, que es personal y colectiva, local y global. La ritualidad femenina y las identidades que se encarnaron buscaron la concientización y la sanación basada en el conocimiento ancestral del cuerpo y la vida, hasta ahora silenciadas y ocultas.

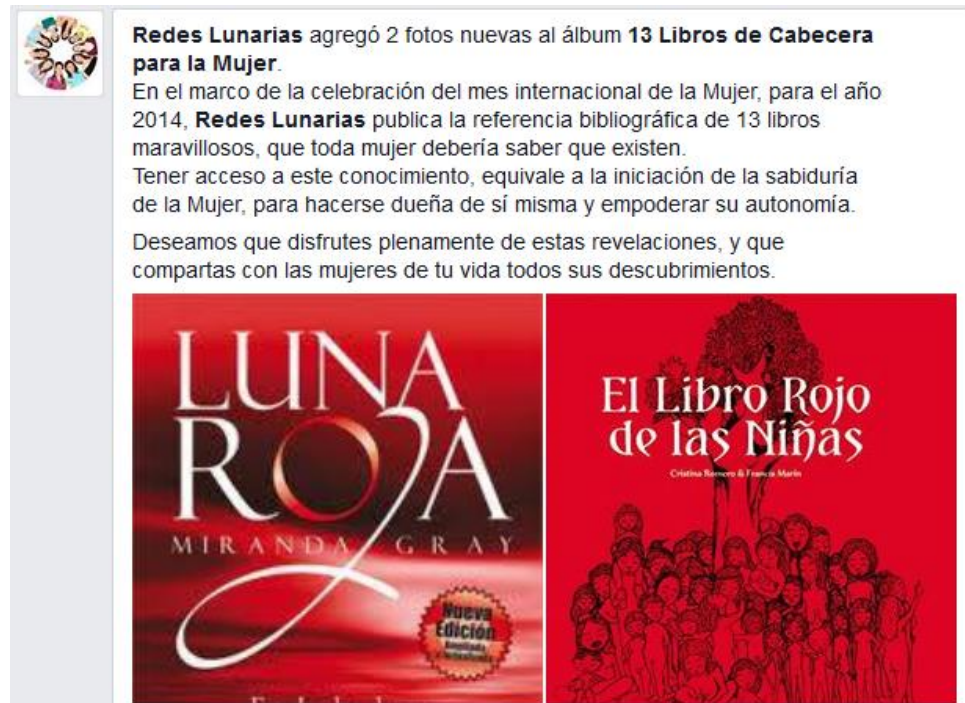
3.2. Iniciaciones para reconectar con lo femenino

La Antropología, ha estudiado los procesos iniciáticos de las culturas humanas. En los trabajos de campo, los antropólogos han documentado los procesos, cambios y transformaciones que sucede en los sujetos cuando pasan por rituales de iniciación. En la iniciación se adquiere un nuevo estatus social, también se reciben dones, guía y consentimiento para “ser otro”. Como proceso evolutivo, la iniciación permite ser un “otro” consciente, justo, superior, feliz, etc. La iniciación desde los rituales de las culturas humanas, implica una “transformación radical de la identidad y de la orientación vital” (Robbins, 1988). Las iniciaciones rituales en las culturas tribales se enfocan en dar/recibir una identidad social; la experiencia ritual permite rupturas y reconexiones psíquicas, somáticas y socioculturales, para una nueva manera de ser/estar en una colectividad.

Una experiencia significativa en un círculo de mujeres se considera como una “iniciación” a la “sabiduría y poder femenino”. La iniciación busca que la mujer pueda (re)conocer su capacidad/sensibilidad de percibir niveles de realidad/vida que van más allá de lo

²⁷⁸ Entrevista con Chandra Santiago. Julio, 2014.

visible. Las mujeres que se sintieron atraídas por la espiritualidad femenina, se iniciaron en el “conocimiento femenino” de diversas maneras y con distintos medios. Lecturas significativas, meditaciones, experiencias rituales o el conocer y convivir con “mujeres medicina” fueron experiencias iniciáticas que les permitió adentrarse y permanecer en estas espiritualidades. Con el movimiento de la conciencia femenina, empezaron a circular textos digitales, materiales y recursos diversos para el conocimiento y la iniciación de la sabiduría de la mujer, como expone este post de una comunidad de círculos de mujeres de la Ciudad de México:



Recorte de pantalla 7. Post de Facebook de la comunidad de la Ciudad de México "Redes Lunarias". Marzo, 2014.

En la experiencia de las mujeres a quienes entrevisté, hubo tres libros significativos como experiencias iniciáticas: *La tienda Roja* de Anita Diamant (2009), *Luna Roja: emplea los dones creativos, sexuales y espirituales del ciclo menstrual* de Miranda Grey (2010) y *Mujeres que corren con los lobos* de Clarissa Pinkola (1992), libros reveladores de la sabiduría que alberga la ciclicidad y el cuerpo/psique femenina. Jimena Chalchi así describe su experiencia cuando leyó a Pinkola:

llegué al libro que muchas mujeres siguen como guía, el de Clarissa Pinkola, el de *Mujeres que corren con los lobos*, cuando lo leí dije -ah pues aquí está el rollo, yo soy esto-, fue como de esos libros que nos cambian la vida a las que sentimos esa vibración salvaje, de ahí entendí que no hay que tener miedo y hay que seguir adelante y me “*salvajé*” totalmente.²⁷⁹

²⁷⁹ Entrevista con Jimena Chalchi, Julio, 2014.

Clarissa Pinkola (1992) hace referencia a la vital importancia en la psique femenina de recurrir a la mujer salvaje que alberga dentro. El libro funciona como un viaje iniciático arquetípico, así describe Pinkola lo que es ser una mujer iniciada:



Recorte de pantalla 8. Post de Facebook de la Comunidad “Arte Femenino” citando a Clarissa Pinkola. Agosto, 2014.

Las mujeres iniciadas, son las que se ven trastocadas por los textos, la información y las experiencias, que además “llegaron” en sincronía y abundancia con lo que cada una buscaba de manera consciente. Ellas vivieron experiencias rituales iniciáticas diversas, como la Danza de la Luna, esta danza ritual femenina, fue una poderosa manera de adquirir y encarnar conocimiento femenino. La Danza de la Luna es un acto iniciático para las mujeres, algunas de ellas que asistieron y tuvieron experiencia positiva, se les reveló un camino de vida a seguir en compromiso con la energía femenina.

También, las experiencias de *búsquedas de visión* fueron reveladoras a la labor y compromiso con lo Femenino. En esta experiencia ritual, las mujeres tuvieron visiones de cómo transformar(se) en lo Femenino. Paulina Oviedo, cuenta cómo en su segunda ceremonia de Búsqueda de visión en Ecuador, estando en sus días de ayuno y aislamiento, empezó a menstruar, fue el momento del “llamado de su corazón” a trabajar con la energía femenina y de la luna. Paulina describe su experiencia como una necesidad anclada en lo físico, la experiencia iniciática como dadora de fuerza para transformar(se):

... seca la boca, a punto de desmayarme, había hecho un esfuerzo bien grande y me llevan al lugar de la luna, en ese desmayo, yo recibí una visión muy bonita, que después de mucho tiempo yo la entendí, en ese momento no tenía un camino, la verdad no entendía mucho que estaba sucediendo y en ese momento, la visión que yo tuve fue que me hacía pequeñita y entraba como un templo con un tambor de agua gigantesco había trece lunas en plata que se movían desde la luna llena hacia abajo hasta la luna negra, y comprendí la necesidad de que puedas tener un lugar cómodo, para estar, para ofrendar, para sentirte bien, porque de alguna manera estás haciendo un esfuerzo físico muy grande. Yo me propongo a trabajar con eso del lugar de la luna, del templo de la luna, y de ahí empezó todo mi rollo; empecé a entender, no solamente es construir un lugar físico, es construir un lugar interior, eso es construir una forma de rezar interiormente

porque el templo está adentro, cuando una tiene un templo adentro de su ser de su espacio vital, eso se manifiesta afuera.

En esta narrativa, Paulina nos comparte la visión que tuvo en esa ceremonia, momento revelador, cargado de fuerza simbólica y emocional para iniciar una labor para con lo Femenino. En sus palabras muestra también, su reflexión en torno al vínculo interior/externo, individual/colectivo. Ella junto con otras mujeres han construido espacios sagrados femeninos en Ecuador, para que las mujeres menstruantes puedan tener su lugar en la Búsqueda de visión:²⁸⁰

Un templo en donde entren sólo las mujeres y las mujeres sangrantes, y pasar su Búsqueda de visión, estar dentro de una cuevita con la tierra y pues ese espacio lo hemos rezado muchas mujeres, tenemos temazcales para las mujeres en luna, bajan de la montaña y tienen su temazcal... siento que eso es un buen trabajo dentro de nuestra comunidad.²⁸¹

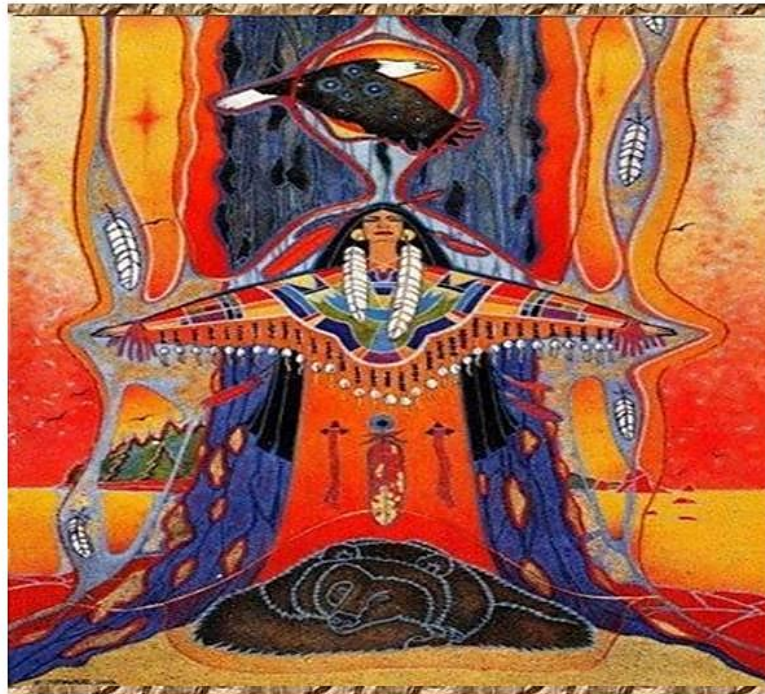
Paulina junto con mujeres de San Pancho, Guadalajara, Ecuador y España hacen ceremonias que son iniciáticas por su efecto ritual. Usan el canto, los instrumentos, el fuego y las plantas sagradas para hacer experiencias transformadoras. También en Guadalajara, Ana Tere de Casa Lahak ha convocado por cuatro años consecutivos, a un retiro iniciático “Campamento Mujer Chaman”. Aquí la invitación al evento del 2014:

²⁸⁰Este lugar femenino está ausente en la mayoría de los círculos que practican las ceremonias Lakota en América. El círculo de “Raíces de la Tierra” liderado por Eriberto y Nubia Rodríguez, son una excepción en el Occidente de México; Nubia, ha construido espacios femeninos, dentro de ceremonias como la búsqueda de visión y el Temazcal.

²⁸¹ Entrevista Paulina Oviedo, diciembre 2013.



Hagamos un viaje hacia nosotras mismas para dejar atrás actitudes y creencias que nos impiden el contacto con nuestra esencia.



Este taller es para mujeres que sientan el llamado de la diosa y la necesidad de salirse de la programación de este mundo cotidiano y realizar cambios profundos en su vida, soltando con amor profundo las experiencias vividas. Asumimos como la mujer; sanadora, visionaria, diosa, guerrera, la humanidad tomara una dimensión Distinta, mas clara, mas divina.

Tendrás 2 días para ti en un encuentro espiritual con otras mujeres, compartiendo danzas, cantos sagrados, temazcal y meditaciones.



[www.casalahahakwix.com/
mujercristal](http://www.casalahahakwix.com/mujercristal)

**Casa Lahak , Unificar para Trascender
Contreras Medellín 514
36131815 de 3 a 9 pm**



[facebook/casalahahak](https://facebook.com/casalahahak)

Recorte de pantalla 9. Invitación "Campamento Mujer Chamán" 2014.

El campamento hace la invitación a iniciarse como mujer “sanadora, visionaria, diosa, guerrera”. Es una falla de mi estudio, el que no haya asistido, ni contactado a ninguna mujer participante de los campamentos, aun así, no tengo duda de que la experiencia haya sido iniciática para las mujeres participantes. Tanto Ana Tere, como las Abuelas y mujeres que colaboran en la creación de la ritualidad terapéutica, tienen trayectorias significativas para la creación de atmósferas y experiencias transformativas. A continuación presento unas fotografías tomadas de

su página de Facebook que muestran momentos del campamento Mujer Chaman del 2016, en las imágenes se puede observar la práctica ritual y los objetos rituales que hacen referencia a un performance de iniciación, el paso por el túnel es la metáfora del tránsito de un estado a otro, de dar/recibir los poderes y conocimientos para transformarse. Los bastones y la tiara son objetos que protección y poder que ahora las acompañarán en su nuevo camino.



Fotografía 27. Práctica ritual. Campamento Mujer Chamán, 2015. Abuela Esperanza, al fondo Ana Tere.



Fotografía 28. Campamento Mujer Chaman, 2015.



Fotografía 29. Grupo de iniciadas. Campamento Mujer Chamán, 2016.



Fotografía 30. Tiaras y bastones. Campamento Mujer Chamán, 2016.



Fotografía 31. Práctica ritual. Campamento Mujer Chamán, 2016.

A continuación cito un texto publicado en Facebook de Casa Lahak para agradecer a las mujeres que estuvieron presentes en este campamento:

Nos Conectamos al útero cósmico desde el vientre de la madre tierra,
Caminamos por senderos mirando con los ojos del alma
confiando en los pasos de nuestras hermanas que nos guiaban,
soltamos lo innecesario para trascenderlo y seguir adelante más ligeras
Avivamos nuestro fuego interno recuperando nuestro poder de mujeres, diosas y chamanas...
Bendiciones a ustedes bellas mujeres que nos permitieron servirles, escucharles y guiarles en esta bella
experiencia.
Campamento Mujer Chaman Abril 05 y 06 de Abril.

El texto hace alusión a que gracias a la experiencia en el campamento y a la ritualidad hay un antes y un después en las mujeres que vivieron la experiencia; activaron sensibilidades, estrecharon vínculos humanos y no humanos, resignificaron su vida personal y adquirieron poderes y capacidades como una nueva manera de estar en la vida.

Así mismo, a nivel global, Miranda Grey tiene una certificación que se basa en una iniciación para poder canalizar la energía de la Luna y la “Madre Universal”. En Guadalajara y al momento del trabajo de campo, Lizette Mercado y Christel Candelas estaban ya iniciadas por Miranda Grey en la Ciudad de México, gracias a esa experiencia ellas fueron capacitadas para realizar la “Sanación y bendición de útero”. Christel ofrece sus servicios como una iniciación a procesos de bienestar, de sanaciones, reconexiones y empoderamientos:

Sanación y Bendición del Útero

Una experiencia transformadora que inicia profundos cambios espirituales y conexiones en la vida de cada mujer.

La sanación del Útero es una experiencia de apoyo, diseñada para despertar suavemente, sanar y equilibrar todos los aspectos de nuestra feminidad. Es una hermosa manera de crecer en bienestar, confianza, autoestima, y conexión con el propio poder y se puede dar a menudo como sea necesario.

Cada mujer es mágicamente diferente!

Citas con Christel

-Moon Mother-



Recorte de pantalla 10. Post del Facebook personal de Christel Candelas. Febrero, 2014.

Lizette Mercado empezó a convocar a círculos de mujeres después ser iniciada como *moon mother* por Miranda Grey, para Lizette, el ser *moon mother* se trata de:

Tener una herramienta para compartirla con las mujeres, es poder iniciarlas en este mundo de lo sagrado femenino, es poder activar su feminidad, su ser mujer, activar sus energías en su ciclo menstrual, es volverlas a conectar con la tierra, volverlas a conectar con la presencia de la Diosa, es recordarles que son mujeres, es recordarnos que somos parte del gran Útero de la Madre, que todas venimos de ahí y que como ella venimos a crear, a dar vida, a ser la belleza, la alegría, es decir sí a lo femenino y empoderar a las

mujeres en lo que realmente es ser mujer, en esta energía femenina, amorosa, sutil, suave, para mí eso es ser *Moon mother*.²⁸²

Lizette ofrece experiencias rituales de “Iniciación en lo Sagrado Femenino”, talleres teórico/vivenciales de fin de semana; también convoca a “bendiciones” y realiza “sanaciones de útero”. Las prácticas que elabora Lizette buscan experiencias iniciáticas individuales y colectivas, apertura a otras sensibilidades y conceptos, para “reactivar los dones y crear una conexión directa con la Divinidad Femenina.” A continuación muestro una imagen de una invitación por Facebook, a su taller de fin de semana:



Reconexión y reconciliación
con mi Sagrado Femenino
Sanación y Bendición de Útero

Marzo
15 y 16

Informes: liz.mercado@gmail.com

Iniciación en lo Sagrado Femenino

Taller teórico y vivencial donde aprenderás cuáles son y cómo funcionan las energías femeninas.

Vive el Viaje Heroico de la Mujer Contemporánea.

Vive una serie de ceremonias y rituales que te permitirán:

Despertar, energizar y sanar los 3 centros femeninos de poder.


Sana los patrones profundos de nuestros ancestros y de nuestro pasado.

Corte energético con relaciones pasadas y más.

Recorte de pantalla 11. Invitación a taller de “Iniciación en lo Sagrado Femenino” con Lizette Mercado, 2014.

En este taller teórico/vivencial Lizette comparte sus conocimientos y saberes que ha encarnado en su búsqueda espiritual. El taller pretende profundizar en la conciencia de cada mujer, así como activar y desbloquear energías para la apertura a otras sensibilidades, significados y vínculos. En las “Bendiciones de Útero” que realiza Lizette, ella nombra la iniciación como una realidad intangible de estar ahora en conexión con la Gran Madre y recibir sus dones. A continuación presento un mensaje de agradecimiento a las mujeres que fuimos iniciadas, la noche de la “Bendición de útero” que estuve presente en Mayo del 2014:

²⁸² Entrevista Lizette Mercado

AMOR Y GRATITUD 

Agradezco su paciencia, su tiempo, confianza y apertura para recibir la bendición de la Diosa, el amor de la Divina Madre, creanme que su corazón esta muy feliz y agradecido pues 19 mujeres fueron iniciadas, abrazadas y bendecidas en su útero en su amor y pureza.

Siéntanse honradas, amadas y protegidas de ahora en adelante por el amor de la Divina Madre, siéntanse conectadas con su Luna Roja y la hermosa energía de la Diosa Luna. Nunca hemos estado solas, millones de seres divinos nos acompañan y ayer recordarnos y le dimos la bienvenida a estos seres que bendicen y sanan nuestro útero y nuestra sexualidad FEMENINA.

Gracias a todas por recibir el amor de la madre, quedamos todas enraizada y conectadas con el amor incondicional de la Madre Tierra, protegidas y llenas de la fuerza del Padre, estas dos polaridades activadas en nuestra glándula pituitaria, nuestro corazón y nuestro útero.

Es hermoso reunimos en círculo honrandonos y reconociéndonos, aprendiendo de cada una y enriqueciendo nuestro caminar con la energía única de cada una de nosotras.

Gracias hermosas, que tengan un excelente fin de semana. Recuerden que estamos en un ciclo de 28 días de desintoxicación, ayuden a su organismo tomando agua, alimentandose sanamente, si pueden hagan ejercicio, asistan a un temazcal, o alguna actividad que les ayude a sudar y soltar las toxinas.

Cualquier duda o inquietud estoy a sus órdenes al 333 1500699.

La siguiente Luna llena trabajaremos con la sanación de nuestro linaje femenino. En corto les envío la información.

Bendiciones, las llevo en mi corazón.

Moon Mother
Liz Mercado

Recorte de pantalla 12. Correo electrónico de Lizette Mercado después de la Bendición de Útero. Correo personal. Mayo 2014.

El texto de Lizette, muestra cómo su práctica entreteje las transformaciones del cuerpo biofísico/psíquico con lo cósmico/universal, aportando fuerza, entendimiento y protección para el nuevo camino de sanación y conciencia. Mi experiencia de esa Bendición de útero con Lizette tuvo un efecto significativo, recuerdo mi estado psíquico y emocional durante la ceremonia y días después de ésta; recuerdo las sensaciones agradables y el bienestar que sentí; fueron momentos de inspiración, claridad y ecuanimidad, recuerdo nítidamente cómo me encontré en un balance conmigo misma, con mi vida.

Así mismo, los temazcales femeninos y las ceremonias con plantas sagradas también poseen una fuerza numinosa y transformadora. Hubo mujeres de la red de espiritualidades femeninas que coincidieron en ciertos encuentros rituales significativos para el movimiento en la ciudad de Guadalajara.²⁸³

También, encontré que los vínculos que las mujeres establecieron con otras mujeres fueron de gran inspiración y un partaguas en las vidas las mujeres. Como en el caso de Jessica Álvarez, cuando conoció a Nubia Rodríguez y le pareció “la mujer más divina del mundo con un gozo de la feminidad” que deseó eso para ella. Andrea Ibarra reconoce que pudo ver la “sacralidad de la mujer”, cuando también, conoció a Nubia en el evento de Raíces de la Tierra, en un círculo de mujeres, hablando del Santo Grial, después, ya en Guadalajara, Andrea empezó

²⁸³ Eventos dispuestos en la línea del tiempo de “Historia de las espiritualidades femeninas en Guadalajara”, del capítulo anterior.

a frecuentar el Temazcal de Nubia en Casa Lunai, que además estaba muy cerca de su casa, en la colonia Tabachines:

Mucho de compartir con Nubia, ella me abrió mucho su espacio, en esas fechas, iba mucho para allá y estar con ella hizo empezar a relacionarme con las mujeres de otra manera, fuera de mi casa, así en confianza y hablando de cosas que tienen que ver con Dios, la naturaleza, el bienestar, ella me ha enseñado muchísimo, para mí es un ejemplo aparte de que me brindó su espacio de confianza.²⁸⁴

La Abuela Margarita y la Abuela Esperanza del Teopantli Kalpulli, Patricia Ríos, así como otras Abuelas de la Red de mujeres en círculo de la Ciudad, son íconos de la ritualidad transformadora. La ritualidad de estas abuelas tiene una fuerte carga simbólica y eficacia significativa para iniciar a mujeres en este camino de entendimiento y voluntad.

En este sentido, las experiencias iniciáticas de las mujeres fueron tiempo/espacio para las rupturas psíquicas/somáticas que abrieron camino a otras sensibilidades, significados y vínculos. Las mujeres que emprendieron el camino sugerido, enraizado en el compromiso consigo mismas, pudieron activar y (re)conocer sus capacidades/sensibilidades de percibir niveles de realidad/vida que entreteje lo humano y no-humano. El camino sugerido es continuar con la búsqueda y los procesos de sanación de lo femenino individual y colectivo.

3.2.1. Encarnar lo femenino

Cuando la mujer, lo femenino, se reconoce como un medio de albergar un espíritu, darle cuerpo y traerlo a la vida -tenga hijos o no- comienza a comprender el valor de su cuerpo, el valor de su naturaleza, el valor y significado de su ser mujer para la Vida, porque esa capacidad de encarnar, de darle cuerpo al espíritu, que posee el femenino, también es la capacidad de encarnar otras cosas, un proyecto, un trabajo, una función, una conciencia, una cualidad, de un modo orgánico y natural...

Alex Warden

Los círculos de mujeres son un espacio en donde se aprende a encarnar *lo femenino*. Las experiencias y las historias que se compartieron, enseñaron y recordaron a las mujeres cómo “recuperar lo femenino”, a través de los sentimientos, del útero, de la creatividad, la sexualidad, la ciclicidad, con la muerte y renovación energética/arquetípica. Las mujeres encontraron saberes y sensibilidades para encarnar o “sacar” lo femenino que en cada una habita.

Algunas mujeres reconocieron haber tenido una vida “muy masculina” por la necesidad de ser proveedoras de familia, y con la experiencia en los círculos, se dieron cuenta que estaban

²⁸⁴ Entrevista con Andrea Ibarra. Julio, 2014.

“perdiendo lo femenino”. Las mujeres se reconocieron en procesos de cambio y transformación, ellas notaron cambios que significaron estar “reconectando con lo femenino”; se descubrieron con otras sensibilidades y otras actitudes. Las mujeres distinguieron sus cambios y transformaciones, desde la manera de vestir y peinarse, optaron por un estilo “más natural” y por ropa “más femenina”, aunque algunas mujeres habían rechazaban con anterioridad los vestidos y las faldas, ahora tenían otro significado y función (como se verá más adelante). Edna recuperó su cabello natural, al revalorar su cabello rizado,²⁸⁵ el círculo de mujeres le permitió “dejar la pose y la máscara”, “naturalizarse”.²⁸⁶ Por su parte, Lizette veía el ser “femenina” como símbolo de debilidad, de “ser tonta, hueca”, pero después de su viaje a Canadá, en donde “reconectó con su feminidad”, a su regreso su familia no reconocía su manera de vestir y peinarse, ahora podía permitirse otras prácticas y pensamientos:

Ha sido padrísimo cambiar esto y de verdad disfrutar ser mujer, enfocarme en la danza, bailar con otras mujeres, ver mujeres en tacones y mini falda y decir -¡Qué bien se ve!- y cambiar esa visión de -seguro es hueca, superficial, tonta, de seguro está casada y tiene hijos- todos esos juicios, [ahora] es ver a esas mujeres y honrarlas y decir -¡Gracias por ser esa mujer hermosa!-.²⁸⁷

En este proceso de reconocimiento, las mujeres se fueron sorprendiendo con otro tipo de actitudes ante su vida, como Edna Martínez que narra cuando descubrió otras habilidades consigo misma y con los demás, gracias a los círculos de mujeres y a su trabajo dentro de la espiritualidad femenina:

Empecé a conocer otra parte de mí, decía -ya están actuando las abuelas por mí-, podía detectar cuando [alguien] estaba triste, y empecé a comprar plantas. Es como que van actuando estos conocimientos, como que voy accediendo a una enciclopedia que está adentro y es el conocimiento colectivo de todas las mujeres, porque muchas lo saben hacer, me conecto como las hormigas se conectan a un caminito, el colectivo del conocimiento femenino ahí está, ya lo traemos, no tuve niños y cuidaba a los niños, con la cadera, les sacaba el aire, cuidar una mascota. Casi con telepatía, saber qué necesita, y se va despertando con el tiempo y la convivencia con otras mujeres.²⁸⁸

Edna habla del conocimiento y la sensibilidad que está dentro de sí y que a la vez es colectiva, de todas las mujeres (antecesoras y contemporáneas). Ella menciona procesos sensitivos y psíquicos que se activaron para vincularse consigo misma, con otras personas y seres. Edna manifiesta el impulso que empezó a tener por el cuidado o la sanación de los demás.

²⁸⁵ Así pasa también con la revaloración de las caderas, los pechos, el vientre, las mujeres valoran y (re)significan su cuerpo lejos de una estética comercial y machista.

²⁸⁶ Algunas mujeres dejan de alaciarse el cabello, dejan de usar maquillaje, algunas dejaron de usar zapatos altos.

²⁸⁷ Entrevista Lizette Mercado, Mayo, 2014.

²⁸⁸ Entrevista con Edna Martínez, Mayo, 2014.

Los procesos de reconocimiento de lo femenino, fueron procesos de conciencia y nuevas sensibilidades, las mujeres expresaron tener cambios sensitivos y subjetivos, como el caso de Claudia Gómez que la experiencia en los círculos le permitió ser “más generosa y compartir”, “poder abrir el corazón a otras mujeres, a otros seres”, abrirse a la “dulzura”; los círculos de mujeres la han “suavizado” y han hecho más “amorosa”. Así, las mujeres expresaron tener reflexiones y entendimientos de sí mismas y de la vida, procesos psíquicos/sensitivos/emocionales, procesos de encarnar lo femenino; como lo expresa una mujer en el círculo de Ritmos Femeninos, hablando de cómo es ahora, gracias a la pertenencia a este círculo.

Y ahora que me rencuentro con lo femenino, conmigo misma y me ha llevado a cuestionarme muchas cosas, también como dicen por qué y para qué y más que nada conocerme, conocer mi cuerpo, qué necesidades tiene este cuerpo y me ha llevado a encontrar cosas muy padres y he experimentado cosas muy bellas, cosas que yo nunca imagine que podía sentir, que podía hacer, y el encontrarme me ha hecho ser una persona más consciente, más despierta, más observadora porque ahora no sólo me observo a mí, sino que observo a mi alrededor.²⁸⁹

Ella expresa su reflexividad encarnada, búsqueda del conocimiento de sí misma y su realidad, parteaguas para buscar (otras) experiencias, para vivir los cambios, para hacer cuerpo/psique las sanaciones.

Otras de las transformaciones que hablan de encarnar lo femenino, es cuando las mujeres en círculo pudieron reconciliarse con la ciclicidad femenina, la sexualidad y la maternidad; la mayoría dijeron haber rechazado la menstruación y algunas de ellas también rechazaron el placer o el ser madres antes de conocer y vivir la espiritualidad femenina. Estos procesos psíquico/corporales fueron (re)entendidos y vividos desde otros marcos de sentido, basados en experiencias positivas y empoderadoras. Las mujeres buscaron/encontraron prácticas para “reconectar con la propia feminidad”; cambiaron a usar la copa menstrual, hicieron registro de su ciclicidad, usaron huevos vaginales, hicieron danza, usaron la falda, hicieron arte, cantaron, parieron y honraron al cuerpo, a la Tierra y las Diosas.

3.2.2.1. Reconectar con el cuerpo/tierra-luna

Nosotras, señoras y señores, rezamos de múltiples maneras.
Lo hacemos cuando...
Zarandeamos nuestras carnes al son de una canción.
Besamos a nuestros niños.

²⁸⁹ Mujer expresando su sentir. Círculo Ritmos Femeninos, Mayo 2014.

Nos abalanzamos apasionadas sobre nuestro amante.
Suspiramos y abrimos nuestro Ser a lo Divino.
Nos deleitamos en la belleza propia de la Vida.
Remendamos nuestras acciones tratando de recolocarlas en un lugar mejor.
Myriam Sánchez

La sabiduría de la tierra es la que proviene del cuerpo, sabiduría que
proviene de la vida. La sapiencia femenina está vinculada a la
naturaleza al estar en un cuerpo que es una vasija para la vida. Esta
es una sabiduría que afirma la condición sagrada del mundo físico.
Jean Shinoda Bolen

Las experiencias de las mujeres en los círculos de espiritualidad femenina, les permitió saber/sentir que no habita separación alguna entre nuestro cuerpo, la tierra y la luna. Las mujeres se reconocieron reflexivamente en el vínculo simbólico-material cuerpo/tierra-luna. Cuando las mujeres descubrieron que el cuerpo fluye en la ciclicidad con los movimientos terrestres -lunares y solares- hubo un mayor entendimiento holístico de sí mismas, en vínculo cíclico con la tierra y la luna, Beatriz Andrade así lo describe:

Reconocernos tierra en el sentido que sabemos que el arquetipo de la primavera empiezan los primeros brotes, luego el verano, la cosecha y luego hay que segar; así las mujeres, las mujeres nos morimos y renacemos cada 28 días, saber que en nuestros cuerpo también sucede esto es increíble.²⁹⁰

El capítulo cinco está dedicado a explorar las concepciones y experiencias en torno a la ciclicidad femenina, por ahora menciono este entendimiento/sensibilidad de la ciclicidad como un vínculo que conecta la experiencia cuerpo/tierra-luna. La experiencia consciente del vínculo cuerpo/tierra-luna las sensibilizó a la influencia de la ciclicidad natural en el cuerpo/mente. La concepción/sensibilidad del vínculo cuerpo/tierra-luna abarcó su vivencia somática-psíquica-social en su vida cotidiana y ritual. Las mujeres usaron este conocimiento y sensibilidad para potencializarse, como veremos en el quinto capítulo de la tesis.

En el sentido de reconectar con la Tierra como un ser, algunas mujeres expresaron agradecimiento por sentirse identificadas con la “Madre Tierra”, por la posibilidad de “dar vida”, de crear y de sentirse “en armonía con la naturaleza”. Estos discursos significan que las mujeres no sólo producen hijos o hijas, sino que es “tierra fértil”, para que germinen los propios deseos, sueños y realidades. Jimena Chalchi, me dice que ella trabaja para darle a entender a las mujeres estas correlaciones: “la tierra está dentro de nosotros, el agua de los mares está en nuestra sangre,

²⁹⁰ Entrevista con Beatriz Andrade, Enero 2014.

la tierra está en el útero”. El útero es el centro creativo femenino, las mujeres se sienten agradecidas y honradas por la capacidad creativa y generativa.²⁹¹

Así también, las Danzas y el Temazcal son momentos iniciáticos para anclar el cuerpo con la tierra y encarnar el vínculo cuerpo/tierra-luna. Andrea Ibarra así narra cuando tuvo este entendimiento:

Empecé a vivirlo con la luna, aunque no la sembraba, pero en cuanto fui al temazcal de mujeres e hice esa asociación 28/menstruación -¡sí, soy la lunar!- y pronto me di cuenta de la conspiración patriarcal que hay en torno a la desconexión mujer/cuerpo/tierra, porque si las mujeres cuidáramos nuestro cuerpo, cuidáramos la tierra; si entendiéramos esa conexión directa cuerpo/mujer/tierra, no permitiríamos que se explotara como se explota y nuestros modos de consumo creo que sería más moderados, eso fue lo que a mí me hizo clic inmediatamente.²⁹²

Andrea, tiene una perspectiva ecofeminista de la resistencia para habitar reflexiva y somáticamente el cuerpo/tierra. La concepción y el sentir de Andrea ha incidido en sus prácticas corporales y sus prácticas de consumo, su actitud tiene que ver con una ética en donde la importancia del cuerpo y la Tierra es fundamental para el buen vivir. Algunas ecofeministas señalan que el cuerpo femenino es una extensión del “cuerpo de la Tierra” (Spretnak, 1991). La recuperación del cuerpo femenino tiene que ver con la acción política ecofeminista, así también para comprender la inmanencia de la vida natural y corporal. María Mies (1993) defiende la revaloración de la conexión mujer-naturaleza-cultura, para ofrecer un análisis materialista de las estructuras de la explotación humanidad-naturaleza.

Las mujeres que han encarnado la concepción cuerpo/tierra se sienten agradecidas y satisfechas por la identificación con la madre Tierra, con la posibilidad de dar vida, de darse. La conexión con la Madre Tierra es algo que las mujeres sienten en lo profundo del cuerpo, como una sensación en el *self*; como una intuición encarnada, una sensación de bienestar. Claudia Gómez, que ha trabajado por la inclusión de los hombres en los círculos femeninos, dice que esta sensación no es exclusiva de las mujeres, también los hombres la pueden sentir. Sin embargo en las mujeres es evidente y palpable en la ciclicidad.

En este sentido, las mujeres vivieron procesos de hacer consciente el cuidado del cuerpo y la tierra; por su reflexividad encarnada, ellas cambiaron prácticas para no dañar, cuidar y sanar el cuerpo y la tierra. Las danzas y el temazcal fueron experiencias que permitieron que las mujeres cambiaran sus hábitos de alcohol y cigarro, o mejoraran sus hábitos de alimentación y cuidado.

²⁹¹ En el capítulo cinco profundizo en las prácticas discursivas/sensitivas en torno al útero.

²⁹² Entrevista con Andrea Ibarra, Septiembre 2014.

Las experiencias rituales permitieron la conciencia de lo sagrado del cuerpo y de la tierra y les proporcionó la voluntad para hacer cambios y transformaciones. Un ejemplo etnográfico es cuando las mujeres reflexionaron/actuaron para dejar de consumir alimentos procesados y productos desechables para la menstruación por los daños que causan al cuerpo y al planeta. Esta reflexividad encarnada sobre la correlación cuerpo/tierra, conforma una práctica ecofeminista; motivación/acción para la transformación de hábitos y consumos. El llamado que las mujeres en círculo hacen, es a “despertar nuestra responsabilidad hacia la Madre Tierra y su cuidado”, dice Ana Tere Lahak: “-yo espero que los que estemos aquí de verdad tengamos un cuidado por la Madre Tierra. Hay que empezar por el kínder, que es cuidar mi cuerpo; cuidar la tierra y cuidar mi cuerpo, porque la tierra es mi cuerpo”.²⁹³

El “reconectarse” también es acceder a capacidades que albergan el cuerpo y la tierra, las mujeres coincidieron en que “cuando te conectas” a la tierra, a las piedras, a las plantas, al fuego, al agua, a la luna, “recibes información”, “recibes instrucciones”. Andrea y Paulina así comparten su sentir con respecto a su relación y guía que les da la tierra y la luna:

He tenido muchas bendiciones y más en el camino de las plantas, es el camino de la tierra, ese es el que siento que me aconseja, me acompaña, la tierra es como... no sé cómo lo vean las demás, pero yo la siento muy cerca de mí, no sé cómo decirlo pero para mí es como mi inspiración.²⁹⁴

He ido investigando mi cuerpo y también con la medicina sagrada; me han preguntado -¿Quién te lo dijo directamente?- la abuela luna, no tengo nadie más en el camino porque he encontrado mis ancestros, mis mayores, muchas gracias por el conocimiento de mis mayores, pero de verdad definitivamente a la que le ha escuchado y a la que le estoy haciendo es a mí misma, en mi corazón, en mi intuición y en mi relación con la gran madre y la abuela luna.

Los caminos “dictados” por el cuerpo, la tierra y los elementos, fueron caminos espirituales de guía, de autoconocimiento, de bienestar y sanación. Caminos y espirales de experiencias que impulsan a las mujeres en sus procesos comprometidos consigo mismas y con la vida. Cuando las mujeres hacen la conexión con la Tierra de manera intencional con un rezo o una ofrenda de sangre²⁹⁵, la madre “responde”. La conexión con la naturaleza es una relación de ida y vuelta, en donde la mujer se identifica y la naturaleza responde con “bendiciones”. Así la conexión mujer-naturaleza proyectada como esencialismo por algunos feminismos, es aquí

²⁹³ Ana Tere, Evento “Por mil mujeres despiertas”, Centro Universitarios de Ciencias Sociales y Humanidades de la U de G (CUCSH) Marzo, 2014.

²⁹⁴ Entrevista con Andrea Ibarra. Julio, 2014.

²⁹⁵ Acto ritual de depositar la sangre menstrual a la Tierra como símbolo de agradecimiento y ofrenda a la Tierra

una decisión, una intención que las mujeres elaboran, como búsqueda de sentido y de bienestar. Al sentir la Tierra dentro de sí, la ciclicidad como parte de su estar, se sienten armonizadas con la naturaleza, sienten la naturaleza dentro de sí y se sienten parte del mundo natural, lo que les aporta elementos simbólicos y prácticos para la elaboración de su identidad yoica y colectiva.

3.2.2.2. Portar la falda

La falda es un elemento muy bonito, es circular, entonces el círculo nos conecta primero con la tierra, es circular como el planeta y es como cobijar con nuestra falda todo el planeta, como un símbolo de que somos madres de la tierra, aunque somos hijas, también somos madres porque la cuidamos, la protegemos, la amamos y nos conecta principalmente. (La falda) también es la forma del círculo de la vida, que somos mujeres cíclicas y estamos en el este ciclo de muerte-vida-muerte-vida igual que el planeta, los ciclos, día-noche, primavera-veranos, todo es cíclico, la vida es cíclica, nosotras somos cíclicas estamos en sincronía con la vida y la falda nos recuerda los ciclos.

Lizette Mercado

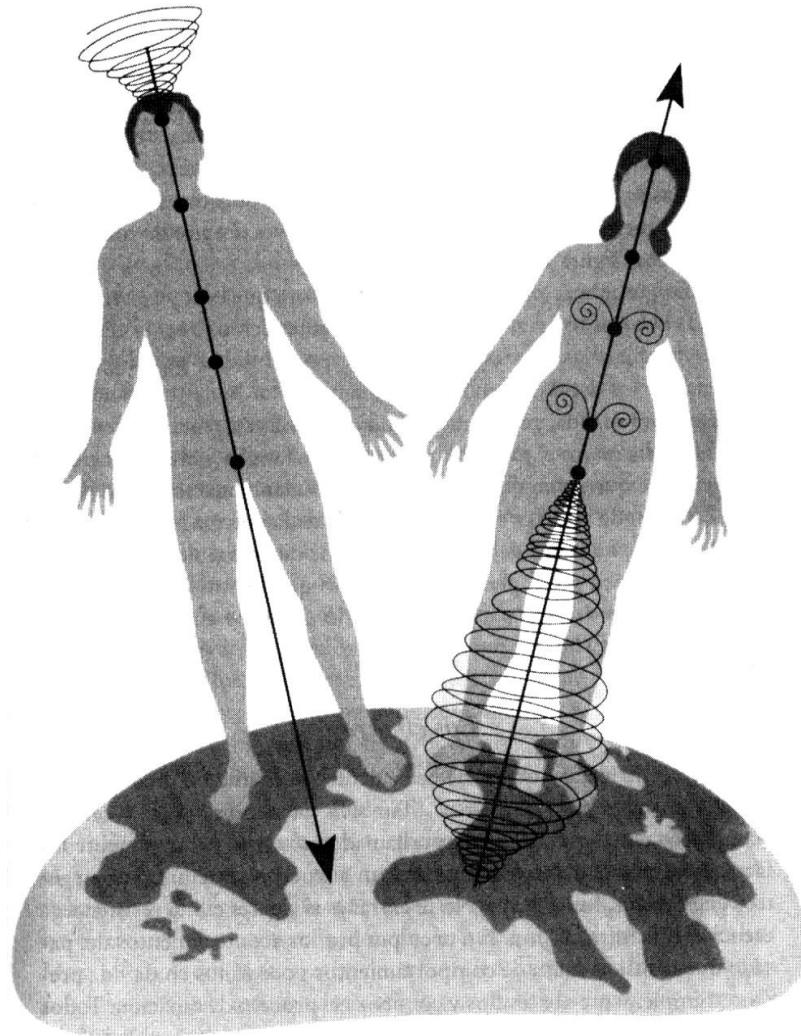
La mujer moderna no tiene idea de lo que ha hecho con el uso del pantalón: está bloqueando por completo el paso de la energía de la Diosa (de la Tierra) hacia el útero, que es en donde se puede crear todo con el uso o enfoque mental y así tener más poder sobre lo externo y lo interno. Es necesario que la mujer regrese al uso de las faldas, para que vaya sanando día a día este puente, y haciendo que su chakra raíz esté firme, pleno y poderoso, brillante, para un mayor poder, y de esta forma levantar la energía kundalini, para bien de ella y del planeta.

Jan Dael

En los círculos de mujeres se recomienda que las mujeres traigan su falda, de preferencia larga y cómoda. Si alguna mujer no trae falda se ve la manera de que alguien le preste una o alguna tela que pueda hacer su función; en los círculos en donde he estado, nunca fue una imposición, porque las mujeres saben que es un proceso y no todas las mujeres se sienten cómodas con la falda. Los discursos en torno a la importancia de la falda que encontré en el contexto de la espiritualidad femenina, parten de reconectar y tener acceso a la energía de la Tierra.

Ancestralmente las mujeres han usado la falda, las antiguas cosmovisiones describen la interrelación de la energía de la Tierra y la del cuerpo humano, energía que conecta al cuerpo; la falda permite esta conexión total y el flujo de energía constante. Antiguos sacerdotes egipcios usaron falda, Jesús y Buda también, aún en la actualidad, sacerdotes y gente que manejan el poder, usan faldas permitiendo el flujo constante de la energía, condición que les da poder (Dael, 2014).

La energía de la tierra que sube al cuerpo humano relatada y sentida por los diferentes grupos humanos, fue descrita por Michio Kushi el maestro de la macrobiótica. Kushi fue pionero en escribir y visualizar la fuerza centrípeta de la Tierra que sube por los pies, así como la fuerza centrífuga del cielo, que baja y entra en el cuerpo por la cabeza. Según la imagen de Kushi (ilustración 1) en las mujeres hay más energía de la Tierra que sube por los pies. La imagen ha sido un referente en la red digital de círculos de mujeres, como una justificación de la importancia de portar la falda, como una herramienta que permite estar conectadas con la Tierra y sentirse empoderadas con su cuerpo.



Fuente: Adaptado de Michio Kushi.

FIGURA 1. LA ENERGÍA DE LA TIERRA QUE SUBE

Energía femenina = fuerza centrípeta o «que atrae hacia dentro». La energía de la Tierra entra por los pies y sube en espiral hacia el útero, los pechos y las amígdalas.

Ilustración 8. Recorte de libro "Cuerpo de Mujer, sabiduría de mujer" de Christiane Northrup (2006).

El uso de la falda aumenta pues, el acceso al cuerpo de esta energía de la Tierra, a través del círculo y la carpa que forma la falda. Las mujeres se han apropiado del discurso, lo han encarnado y han despertado otras sensibilidades. Los temazcales mixtos fueron los primeros lugares, además del círculo de mujeres, en donde ellas escucharon los discursos en torno a la falda. En la mayoría de los temazcales sí es condición que las mujeres entren con falda. Irery Velasco, me cuenta cómo ella fue reconociendo la importancia de la falda en los círculos de espiritualidad alternativa:

Antes para mí lo más cómodo era el pantalón, desde que empecé a asistir a estos círculos una abuela me dijo que los pantalones eran como una cruz que estaban en el centro de nuestra fuente de poder y que bloqueaba la energía de la Madre Tierra que es la que nos nutre como mujeres.²⁹⁶

El caso de Irery con la falda fue peculiar porque un terapeuta le prescribió 21 días de vestir sólo falda, ella narra que le costó trabajo porque antes usaba sólo pantalón, pero con la experiencia, pudo entender y sentir cómo el uso de la falda la “conectó” con su energía femenina que había rechazado, no valorado, y que no la comprendía como sagrada:

Los pantalones son más calurosos, la mezclilla es bien dura, no es tanto la comodidad sino la creencia que nos hemos arraigado que es mejor el pantalón. Pasaron los 21 días y me hice una promesa de por lo menos usar una vez a la semana la falda, [...] ahora estoy más consciente, antes era la resistencia al cambio, ahorita estoy tomando ese poderío porque camino con mi fada y siento como si se ondearla energía, me gusta mover más las piernas para que mi falda haga más movimiento, es algo que ya disfruto, lo que en un principio fue imposición [prescripción terapéutica] y una necesidad ahorita ya entro en esa conexión con mi falda.²⁹⁷

Rocío Shekinah reconoce cómo las mujeres que se acercan a los círculos usando pantalón, sólo empiezan a buscar faldas, preguntan dónde las compran, dónde las consiguen: “ellas mismas te dicen cómo se sienten de cómodas, yo usaba pantalón y ahora me siento súper cómoda con las faldas”. Así, poco a poco las mujeres tomaron conciencia del significado y la necesidad somática de portar la falda, al inicio del proceso, algunas mujeres fueron encontrando sentido y comodidad al uso de la falda. En estos procesos, también hubo choques culturales como en el caso de Jessica Álvarez, que se enfrentó a las críticas sociales:

Cuando tú quitas todo lo que socialmente dicen -¡El pantalón levanta pompas!- (habla de que) estoy súper desconectada de mí, pero regresas a eso, a traer falda y te ven raro y dicen -“es hippie”, “le gusta andar como los indios”- y es bien triste cómo piensan, que usas la falda para disfrazarte, a mí me han dicho -¿De qué te disfrazaste?- y yo súper cómoda con mi faldota. Sí hubo momentos como que me estaban diciendo mucho, -¿Si

²⁹⁶ Entrevista con Irery Velasco, Marzo 2014.

²⁹⁷ Entrevista con Irery Velasco, Marzo 2014

será que estoy exagerando?- pero no, es lo que hay socialmente y culturalmente, porque claro que ponte un pantalón apretado y te van decir te ves increíble, entonces también ir rompiendo patrones.²⁹⁸

La falda representa la parte femenina, la conexión de la tierra con la vulva y la vagina. Y además de ser un significado, es una sensación, la sensación de energía sutil de fuerza y poder.

Rocío así comparte cómo se siente cuando trae falda:

A mí me hace sentir, fuerte, libre, me siento muy yo, me siento cómoda, poderosa, con ese poder sutil... Yo no me veo dirigiendo un círculo con pantalón, sería muy raro, no que nos quite poder, ni belleza pero es que la falda facilita, alguien me decía -la energía igual sube-, sí, pero con la falda se facilita mucho mejor esa canalización de la energía.²⁹⁹

La reflexividad encarnada del uso de la falda van en el sentido de la comodidad y de sensibilidades del flujo de la energía, así como Rocío siente el poder de sí misma cuando porta su falda, Irery siente una energía gozosa y sensual de su cuerpo, lo llama “el instinto femenino”, enraizado en la energía de la tierra:

A partir de estar en los círculos de mujeres fue que empecé a usar falda, antes era así como que era muy raro usar falda, ahorita es algo cotidiano. El pantalón todavía lo sigo queriendo porque es muy cómodo, pero pasa algo muy curioso cuando traigo mi falda larga que llega a los tobillos y cuando voy caminando se siente como ese ondeo como esa energía que vas tomando de repente, me ha tocado que los hombres voltean a verme más fácil cuando traigo falda, ni me veo más sexy, ni me veo diferente, pero algo hay en ese elemento que para los mismos hombres es muy atractivo. Cuando traigo pantalón paso inadvertida pero cuando traigo falda es como que ese instinto más femenino se despierta, increíble porque no es algo físico que digas traía una minifalda, una simple falda larga, ¿Qué será? Es sabernos esa conexión con la Madre Tierra, saber que está fluyendo esa energía que es igual a nosotros y nos nutre y pues también de repente que nuestra esencia femenina se despierta, es algo no consciente pero es algo real y tangible, que es algo que nos conecta a nuestro ser como más natural.³⁰⁰

Catalina Hérdez, médica familiar que participa en el círculo de la Dra. Norma Emilia, en su charla “Redescubriendo tu poder”, describió esta energía que nombra Irery con el uso de la falda, Catalina considera la falda como “herramienta que tenemos todas las mujeres para encontrar ese poder”, explicaba que esa energía sexual vital es la que “atrae a los hombres”, en la “cadencia del movimiento de la falda y la energía”.³⁰¹

También hay mujeres que se sienten liberadas, que el pantalón les oprime, les asfixia, las “desconecta”, las “pone en otro canal”, “es otra vibración”. La falda “da una movilidad diferente,

²⁹⁸ Entrevista, Jessica Álvarez, Mayo 2014.

²⁹⁹ Entrevista con Rocío Sánchez, Julio 2014.

³⁰⁰ Entrevista con Irery Velazco, Marzo 2014.

³⁰¹ Catalina Hérdez, Círculo Ritmos Femeninos, Enero, 2014.

una sensibilidad diferente, como mayor contacto con el exterior, se convierte en un espacio especial”.³⁰² Sienten “una estela” al exterior y un espacio al interior; el espacio es la carpa que se forma con la falda, en donde “está lo más sagrado que es el útero”, como lo expresa Edna:

Es importante para tener contacto con la tierra, para hacer esta unión como si fuera una carpa en donde esta lo sagrado, todo el elemento que nos conecta, nuestras partes íntimas, nuestra vagina, incluso sin calzones, también las danzas son mucho más sentidas y vivificante cuando usamos falda y sin calzón.³⁰³

En este sentido, la carpa y el círculo que forman la falda potencializa la energía femenina, a la vez que cuida y protege al útero. Chandra Santiago, así lo describe: “es como tener muy protegido tu templo, tu llama que esta entre tus piernas, tenerlo bien cuidadito, ahora que lo digo es eso... esa carpa que contiene adentro el fuego sagrado de la vida.”³⁰⁴ Andrea recuerda a una mujer en el Teopantli Kalpulli que recomendaba usar la falda como un “manto protector”. Irery reconoce a una “mujer poderosa” cuando porta la falda, ella dice: “yo lo leo, es mujer poderosa de estos tiempos, es una mujer sensible, poderosa, una mujer que sabe lo que lleva debajo de la falda, ese poder conectado con la tierra y esa sabiduría.”³⁰⁵

En los círculos, las mujeres resignificaron el uso de la falda y revitalizaron nuevas sensaciones. Los discursos de por qué usar falda circularon en la red digital y en los círculos se compartió también, la función de portar la falda. Jan Dael, una mujer nodo del movimiento de espiritualidad femenina en México, tiene un escrito sobre la importancia de la falda en el blog español “Círculo de Mujeres”, aquí un fragmento:

Cuando una mujer usa una falda facilita la importante conexión entre la energía de la Madre o Diosa y su área sexual, que es el centro de creación, formación y poder femenino. Entonces esta energía se concentra, dándole a ella la oportunidad de usarla de forma ilimitada para cualquier cosa, entre ellas curar a personas, predecir el futuro, curarse a sí misma, canalizar, armonizar, dominar, guiar, materializar... Esto sucede con el flujo de energía que se logra al usar falda.

La mujer actual no tiene idea de lo que activa, de la cantidad de energía que está moviendo al usar falda. Dependiendo del tipo de falda, la energía será sexual, jovial y de vitalidad, o sagrada y de guía de luz. Con una falda larga la conexión con la tierra es como una especie de túnel cerrado que permite más capacidad y sabiduría. Además, cuando una mujer vista una falda tendrá más admiración, respeto, atracción y magia sobre los que la rodean, aunque no sean conscientes de lo que está pasando.³⁰⁶

³⁰² Entrevista Luz Herrera, Mayo 2014.

³⁰³ Entrevista con Edna Martínez, Mayo 2014.

³⁰⁴ Entrevista con Chandra Santiago. Julio, 2014.

³⁰⁵ Entrevista con Irey Velazco, Marzo 2014.

³⁰⁶ Jan Dael (2014) <http://circulosdemujeres.blogspot.mx/2014/05/el-porque-de-la-importancia-de-usar.html>, en línea Marzo, 2015.

Para cerrar con el apartado de la falda, expongo la invitación a un “reto de usar la falda” que encontré en un blog y en una comunidad de Facebook de más de catorce mil perfiles. A continuación presento una imagen de la invitación al reto:

El poder de la falda en la vida de la mujer llega a impactar de forma positiva, una mujer usando falda eleva su frecuencia, su auto-estima, cambia el pensamiento a una forma positiva sobre sí misma, sobre su andar y sobre todo usar una falda nos hace recordar el poder sutil de ser mujer, es la oportunidad de sentirnos mujeres diferentes a las que nos hemos acomodado a ser, puedes imaginarte caminando con una falda larga o un vestido, en plena libertad, conectada con la tierra te puedes sentir lista para crear y recrear.

Vamos a festejar la primavera con un reto, las invito a tomar el RETO DE LA FALDA (aclaro no es que vestidas de pantalón seamos masculinas, lo usamos de forma extremadamente femenina y bella) sin embargo el propósito de usar la falda es sentir y percibir la diferencia que crea en nosotras el uso de la falda (hasta el impacto positivo que puede tener de las personas a nuestro alrededor) una de las cosas que nos alejaba del uso de la falda eran las medias, que no son nada cómodas, pero hoy en día podemos usar hermosas faldas largas que nos recuerdan las alas de las mariposas y podemos omitir el uso de las medias, lo más importante de este reto es sorprendernos, recordar lo que se SIENTE usar una falda, sentirnos cómodas con ellas y tener la confianza de que estamos vestidas de adentro hacia afuera y que estaremos reflejando a la mujer danzante que hay dentro de cada una.

EL RETO ES SENCILLO, TOMATE UNA FOTO CADA DÍA USANDO FALDA EN EL MURO SECRETO DE SHAKTI CIRCULO DE MUJER, INICIANDO EL 1° DE MARZO Y HASTA LA LLEGADA DE LA PRIMAVERA. Y COMPÁRTELA INDICANDO QUE ES PARTE DEL RETO DE LA FALDA Y PLÁTICANOS COMO TE SIENTES USÁNDOLA. PARA PARTICIPAR SOLO MANDAME UN INBOX POR FACE A BERNARDETTE TRISTAN O EN LA PAGINA DE @inanna SER AGREGADA AL GRUPO SECRETO DEL CIRCULO DE MUJERES, NO QUIERES ESTAR EN EL CIRCULO, LLEVA EL RETO A TU MURO!!!



Recorte de pantalla 13. Mensaje de Blog “Invitación al Reto de la falda”.³⁰⁷

La invitación se enfoca en los efectos psicoemocionales del uso de la falda y menciona la conexión con la tierra, veintiún días para sentirse con falda y compartir la experiencia. Y aunque, la comunidad del blog no es la misma a la de las mujeres de la espiritualidad femenina, me pareció pertinente incluirlo, ya que nos habla de cómo los discursos y las prácticas de los movimientos sociales y culturales se permean entre las comunidades, en este caso de mujeres.

³⁰⁷ Bernardette Tristan Amiel el marzo 1, 2016. “En Marzo, Recordemos el poder del Falda!” <http://mujeresconstruyendo.com/profiles/blogs/en-marzo-recordemos-el-poder-del-falda>.

3.3. Parirse a sí misma: empoderamientos femeninos

Estoy dispuesta a ver mi magnificencia y mi poderío, elijo eliminar de mi mente y de mi vida todas las ideas y todos esos pensamientos negativos y destructivos que me impiden ser la mujer magnífica que estoy destinada a ser
Meditación sanadora
Catalina Hérdez

Las mujeres en círculo viven procesos de empoderamientos enraizados en el cuerpo, la carne, la sustancia y la energía. El empoderamiento desde esta perspectiva, es la reflexividad encarnada/espiritual para recuperar la capacidad de transformar(se) y sanarse. Las prácticas terapéuticas que las mujeres ofrecen están encaminadas a vivir el poder desde el cuerpo; las creencias espirituales guían las decisiones y voluntades de las mujeres; la sororidad y el affidamento son impulsores de los procesos y los cambios que las mujeres hacen en su vida cotidiana. La conciencia reflexiva individual, colectiva e interconectada, quita los velos e impulsa a las mujeres a mover sus voluntades para construirse a sí mismas y su realidad. El movimiento de espiritualidad y sanación femenina busca finalmente el empoderamiento y la soberanía de las mujeres.³⁰⁸

Libros, corrientes y prácticas terapéuticas, ceremonias y rituales tienen como objetivo procesos de autonomía y (auto)sanación. Las resignificaciones del cuerpo y lo femenino, son piedra angular para las transformaciones; las revitalizaciones sensibles corporales guían a las mujeres en sus necesidades y deseos. La práctica cotidiana encarna las transformaciones fincadas en su propia verdad y potencial. Las mujeres en círculo, tienen claro que empezar colectivamente por liberar el cuerpo de tabús y discursos negativos, es vital para el empoderamiento femenino y para la transformación social y cultural. Para vivir y encarnar el empoderamiento es necesario el autoconocimiento, el autocuidado, “reconocerse como mujer” y “reconocer a las demás mujeres”. El autodescubrimiento de capacidades, potencialidades y de estar interconectada, son experiencias primordiales para que las mujeres tomen su vida.

El empoderamiento como concepto, es manejado por las mujeres que convocan a los círculos, ellas hablan de la importancia de que la mujer tome su lugar como activa creadora de su realidad. En muchos círculos se hace la aclaración de que el empoderamiento no es “por ego”, por querer demostrar “que la mujeres son mejores que los hombres”, tampoco tiene que ver con

³⁰⁸ Soberanía es lo contrario a sumisión, es autonomía, independencia, libertad, autodeterminación y autogobierno.

“hacerlos menos”, tiene que ver con que las mujeres recuperen su capacidad para transformar(se) y sanarse. En este sentido, es vital también resignificar lo masculino y a los hombres, para equilibrar las energías en lo individual y colectivo; desde esta perspectiva, los empoderamientos femeninos precisan de energía masculina y viceversa³⁰⁹ para la (auto)sanación, la autonomía, la completud humana.

En las ritualidades femeninas, se compartieron prácticas, conocimientos y experiencias para enraizar su poder en el cuerpo, la carne, la sustancia y la energía. Sobre todo en los círculos y temazcales con Ana Tere y Nubia, noté ciertas instrucciones terapéuticas que ellas dieron a las mujeres para hacerles ver y sentir que podían “tomar su poder”, “hacerse escuchar”, “dejar de rechazarse, de culparse, de victimizarse”. También, Catalina Hérdez en su charla del círculo de Emi, explicó que sentarse en el suelo es una “postura energética” de “conexión” y “empoderamiento”, porque el centro energético de la raíz (coxis) está en contacto con la tierra, y se hace un triángulo con las piernas y columna vertebral derecha, es la conexión de la tierra al cielo y ese estado corporal conecta y empodera. En esa ocasión, Catalina nos enseñó cómo hacer el “mudra³¹⁰ del empoderamiento” y nos dijo que “el sólo hecho de poner las manos en esa postura, te empodera, te llena de luz”.

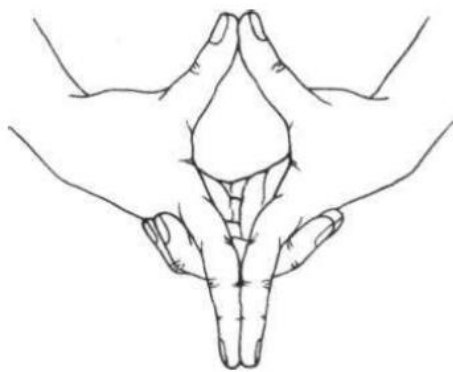


Ilustración 9. Mudra de empoderamiento.

Las danzas también ayudaron a encarnar el empoderamiento, a conectarse con el cuerpo, que es la propia verdad. Así describe Jessica Álvarez el empoderamiento a través de la danza:

³⁰⁹ Desde esta perspectiva, los empoderamientos están siendo desde las *nuevas* masculinidades y feminidades que integran de manera reflexiva la energía y los roles de ambas polaridades. Leonardo Boff, nombra la nueva conciencia para el encuentro de las diferencias entre lo Femenino y masculino.

³¹⁰ Los mudras son posiciones de manos, es una práctica oriental, energética. El significado de este término es “mud” que se traduce como gozo y “ra” es producción. Mudra es, entonces, un gesto que produce gozo. La posición de los dedos activa puntos energéticos, así como órganos y sistemas del cuerpo, según la medicina tradicional oriental.

“cuando mueves tus caderas y empiezas a sentirte te empoderas, son maneras de empoderarte, te sientes sensual, te sientes poderosa, conectada, segura de ti misma porque desde ahí se proyecta la seguridad”. En la comunidad virtual de espiritualidad femenina circulan recursos, técnicas, disciplinas para sanar y recuperar el poder. Como el “masaje de ovarios” recuperado de las prácticas taoístas femeninas para revitalizar la sabiduría femenina y activar la capacidad de crearse a sí misma. A continuación presento una imagen de la explicación del “masaje de ovarios”:

El Masaje de Ovarios y la Creación de una misma

Publicado el [14 octubre, 2014](#) por [Myriam](#)

El Masaje de Ovarios es una manera de estar en contacto con una Sabiduría Honda y Profunda propia de la Vida.

Es la Sabiduría que el Universo ha depositado en tus Semillas para asegurarse de que estés en contacto con ella.

Es la Posada de la Abuela que cuenta con Infinitas Décadas. Ahí vive ella, muy cerquita del Fuego Creador. Y ahí deberíamos vivir todas las Mujeres.

Cuando una Mujer recupera su Soberanía Existencial adquiere una Sabiduría profundamente ligada a sus Ovarios, a su Fuerza más Yang. Es ahí donde su Capacidad Creativa.]

Cuando hablo de creatividad no me refiero sólo a pintar cuadros, aunque es una forma más de creación. **Más bien me refiero a la capacidad de Crear tu Propia Vida y de Crearte a Ti Misma con ello.**

Tu Vida es tu Mayor Obra Creativa.



Este masaje es propio de las **Prácticas Taoístas Femeninas**. Es muy fácil de hacer y como siempre, lo más importante es la **Intención Amorosa** que le pongas. El Amor lo transforma todo.

Te recomiendo que busques un lugar tranquilo en el que te permitas conectar con tu interior durante unos minutos.

Está indicado para todas las edades y para cualquier momento del Ciclo.

Recorte de pantalla 14. Mensaje de Blog “Masaje de Ovarios”.³¹¹

Los discursos *empoderantes* en los círculos de mujeres hablan de “reconocer los dones”, de “estar en equilibrio”, de “seguir luchando”, de que “no estamos solas” (nos acompañamos

³¹¹ Myriam (2014) el masaje de ovarios y la creación de una misma. Recuperado en <http://www.circulosdegozo.com/el-masaje-de-ovarios-y-la-creacion-de-una-misma/>. Septiembre, 2013.

entre hermanas y nos acompañan las ancestras). Ana Tere Lahak, en un círculo interviene diciendo:

Es importante que tengamos cuidado de conservar nuestra fuerza, tenemos que aprender a estar en nuestro centro y conectarnos con el amor y nuestra fuerza y conectarnos con nuestro poder y decir imagínate todas las mujeres detrás de ti, de mamá tu abuela, tu bisabuela, tu tatarabuela, tu chozna y otras miles de mujeres que están diciendo fíjate valió la pena, mira todo lo que hicimos para que todas nosotras digamos valió la pena y voltear con las mujeres de atrás y decirles -¡Ey valió la pena!- su vida, su muerte, su esfuerzo, todo porque yo estoy aquí siendo fruto de su esfuerzo y digamos ahí va la mía!³¹²

Ana Tere, busca hacer conciencia de la importancia de que cada mujer haga su labor, conectadas con el propio poder y la fuerza, como lo han hecho otras mujeres que han luchado a lo largo de la historia humana.

El parirse a sí misma, es en el sentido de dar ese paso a ser la “mujer que se quiere ser”, explorar todas sus potencialidades y capacidades. Parirse a sí misma es ser su propia madre y padre, es el proceso de madurarse y convertirse en la mujer que cada una visualiza que puede llegar a ser. Parirse a sí misma es cuando “elegimos todo lo que queremos ser y nos responsabilizamos de los que somos”, Emi, así describe este proceso que es personal y colectivo:

La invitación es a ser contenedora de nosotras mismas, cuando una se contiene a sí misma, se alimenta y se nutre, finalmente el reto es parirme a mí misma, es con todo esto que traigo, mis linajes, desde mi nacimiento, mi vida, mis experiencias. Quién soy yo y qué quiero hacer en mi vida, qué represento, qué muevo, qué recibo, cómo me relaciono con los demás, ese parirme a mí misma es el reto de mujeres y de hombres, y este espacio del círculo es para estar juntas creciendo, para estar juntas reflejándonos, para estar juntas para retroalimentarnos, fortalecernos.³¹³

La práctica ritual y la disciplina psicosomática/emocional/espiritual alinearon las intenciones y la voluntad de las mujeres para encarnarse en (el camino de) la mujer que desean ser y reconocerse como mujeres fuertes, empoderadas, que toman sus decisiones, que no dependen de la pareja, que deciden sobre su vida.

En el siguiente post de Facebook muestra el discurso que es característico de esta tendencia de concientizar la relación entre soltar los dogmas patriarcales para reconocer el camino que cada una desea seguir, despojarse de los mandatos y creencias limitantes para que la sanación suceda:

³¹² Ana Tere, círculos Mujeres de Luz, enero, 2014.

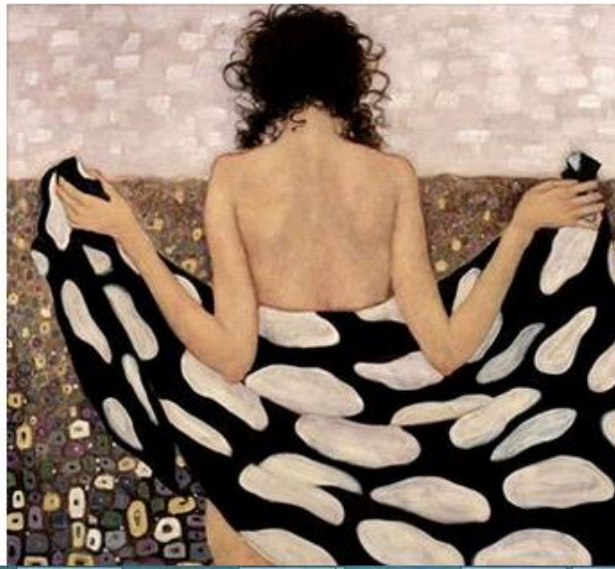
³¹³ Norma Emilia, Círculo ritmos Femeninos, Mayo, 2014.



Contacto Femenino

33 min · Editado ·

"Ha llegado el momento de resetear tu sistema: de borrar del todo las principales creencias del patriarcado, de vaciar el espacio que ocupan (alimentándose se han ido ensanchando) dentro de ti y de tu vida. La sociedad modelo división mente/cuerpo ha proclamado, a los cuatro vientos, una serie de dogmas y, todas, sin excepción, hemos sido sus atentas alumnas. Nuestro intelecto y nuestras emociones tienen que volver a asumir su papel legítimo: servir a nuestros corazones y a nuestro conocimiento más profundo, y no al revés. Entonces puede ocurrir la curación. Entonces ocurre."
Extracto del curso El Camino de la Mujer Sabia.



Recorte de pantalla 15. Post de Facebook de Comunidad Tapatía. Marzo, 2014.

3.3.1. Re-conocer los linajes femeninos, los lazos maternos y las ancestras

Todo lo que somos es Amor
Con infinita gratitud honro la sabiduría de mis mujeres:
mi madre, mi abuela, mis ancestras.
Con infinita humildad honro la generosidad de su experiencia la que
utilizo a favor para crecer y seguir adelante.
Al sanarme libero el dolor sufrido por ellas,
libero la memoria dañada en las moléculas femeninas de mi linaje...
Al sanarme sano a mi hija,
para que ella porte las semillas de luz de la Diosa
en todas las generaciones que lleven
la sangre de mis ancestras por delante..
Mayra Fariña.

La “sociedad de derecho” en la que vivimos se basa en la idea de que
todo empieza con nosotr@s!
Pero, por supuesto, hay poco que así sea.
Crecemos de raíces profundamente plantadas en el terreno fértil de
nuestros antepasados. Llevamos su firma genética en nuestro cuerpo,
en nuestras características, incluso nuestros rasgos. Embellecemos su
legado con nuestra propia singularidad, transmitiendo una herencia
viva a nuestras hijas y nuestros hijos.
Esta es una invitación para honrar a tu linaje materno como un hilo
vivo en el tapiz de quien eres.
DeAnna L' am

Nuestros linajes están constituidos por mujeres y hombres que son nuestra familia, están presentes en nuestro ADN y forman parte de lo que cada una de nosotras es. En nuestro cuerpo reside la memoria ancestral. Christiane Northrup en su libro *Madres e hijas* explica cómo el linaje está entretejido en el cuerpo/conciencia de las mujeres:

Nuestros cuerpos y los de nuestras hijas fueron formados por una red sin solución de continuidad de naturaleza y sustento, de una biología imbuida por la conciencia que podemos remontar hasta el principio de los tiempos. Así, cada hija contiene a su madre y a todas las mujeres que la precedieron. Los sueños no realizados de nuestras antepasadas maternas forman parte de nuestro legado. Para tener salud y felicidad óptimas, cada una de nosotras debe tener claro de qué modo la historia de nuestra madre influyó en nuestro estado de salud, nuestras creencias y nuestra manera de vivir la vida, y continúa haciéndolo. Cada mujer que se sana a sí misma contribuye a sanar a todas las mujeres que la precedieron y a todas aquellas (2006: 73).

El propio útero se forma en el útero de la madre y éste en el de la abuela y así en espiral los úteros de todas las mujeres de nuestro linaje matrilineal comparten la sangre de vida, las emociones, la información vivida. El útero es la vasija que contiene las memorias ancestrales del linaje femenino, memorias impactadas por la violencia del patriarcado. Es por esto que en la espiritualidad femenina se dice que las mujeres del pasado se manifiestan en nosotras en nuestro útero. El útero tiene las vivencias y emociones de las generaciones femeninas, que en el presente se expresan en actitudes, (in)sensibilidades o enfermedades. El reconocimiento de las ancestras busca sanar y liberar al útero de patrones negativos para “empoderarnos en nuestra energía y soltar las cargas, entregarlas a la divinidad y continuar nuestro camino con nuestro vientre y nuestra energía femenina limpia.” Como veremos en el capítulo cinco, las prácticas de sanación del útero son diversas: meditaciones, imposición de manos, baños de hierbas, rituales creativos

o certificaciones, y convocatorias mundiales para la sanación del útero y del linaje. Mirada Grey convoca a una meditación/sanación de útero mundial, aquí la imagen de la convocatoria local a esta meditación:



Recorte de pantalla 16. Invitación a la Bendición de útero, Octubre, 2015. Guadalajara, Jal.

En esta práctica de “Bendición de útero”, se hace una meditación activa para visualizar y remover energética y simbólicamente las memorias y energías encarnadas en el útero. La práctica busca la iniciación de (re)simbolización y (re)sensibilización del útero, para (re)encarnar a las ancestras. Las mujeres reconocieron que sus ancestras residen en su útero, y es preciso tener esta conciencia y prestarles atención para liberarse y sanarse.

En la cultura patriarcal en la que vivimos, la ruptura con la sabiduría femenina se encarna en la ruptura de la relación madre-hija. Más allá del amor o la entrega de las madres con sus hijas, hay un vacío en las hijas de cómo las madres (no) acompañan en el descubrimiento de sus vivencias femeninas. Las madres han transmitido a sus hijas la desvalorización y el

desconocimiento del cuerpo femenino. A las nuevas generaciones nos ha costado entender que nuestras madres, aún más que nosotras, han sido víctimas de un mundo patriarcal que les ha impedido crecer o expresarse. Nos ha dolido comprender que ellas, también fueron alejadas de lo femenino instintivo, de sus recursos sanadores, de sus cualidades nutricias y contenedoras. Apenas la conciencia femenina está considerando que nuestras madres “se vieron separadas de la sabiduría de sus intuiciones más profundas y fueron víctimas de un mundo donde las cualidades positivas de lo femenino estaban y están ausentes” (Martin, s/a).³¹⁴ Cuando se viven procesos psíquicos profundos de reconocimiento de la madre biológica, es cuando se logra trascender la historia personal; si no se vive el proceso de sanación y reconciliación con la madre, no se puede trascenderse a sí misma, es preciso reconocer a la mujer del útero que te gestó, porque ella está presente en lo que cada mujer es, y es parte de la propia historia. Irery así lo explica:

Saber si algunas de nuestra ancestras fue mutilada, violada, dañada de alguna forma o no pudo tener hijos, toda esa información que nosotros como parte de ese linaje traemos, no reconocerlo nos cierra puertas para no poder seguir sanando. El conocer toda esa información, el que deje de ser un secreto, todos los abortos que hubo, todas las calamidades, esas partes ocultas por la familia, nos da la oportunidad que al ser reconocidas y aceptadas dentro del círculo familiar, se vayan sanando, pero mucha información está limitada y verlo como parte de mi historia femenina va haciendo cambios generacionales.³¹⁵

Como práctica de la espiritualidad femenina las mujeres abordaron el (re)conocimiento de las líneas maternas para ver en ellas tanto su poder, como su enfermedad y sufrimiento. Las mujeres hicieron investigación -tan profunda como cada quien quiso- de (auto)conocimiento para reconocer a las mujeres que las precedieron, cuáles eran sus padecimientos, sus gozos, sus luchas y resistencias. Aquí la invitación de un taller que impartió Erika Irusta, activista y educadora menstrual española en su gira por México en el año 2014: “Mi madre y yo, encontrando nuestro sitio”.

³¹⁴ Germana Martin (s/a). <http://demeterypersefone.blogspot.mx/>. En línea en Octubre, 2014.

³¹⁵ Entrevista con Irery Velazco, Marzo 2014.

Ixchel alternativas Orgánicas y Ecológicas
 Ya pueden comenzar a apartar sus lugares ya que es cupo limitado!!
 Por favor compartan con sus amigas, hermanas, tías, primas y toda aquella mujer que crean que pueda serle de utilidad e interés, este tipo de talleres son oportunidades especiales para ayudarnos a crecer y comprendernos como Mujeres ♥ sanarnos nosotras y a todo nuestro linaje femenino ♥

Yeztli Gyn-ecologia
 Hace 11 horas

YA lo saben?? ya se enteraron?? en MARZO tenemos a Erika Irusta en México ofreciendo estos maravillosos talleres.
 Compartan con sus amigas, porque es una gran oportunidad! 😊

el camino rubí en México

Autoconocimiento del ciclo menstrual
 Conoce a las 4 mujeres que hay en ti y sus superpoderes
 Vive una transmenstruación más placida
 Regula tu ciclo y tuje hormonal
 Aprende herramientas que te ayudan a vivir con energía tus ciclos
 Mejora la relación con tu cuerpo
 Practicadas en técnicas que te ayudan a crecer de tu sitio

2 Mi madre y yo encontrando nuestro sitio
 Consultar un espacio para el encuentro
 Resana tu poder
 Recupera la conexión con tu Cuerpo y Saludarla femenina
 Busca aquellos espacios familiares que no necesitas
 Encuentra tu sitio
 Menea la red acción con tu madre y las mujeres de tu linaje
 Guía tu tiempo de regar

8 y 9
 15 - 16
 22 - 23
 29 - 30

Moneda
GDJ
Cancun
DF

Cupo limitado!!
comodatarios

Recorte de pantalla 5. Invitación por Facebook para los talleres de Erika Irusta en México, 2014.

Edna Martínez que es psicoterapeuta, trabaja con el (auto)conocimiento de las ancestras de sus pacientes y de las mujeres del círculo. Sus prácticas terapéuticas buscan reconocer en dónde “se rompe el vínculo” entre madres e hijas,³¹⁶ pueden ser tres o siete generaciones atrás, cuando se rompe el vínculo hay dificultades en la vida de las mujeres y retejer el vínculo, aporta “medicina” para liberar patrones negativos. El efecto terapéutico del reconocimiento de los linajes es que la mujer puede “tomar su destino”, “puede sanar”, “lograr embarazarse”, trascenderse a sí misma. En este sentido, (re)conocer a las mujeres que nos precedieron aportó información valiosa para las reconfiguraciones del cuerpo/psique/vida de las mujeres, y revitalizó vínculos con mujeres de la familia. María Elena, una mujer que ha investigado sobre su linaje materno, comparte este proceso que ha iniciado:

³¹⁶ Se rompe el vínculo cuando no hubo amor madre-hija, “porque no hubo amor para la madre como mujer, porque andaban ocupadas, porque les mataban al esposo, tuvo abortos, con pena, la mamá deja de abrazar a la hija y ya no aprende a abrazar la hija ni la nieta.” (entrevista con Edna Martínez, Mayo, 2014).

Yo provengo de familia de muchas mujeres, como de cuatro generaciones, y nos han transmitido la información de abandono, de dolor, de soledad sobre todo, yo reviso la información y veo viudas, divorciadas, veo mucha soledad y la veo en mí misma, y por mucho tiempo consideré que era normal como en la familia estaba naturalizado, pero la verdad es que no es normal, cuando empiezo a participar en temas de mujeres desde lo académico lo hice por 15 años y aunque me gusta y lo sigo haciendo y de eso vivo y de repente tuve una ruptura en mí que ya no me llena. El año pasado tomé el curso de sanación de útero, si me ayudó mucho pero necesito trabajar mucho más, he ido descubriendo que tenía mi feminidad dormida y es difícil remontar esa experiencia acumulada no nada más mía, sino de mi entorno familiar. Me reúno con mujeres de mucho tipo a nivel político y se hacen cosas muy interesantes, pero yo veo que a mí me hace falta esa expresión de feminidad, de sensualidad, como yo misma la fui dejando por tanto tiempo.³¹⁷

A María Elena, el reconocimiento de las mujeres de su familia hizo un quiebre en su vida, para buscar una reconexión con lo femenino transpersonal. En cuanto a Erika Aldape, el círculo de mujeres Ritmos Femeninos, ha sido “sanador de todas esas historias de mamás, de abuelas, de hijas, de mujeres”, ella agradece esta experiencia de sanación del linaje, porque ahora ella está en paz y armonía con su mamá.

Así mismo, las mujeres descubrieron mujeres poderosas, mujeres sanadoras, curanderas y rebeldes en su linaje. Rocío Shekinah descubrió que las mujeres de la familia por parte de su mamá “son mujeres que canalizan, que son sanadoras, que son brujas”, y que una tía abuela materna la inició en el trabajo con los cuarzos, las piedras, le enseñó a hacer limpias con huevo, que después ella practicaba a escondidas de su mamá. Por su parte, en los procesos de autoconocimiento de Edna, ella descubrió que sus capacidades de curación con las manos vienen de “una abuela que curaba con plantas, otra mujer que sobaba y una tía que era médium”, ella hizo su árbol genealógico para “reconocer y agradecer” a las mujeres que la conforman y ahora, la acompañan en su labor cotidiana, como psicoterapeuta y en su ritualidad. Claudia Gómez así habla de la vital importancia de reconocer a las ancestas:

Gracias a ella estamos aquí vivos, compartiendo y pisando esta tierra, si no llegamos al reconocer todas esas vidas que nos han precedido para estar aquí no estamos honrando nuestra vida. Hay mucho trabajo de conexión con esto, sobre todo porque estamos sanando toda la información a nivel celular del sufrimiento de lo femenino, pero no sólo recordar lo mal que nos ha ido en los últimos siglos, sino también toda la magia, la medicina y la sabiduría ancestral que cargamos, eso nos hace un sobre peso de ser víctimas de todas las ancestas, pone una en balance, entonces empieza a ver también toda la magia que vivían esas mujeres, esa fuerza para contener todo eso que les tocó vivir, es importantísimo reconocerlas, traer toda esa energía porque toda esa fuerza es

³¹⁷ María Elena, ronda de la palabra en el círculo Bendición de útero con Lizette Mercado, Mayo, 2014.

nuestra fuerza, toda esa energía que cargan en su útero vibra en el mío, entonces es nuestra herencia de conexión con ellas.³¹⁸

Hacer consciente el linaje es reconocer el patriarcado encarnado, el trabajo con el linaje es cortar con las historias de sufrimiento y enfermedad, es también reconocer a aquellas mujeres que lucharon y resistieron, honrar a todas las mujeres que nos conforman. En el siguiente video Paulina Oviedo expresa la experiencia que aporta en la vida de las mujeres reconocer los linajes femeninos.



QR 2. Video Reconocer a las Ancestras. Paulina Oviedo. Diciembre, 2013.

<https://www.youtube.com/watch?v=EbNbXda7Sp0>

En los rituales femeninos se hizo la invocación de las ancestras de diversas maneras. Las plantas, los cantos,³¹⁹ las danzas, la palabra para invocar a las antecesoras, a todas las mujeres que nos preceden, mujeres muy antiguas que han habitado la Tierra. La ritualidad femenina y la invocación es el vínculo que se entreteje con las mujeres antepasadas, mujeres que se (re)unían en cualquier tiempo/espacio de la humanidad. En la mayoría de las reuniones, al inicio del ritual se invocaron a las ancestras, sahumando la salvia o el copal para conectar con la memoria antigua, para recordar/saber/sentir a las mujeres que nos precedieron. La experiencia con plantas sagradas también fueron catalizadoras para la experiencia de reconocimiento de las ancestras. Chandra Santiago, así narra sus experiencias:

Aprendiendo y recordando porque somos memoria, somos espíritu y somos memoria tal vez muy ancestrales, o nosotros mismos cargamos a nuestros ancestros, entonces que también me pasa mucho cuando tomo medicina sagrada, pues como que a mi espíritu le llega ese mensaje de que somos desde antes, y que regresamos por la responsabilidad del amor y enseñarle a la gente a respetar la vida ya continuar con el rezo de los abuelos.³²⁰

³¹⁸ Entrevista con Claudia Gómez. Mayo, 2014.

³¹⁹ Canto Nubia

³²⁰ Entrevista con Chandra Santiago. Julio, 2014

La invocación de las ancestras en los círculos femeninos, fue necesaria para la guía y la contención del ritual, para la sanación del linaje femenino, para reconocerlas y reconocer la propia vida. Nubia Rodríguez, en la carpa lunar de Casa Lunai, explicó cómo las ancestras “están vivas” en nuestro cuerpo, así dio las instrucciones para invocarlas:

Traigamos a nuestras madres, nuestras abuelas, nuestras bisabuelas con todas sus historias, a todas las tatarabuelas, choznas y más atrás y ¿Por qué las vamos a invitar acá? porque aquí están en nosotras pero necesitan sentir que las miramos, que las necesitamos, que ellas tiene derecho a la palabra, tienen derecho a una carpa roja, que ellas están vivas en nosotras en la medida que nosotras sentimos nuestra presencia viva de nuestro útero.³²¹

Las mujeres invocaron y honraron a las ancestras para sentirse acompañadas en este transitar de la vida. Para recibir su instrucción y sus bendiciones. A continuación una oración que compartió una comunidad femenina en su Facebook:

Ayúdame madre mía...
Ayúdenme ancestras...
Ayúdenme a ser entera
Denme la fuerza, para abrir mis alas y volar, cumplir mis sueños, vivir mi vida.
Ayúdame diosa mía...
Ilumina mi sabiduría guía mis pasos...estoy a siegas, estoy naciendo...y duele, duele el cambio...duele el querer emerger a un mundo nuevo...
No tengo nada, estoy vacía, solo tengo estas manos que escriben en la sombra de un yo
Tengo una necesidad de expandir mis alas y volar...ser yo, mariposa, mujer alada cubierta de sueños y no encuentro caminos...sé que los hay...
Por ello madre mía, diosa mía ilumina mi entendimiento, abre los cerrojos para tu hija y dame el sentido de comprender el lenguaje de las estrellas.
Que se abran los caminos para mi plenilunio.³²²

En la Segunda Carpa en Casa Lunai, Nubia invitó a hacer un canto, meditación, danza e invocación de las ancestras conectadas con el útero, aquí un fragmento del audio de aquel momento:

³²¹ Nubia Rodríguez, Segunda Carpa Lunar, Casa Lunai, Guadalajara,

³²² Post de facebook de la comunidad “El círculo de la Bruja”.

<https://www.facebook.com/lists/10151928366144880>. En línea Marzo, 1014.



QR 3. Invocación a las Ancestras Nubia Rodríguez. Junio, 2014.

<https://soundcloud.com/gixsela-vald-s/mis-abuelas-viven-en-mi-nubia-rodriguez>

Nubia comparte la visión de que la conciencia viva con las ancestras a través del cuerpo permite que estén vivas para poder sanar, oportunidad para crear una “nueva conciencia”.



Recorte de pantalla 6. Imagen alusiva a las ancestras. Se desconoce autor.

Así mismo, en la ritualidad femenina, también están presentes simbólicamente la Madre Tierra y la Abuela Luna en los linajes femeninos, como lo explica este escrito que Miriam Benítez publicó en el Facebook de la comunidad Tribu de Mujeres:

Cuentan las mujeres de conocimiento, las sabias ancestras que cuando deseamos conectar con nuestra Madre Espiritual, nos basta MIRAR A LA LUNA, permitiendo que con su silencio nos toque, nos acune. ¡Y así, el corazón se expande!
Madre Biológica primera espiral,
Madre Tierra segunda espiral,
Madre Luna tercera espiral, que acuna
y protege nuestra placenta espiritual.
Abuela luna TE MIRO, con mis aguas ME CONECTO, con mi rezo TE CLAMO EN MÍ y en mis relaciones TE VIVO, con mi sangre TE HONRO, con mi humanidad ME OFRENDO. ³²³

El reconocimiento de la Tierra y la Luna como entes, como seres, como madre y abuela, ofrece protección, guía y acompañamientos para los procesos y la vida de las mujeres. Las

³²³ Citado de Mujer Espiral, Mujer Lunar. Agosto, 2014.

mujeres encarnaron los vínculos significativos aportando sentido y guía orientacional para la vida, aportando conexión y contención de los lazos femeninos y cósmicos.

3.3.2. Sanar la historia

Honrar a mi linaje de ser mujer, a mi madre,
abuelas y a todas esas ancestras que nos han precedido,
que nos han dejado toda esa información,
liberar todo el dolor acomunado que está en el útero de las mujeres,
que es ahí en donde la sangre es transformada en sabiduría infinita.
Catalina Hérdez.

La espiritualidad femenina da sentido a las historias negativas que han sufrido las mujeres como resultado del patriarcado. El vínculo con las ancestras es para traer su presencia y darles la oportunidad energética y simbólicamente de sanar lo que ellas no pudieron. Esas historias de represión, dolor y sufrimiento las tenemos encarnadas en nuestro vivir. Lizette Mercado así describe este proceso psíquico/corporal en las mujeres:

A veces no estamos conscientes de que nuestras mujeres se fueron de este plano sin resolver y a veces cargamos con esas lealtades, de yo como la abuela soy pobre, yo como tu tatarabuela soy sumisa o no defiendiendo mis derechos, a veces hacemos lealtades de manera inconsciente, son lealtades que se van pasando de generación en generación.³²⁴

En la ritualidad femenina, las mujeres reconocieron los patrones negativos, las memorias de dolor y enfermedad, para sanar sus propias memorias negativas. Las mujeres encontraron que honrar y (re)conocer a las madres y abuelas, les permite “soltar patrones”, “aligerar cargas”, “tomar poder para cambiar la propia realidad”. Chandra así narra el poder simbólico de reconocer a las mujeres antecesoras:

Algo muy importante que me ha enseñado el círculo, es siempre traer en nuestros rezos a nuestras abuelas y nuestras madres y esas mujeres que vivieron antes que nosotras porque así uno les da ese lugar, y las honra y quita todo ese lastre de tristeza y de quema de brujas y todo ese lado como que lo limpia y eso me quedó bien claro este fin de semana, con esto que nosotras estamos haciendo y el ser consciente limpiar todas esas memorias, que tal vez, (ellas) no vivieron lo que nosotros estamos viviendo, ellas fueron tachadas, pero entonces nosotros somos bien conscientes y rezamos por ellas y nos plantamos bien y como que limpia, es como una estela de ya se acaba ese era y empieza esta era de amor de conciencia y de resurgimiento de luz y amor para la mujer.³²⁵

³²⁴ Entrevista con Lizette Mercado. Mayo, 2014.

³²⁵ Entrevista con Chandra Santiago. Julio, 2014.

Es vital no negar la violencia, los aspectos por los cuales las mujeres estamos heridas y dañadas, es vital hablarlo, expresarlo, nombrarlo, para liberarnos y no seguir reproduciendo las (auto)violencias. Claudia Gómez así da la explicación del propósito de la “Bendición de útero” a las mujeres presentes en la meditación, aquel viernes de mayo del 2014:

Es una meditación fuerte, se van a dejar llevar en el viaje pero no retengan nada, van a ver memorias, quizás ancestrales que se remuevan en ustedes, porque a eso venimos, a sanar, a recordar esa memoria que cargamos ancestralmente y vamos a venir a recordar una energía que también como mujeres ha sido muy castigadas en la historia de la mujer que es nuestra energía sexual, que ha sido castigada por es el sistema patriarcal que nos dijo que no debíamos de ser sexual, que no debemos de gozar de nuestros cuerpos, que nos debemos de avergonzar de nuestras vaginas, de nuestras vulvas, que así ni las nombramos, que nos debemos de avergonzar de nuestra sangre menstrual y de todo nuestro aparato reproductor, no nos tenemos que avergonzar y hoy venimos también a recordar eso.³²⁶

Las mujeres se sensibilizaron ante las prácticas de reconocimiento de las ancestras; gracias a estas experiencias, algunas mujeres expresaron haber sentido (en su propio cuerpo) el dolor de sus ancestras, como una mujer que compartió: “sentí en la garganta lo que mi abuela no pudo compartir, y me quedó muy claro lo que ella no pudo decir y llorar”. Sanar la historia y las memorias de los linajes femeninos, va en el sentido de reconocer a las ancestras, expresar el dolor para resignificar, soltar lealtades y revitalizar la propia vida.

Honrar a las ancestras permitió a las mujeres hacer conscientes los patrones y cambiarlos, comprometerse para construir su vida en otros términos que las mujeres de su linaje. Las mujeres a partir de reconocer y honrar a sus ancestras tuvieron la fuerza, la claridad y el compromiso de transformar y dirigir su vida. Después del trabajo profundo psíquico/energético de honrar y reconocer a las ancestras, las mujeres encarnaron sabiduría, fuerza y poder para crear su propio destino.

Nadia Ávila, narra cómo el vínculo que estableció con su linaje materno y sus ancestras ha sido la fuerza, la voluntad y el rezo que guía su vida y su labor en la conciencia femenina y en el movimiento de espiritualidad femenina/feminista en Guadalajara, aquí el audio cuando nos compartió su palabra emotiva en la segunda Carpa Roja en Casa Lunai:

³²⁶ Claudia Gómez en Círculo de mujeres, centro Tlazokamati, mayo 2014.



QR 4 Audio Nadia Ávila, Las Ancestras Junio, 2014.

<https://soundcloud.com/gixsela-vald-s/las-ancestras>

3.3.3. Dejar el trabajo, reencontrar la labor

Decide lo que es sagrado para ti y pon lo mejor de tus energías vitales a su servicio. Haz que ese sea el centro de tus estudios, de tu trabajo, la prueba para tus placeres y tus relaciones. Nunca permitas que el miedo o el anhelo de seguridad te separen de tu camino
Starhawk

Cuando flexionemos nuestros músculos económicos, mentales y físicos y pongamos nuestro dinero y nuestra energía donde están nuestros ideales, el mundo cambiará de modos que reflejen nuestra sabiduría femenina innata, que tiene la capacidad de beneficiar no sólo a las mujeres, sino también a los hombres, los niños y los demás seres vivos de este planeta.
Christiane Northrup.

Reconocer una misión y realizarla es uno de los aspectos de la individuación humana, proceso de ser auténtico con uno mismo, de hacer un camino que surge del corazón o de la vida elegida. La idea de reconocer una misión cuando ésta llega, crece a partir de encuentros personales con gente cuyas vidas y “misiones” son congruentes, genuinas y están implicadas en el servicio (Bolen, 2014). Asumir la misión es un trabajo desde el alma. Las mujeres en círculo reconocieron su misión al conocerse y conocer a otras mujeres y otras cosmovisiones. Como parte de los procesos de autoconocimiento, sanación y autonomía, el deseo en las mujeres por tener otros estilos de vida, las llevó a cuestionar y estar en discrepancia con sus actividades laborales. Las mujeres iniciaron procesos de conciencia reflexiva en torno a su rol y a su trabajo. Algunas mujeres adquirieron un pensamiento crítico al sistema capitalista, encontrando que las mujeres nos hemos visto “masculinizadas” para “encajar en el sistema masculino”, rechazando y negando lo femenino. Las mujeres en estos procesos de encarnar otros estilos de vida, dejaron sus trabajos y encontraron su misión, se dedicaron a hacer labor congruente a sus deseos, a su ética, a su cosmovisión. Con tensiones y contradicciones propias de los procesos de transformación, las

mujeres cambiaron sus actividades laborales y económicas para dedicarse a otras labores acordes con su (nueva) conciencia.

Para Karina Fuentes, el obtener el recurso económico “ha sido un paradigma muy fuerte en esta transición”, ella se dedicó a vender productos ecológicos, con el objetivo de compartir lo que le puede ayudar a la gente y que no dañe al planeta, ella ve su actividad laboral como “un servicio”. Areli Fraga³²⁷ decidió salirse de trabajar por la valoración de su tiempo, por una necesidad de tener tiempo para sí misma y para sus hijos. Edna Martínez,³²⁸ de ser una mujer exitosa como productora, renunció porque ya no era feliz en ese trabajo, transformó sus prácticas de consumo para comprar lo básico y poderse dedicar al área de la salud holística. En este sentido, las nuevas actividades estuvieron guiadas por un compromiso consigo mismas, con las demás mujeres, con el planeta. Chandra refleja su ética en la labor que realiza y desea realizar a futuro:

Me gustaría tener un centro, un espacio, una escuelita, tal vez de artes terapéuticas, de artes en general pero también me gustaría generar para otra gente y pues por el lado creativo. Me gustaría tener una escuela para hacer arte, para generar en los niños que ahorita ya no les enseñan nada, se está perdiendo, generarles el contacto con la tierra y el respeto, generar cosas y que trascienda para otros no nada más para mi beneficio. Mis pinceles también, que es como una forma de compartir con amor y me gusta pintar lo que hagan sentir bien, voy a pintar este mandala porque el mandala representa los cuerpo etéreos o la concentración... les compartes a las personas visualmente un bienestar, por eso me gusta pintar muchos mandalas o cosa coloridas para que les levante el ánimo y compartir eso que es lo que sé hacer, que mis manos sean mis herramientas y siempre encaminadas hacia lo más colorido y amoroso. Como yo ahorita estoy haciendo jabones artesanales, pero mi ideal es tener mi huerto mi siembra y yo misma hacer las esencias y cultivar mis propios ingredientes.³²⁹

En esta transición las mujeres rompieron paradigmas en torno al dinero, a la abundancia, al tiempo, para ampliar la perspectiva con conciencia ecológica o ecofeminista hacia lo trascendente de la labor humana y la abundancia *divina* de recursos. En el discurso de las “nuevas” prácticas laborales y económicas, se contempla una nueva relación con el dinero, en donde no es excluido, sino al contrario, “es permitido cobrar” por lo que las mujeres hacen, ya que muchas de ellas comenzaron haciendo “servicio”. Así, las mujeres revaloraron sus

³²⁷ Areli trabajó en la asociación civil con ideología feminista Centro de Apoyo para el Movimiento Popular de Occidente, CAMPO AC.

³²⁸ Edna fue administradora, trabajó por 30 años en Recursos Humanos, estudió por 13 años publicidad, su último trabajo fue como productora. Tiene 22 años practicando la (auto)sanación holística.

³²⁹ Entrevista a Chandra Santiado, Julio 2014.

actividades de servicio, de sanación, de creación, para convertirlas en su forma de vida y generar recursos.

En el vínculo encarnado con lo divino, las mujeres *trabajan* para la divinidad, para la Diosa, para la Tierra, así también ellas piden y se encomiendan para recibir “la abundancia que a cada una le corresponde”. En este caso, se vira el valor de la lógica mercantilista, ahora la vital importancia reside en la labor, la urgencia de “armonizar”, de “sanar”, de “equilibrar”, llevando a cabo la misión, y según esta cosmovisión, cuando las mujeres se alinean a su misión, a la transformación y sanación, al “mandato de la Diosa”, la abundancia se hace presente en la vida de cada una.

Edna me comparte que en este proceso de “salir adelante desde lo femenino”, independizándose laboral y económicamente, se encomendó a la Diosa Vesta, para levantar su nuevo hogar y su nuevo estilo de vida. Así también, las experiencias con plantas sagradas fueron decisivas para que las mujeres encontraran y continuaran con su misión, como Luz Herrera, que en las ceremonias de Yopo, vio con claridad su misión en relación a continuar con el proyecto de arte comunitario en el que participa, su trabajo como aportación “respecto a ese plan maestro de amor”.

Las mujeres a las que entrevisté, llevan a cabo diversidad de actividades que les remunera recursos económicos. Christel es maestra de danza, terapeuta reiki, hace sanaciones de útero, hace chocolate, pomada de cannabis, hacer tinturas y aceites para masajes, convoca a talleres, círculos y ceremonias. Luz hace video, corrección de estilo, traducciones, trabaja en una galería, hace diseño de ropa, hornea pan de plátano. Rocío Sánchez es psicóloga Gestalt y ofrece terapias alternativas, reiki, energía universal, de regeneración celular, cristaloterapias, armonizaciones, es maestra de desarrollo humano en una secundaria y estudia la maestría en educación. Chandra labora en la asistencia técnica de un teatro y realiza máscaras y escenografías, da talleres de arte para niñ@s, tiene una microempresa jabonera y pinta con temáticas de plantas, mandalas y lo femenino.

También sucedió que las mujeres organizaron bazares y jornadas de salud para reunirse y poner a la venta sus productos y servicios con una comunidad más amplia. En seguida muestro una invitación a un evento de círculo de mujeres productivas y creativas, llevado a cabo en la ciudad.



Recorte de pantalla 17. Post de Facebook de la comunidad Psicoalterna. Guadalajara, Diciembre, 2013.

Así mismo, varias mujeres se encaminaron en la labor de la conciencia femenina, se dedicaron a vender alternativas menstruales, a convocar a círculos y ceremonias, a sanar a las mujeres. Paw Orozco, después de vivir la experiencia de un parto prematuro en su casa, tuvo la conexión con la sabiduría del cuerpo y crea la comunidad “Rebozo Unifica” como una necesidad de llevar a cabo su misión y ganarse la vida; ella hace círculos de “mujeres rebozantes” para sensibilizar a las mujeres en la sabiduría corporal y el vínculo madre/hija. Andrea Ibarra es promotora de la copa menstrual Lunacup, su rol fue expandir en sus círculos cercanos lo que representa la copa menstrual y el trasfondo que hay que es el autoconocimiento del cuerpo, también participó en el área creativa y pedagógica de Lunacup y colaboró en proyectos de autoconocimiento femenino y menstrual de la colectiva IxChel, su tiempo libre lo dedicó al activismo menstrual.

Lizette Mercado, cuando estaba en Canadá certificándose en Danza Kundalini, al bailar y activar el segundo chakra tuvo contacto con su cuerpo, con su sexualidad, con la historia de su mamá, de sus abuelas, de todo su linaje, reflexionó que era muy afortunada porque estaba viviendo otra historia, y se dio cuenta de la vivencia de la sexualidad de las mujeres de Canadá y la represión que hay en México, “represión en cuanto a lo femenino y en cuanto ver lo femenino como algo sagrado”, desde ese momento Lizette se comprometió con la sanación y el trabajo

con las mujeres, ahora ella es “sanadora energética”, facilitadora de danza kundalini,³³⁰ es *Diksha Giver*,³³¹ es *Moon Mother*,³³² estudió chamanismo con un maestro indio nativo en Canadá. Por su parte, la labor de Beatriz Andrade es acompañar a las mujeres “a darse cuenta del poder que tenemos y la responsabilidad que tenemos”, esto lo hacer como psicoterapeuta, como docente, como escritora. Es creadora de un taller de espiritualidad menstrual en la ciudad de Guadalajara y en el momento de la entrevista tenía dos blogs activos de espiritualidad menstrual y círculos de mujeres. Claudia Gómez se dedica a ser “mamá de tiempo completo” y a la sanación, a las terapias, es instructora de yoga, da reiki, terapias individuales, talleres y cursos grupales; ha viajado 14 años en Europa, Argentina y Chile llevando la “medicina ancestral”. Paulina Oviedo también es mamá, hace ceremonias de ayahuasca, peyote, san pedro, es temazcalera, también borda, pinta, canta, tiene su proyecto internacional “Mujeres de Luna: Cantos, conocimiento y orígenes”, que compila, crea y comparte cantos sagrados.³³³

Sucedió que las mujeres que se dedicaron a sus procesos de transformación y sanación, llegó un momento en sus vidas que “las cosas se dieron” para facilitar círculos de mujeres o sanaciones femeninas. Fue su camino de sanación que las posicionó como sanadoras, guías, educadoras o promotoras. Jimena Chalchi me narra cómo ella llegó a construir su proyecto de Yetzli: educación gyn-ecológica y creó la primera marca de copa menstrual mexicana.

Yo no entré a estudiar la salud de la mujer por querer dedicarme a cuidar a las mujeres, yo tenía que dedicarme a curar muchas cosas de mi ser mujer, poco a poco me fui aceptando como mujer y me metí muy fuerte a este tema de la fertilidad consciente y me di cuenta que la fertilidad es una gran herida que tenemos las mujeres, porque es como la base sobre la cual se sustenta el patriarcado. Cuando yo regresé a México, yo estaba buscando trabajo y después de lo que sabía y había vivido era muy difícil que me adaptara a un trabajo que no tenía nada que ver con todo esto, no puedo trabajar para alguien que está en otra cosa, porque yo ya había hecho mis votos con la naturaleza, con la tierra, de trabajar para la tierra, para el bienestar de la tierra, y el bienestar de las mujeres y como no había nada en México, pues me la tenía que montar yo y pues daba cursos, pero en el curso irremediamente salía el tema de la menstruación y ¿Cómo le hago? eso fue hace ocho, nueve años y no se conocía mucho de las copas menstruales ni de nada de eso, yo donde más fuerte lo escuché fue en Europa y en EU, allá son más abiertos y yo traía este conocimiento y empecé a buscar quién vendía, quién movía estos productos para poderlo ofrecer a las chicas que iban a los cursos, me di cuenta que no había nadie y monté Yetzli que quiere decir sangre nueva, y la idea de ese nombre es traer una nueva energía a resignificar todo lo que es nuestro proceso de la menstruación. Y monté la empresa de

³³⁰ Danza energética que activa los chakras.

³³¹ Persona-canal para dar una bendición que permite limpiar y desbloquear; permite “más rápido el despertar de la conciencia”.

³³² Mujer que canaliza la energía de la luna para dar la bendición y la sanación del útero al estilo Miranda Grey.

³³³ <http://mujeresvocesdeluna.blogspot.mx/> y <https://soundcloud.com/mujeres-de-luna>.

Lunacup, mi idea era vivir de eso, no nada más ser buena samaritana, fue un negocio que me alegra mucho!³³⁴

Jimena, crea el proyecto educativo Yeztli para hacer una red de promotoras de la salud femenina y vendedoras de la copa menstrual, ella creó su negocio para “dar un ejemplo y vivirlo en vida propia y gozarlo, gozar que realmente cada gota de tu esfuerzo esté dedicado a la Tierra y a la mujer y a la belleza de la Diosa, de lo divino”.³³⁵ Jimena, busca romper con el miedo que tuvo ella y que tienen muchas mujeres por no poder “salir adelante” laborando y haciendo actividades que se empatan con el deseo, la misión de vida, con lo divino. Las mujeres aseguran que la fuerza, la voluntad y el poder de transformación están dentro de cada mujer, Edna Martínez, en el foro de “Mil Mujeres despiertas” invitó a las mujeres presentes a llevar a cabo sus metas, y a transformar(se):

En los círculos con las abuelas he conocido de esta energía de la Diosa, y pues la Diosa es actual y te invito a que te mires como Diosa, te mires como Dios, con capacidad de acceder y transformar toda la realidad que no te gusta en algo bello, llevar toda la energía cósmica y comenzar para llevar a cabo tus metas, tener un negocio, eso no está peleado, porque la economía también necesita sanarse. Cada caminar, cada viaje interno es medicina. Haz que tu corazón te guíe, por un mundo mejor, ¿Qué haces hoy por este planeta?³³⁶

En esta búsqueda de misión las mujeres trabajaron en “ellas mismas” y se encontraron compartiendo sus experiencias, conocimientos y saberes, se (re)conocieron compartiendo su medicina con los demás. Las mujeres se fortalecieron y sanaron sus procesos de vida, para ahora dedicarse al servicio planetario. Ana Tere Lahak, así expresa esta interrelación de su misión y la de otras mujeres para el presente y el futuro de la humanidad:

Lo que a mí me mantiene, es la certeza de que es mi misión, no importa nada más, porque lo estamos haciendo por amor a la Madre, por amor a nosotras mismas, porque lo estamos haciendo para dejarles una mejor tierra a mis nietas, van a tener un mundo mejor.³³⁷

Las abuelas son las mujeres que dedican su vida a compartir sus saberes, su conocimiento, su presencia; las abuelas y otras mujeres jóvenes con un fuerte compromiso por la sanación y la transformación, son las mujeres medicinas de nuestra era.

³³⁴ Entrevista con Jimena Chalchi. Julio, 2014.

³³⁵ Entrevista con Jimena Chalchi. Julio, 2014.

³³⁶ Foro en el Tercer encuentro de Sabiduría Ancestral “por mil mujeres despiertas”. CUCSH, marzo, 2014.

³³⁷ Ana Tere, Evento “Por mil mujeres despiertas”, Centro Universitarios de Ciencias Sociales y Humanidades de la U de G (CUCSH) Marzo, 2014.

AUDIO



Código QR. Canto Mujer soy

<https://soundcloud.com/patricia-karenina-casari/mujer-soy-mujer>

3.3.4. Mujer Medicina

Una Mujer Medicina que no consigue equilibrio, responsabilidad y ser consciente puede suponer un desastre para toda la comunidad, porque el poder de la mujer es grande, y cuanto más desarrolle la disciplina y la devoción, más aumentará su poder.

Las mujeres que siguen este camino tienen que ser interiormente seguras, estar profundamente preocupadas por la vida espiritual del planeta y ser capaces de sacrificar su trabajo y su ego por el bien de la comunidad.

La ley espiritual básica que la mujer aprende en el camino es que la aspirante a chamana da y da mucho tiempo antes de recoger, aunque sólo sea poco, y todo lo que obtiene de su duro esfuerzo y pruebas personales lo tiene que utilizar en alimentar y fomentar la vida.

El Camino Sagrado De La Mujer. Las 7 Etapas
Tribu Lakota

La Mujer Medicina es tan antigua como la raza humana. Mujeres sabias, poderosas, con autoridad para las decisiones del rumbo de la tribu. El patriarcado sofocó las prácticas y conocimientos de las mujeres como mecanismo para la sumisión, al grado de que hoy en día carecemos de una identidad femenina en el orden simbólico/social. El movimiento mundial de las mujeres busca que las mujeres identifiquen y vinculen su poder a los propios hechos vitales, los de l@s otr@s y los del mundo. El movimiento de espiritualidad alternativa y femenina busca que las mujeres retomen su poder, reconozcan sus capacidades y revitalicen sus saberes.

La espiritualidad femenina contemporánea la realizan las *nuevas* mujeres medicina, mujeres de diversas edades que emprenden un camino, un estilo de vida, disciplina acética de trascenderse a sí mismas. Las mujeres revitalizaron poderes, reconocieron sensibilidades, hicieron florecer sus dones. Las prácticas discursivas del movimiento espiritual femenino, describen y reconocen a las mujeres medicina que en estos tiempos están emergiendo. Las

mujeres que se acercan y encarnan la espiritualidad femenina se transforman en mujeres medicina.

De muy diversas formas las mujeres empiezan sanándose a sí mismas; los autosabotajes, las debilidades, los miedos, son parte de las tensiones y contradicciones del proceso de convertirse en mujer medicina, los círculos de mujeres fueron espacios para nombrar las dudas, las victimizaciones, lo que impide convertirse en mujer medicina. Los discursos van en que “todas somos mujeres medicina, todas tenemos medicina para las demás, porque nuestra propia vida y nuestro propio estar es medicina” como dijo Norma Emilia, en Mayo del 2014 en su círculo de mujeres.

Las sensibilidades y saberes adquiridos son “sabiduría al alcance de todas”, el deseo e interés condujo a las mujeres a especializarse en conocimientos de la sanación y la ritualidad. Conocimientos, disciplinas y prácticas que las mujeres fueron desarrollando para crear “su propia medicina”. Las mujeres maduraron poderes, sensibilidades y conocimientos en el campo de la ciclicidad, las plantas, los animales, los cristales, las estrellas, la luna, la curación. Las mujeres medicina trabajan con la sustancia y la energía del cuerpo/ser/tierra/luna. Con sus conocimientos, intuición, canto y oraciones, las mujeres intervinieron e intervienen para armonizar, equilibrar y sanar.

En la ciudad de México existe una formación de nueve meses para ser nombrada “Mujer Medicina, Guía y Terapeuta en Sexualidad Sagrada y Empoderamiento Femenino”³³⁸; al término del diplomado las mujeres comprometidas con su proceso de formación y sanación, son “iniciadas” en la labor de ser mujer medicina. Zuhari Mk,³³⁹ una de las creadoras de este diplomado y guardiana de la Carpa Roja Tlalnepantla, Estado de México, escribe sobre el proceso de convertirse en Mujer Medicina:

REALMENTE TODAS SOMOS MUJERES MEDICINA

Querida amiga, querida hermana, querida mujer, hemos sido creadas con un gran poder dentro de nosotras el cual no proviene desde el decreto de ser mujeres guerreras ni mujeres que luchan, ese gran poder proviene desde nuestra alquimia femenina, y radica en nuestros ovarios, esa energía que nos hace mujeres alquimistas recorre nuestro útero, nuestros senos, nuestro corazón, nuestra mente, nuestros labios, nuestras manos, nuestros pies, y todo nuestro cuerpo templo, este poder es la medicina sagrada que contenemos cada una de nosotras y que cuando nos decidimos a emprender el camino de la sanación, descubrimos la bella y valiosa medicina que hay en nosotras mismas, nos damos cuenta durante el proceso del despertar y del renacer que SOMOS MEDICINA y más profundo aun, SOMOS NUESTRA PROPIA MEDICINA, podemos llevar una vida carente de salud, y no solo me refiero a la salud física si no a la salud espiritual, la salud emocional, la salud de fecundidad y prosperidad, podemos pasar la vida

³³⁸ Ver Anexo 1. El plan de estudios de la formación del diplomado y un fragmento del directorio internacional de Mujeres Medicina egresadas.

³³⁹ Actualmente Zuhari Mk imparte “Formación En Sexualidad Sagrada Y Empoderamiento Femenino, Iniciación De Mujeres Medicina, Sacerdotisas De María Magdalena” y convoca al “Retiro Mujer Guerrera Mujer Amante Renaciendo Desde El Útero De La Madre” en Guadalajara, Chiapas, Colombia, Argentina, Barcelona y Madrid.

quejándonos, sufriendo, llorando, luchando, guerreando, sintiéndonos carentes, viviendo en el enojo y la ira de la lucha constante de la mujer guerrera que nos lleva a una soledad insana.

Pero llega el momento en la vida de toda mujer en que descubrimos en algún proceso fuerte e intenso de nuestras vidas que tenemos que hacer algo por una misma, que debemos generar cambios para nosotras mismas, nos encontramos insatisfechas y carentes sintiendo un gran vacío, una gran soledad, una tristeza y depresión profunda una carencia de sueños e ideales, y es ahí cuando comenzamos a dar a luz a nuestra mujer medicina, pues nos damos cuenta que nosotras mismas podemos transmutar todos esos sentimientos, y es ahí y solo ahí donde empieza la iniciación de la mujer medicina, REDESCUBRIÉNDOSE a cada instante, en cada respirar, en cada Amanecer, en cada atardecer, y en cada anochecer, en una caminata por el bosque, mojando los pies en un río, o contemplando las olas del mar, asimilando y aceptando que nuestro ciclo menstrual es un proceso puramente natural el cual no hay que ocultar, limpiando los tabús y mitificaciones de sufrimiento, dolor y castigo que lleva implícita nuestra sangre lunar, en los momentos de introspección, de reflexión, de meditación, en los momentos de gozo, de risa, de gestación de sueños e ideales comienza nuestro proceso de auto sanación, siendo mujeres medicina para nosotras mismas, para nuestra alma, para nuestro cuerpo templo, respirando, Soltando, asimilando y agradeciendo y una vez vivido el proceso de nuestra propia iniciación siendo nuestra propia Mujer Medicina, el brillo a nuestros ojos retorna encontrándonos en la pureza de nuestra mirada y en la vitalidad de nuestra sonrisa, y justo ahí tendremos el empoderamiento para ayudar a mas hermanas a encontrar su propia medicina.

Tu y yo, las doncellas, las madres y las abuelas, cada una viviendo sus propios ritmos de vida SOMOS MUJERES MEDICINA, solo es momento de darle vida retornando hacia las profundidades de nuestro ser, y recobrar nuestra propia esencia que es naturalmente pura y salvaje, libre, amorosa, fuerte, valiente desde el amor y no desde la lucha, felina, femenina, mujer gacela o loba que aúlla.

Nos abrazo con amor de corazón a corazón.³⁴⁰

Zuhari entreteje las dimensiones del proceso de convertirse en mujer medicina. Las mujeres que participaron en esta tesis, emprendieron diversos procesos de autoconocimiento, empoderamiento, iniciación y práctica de lo que es la Mujer Medicina, aquella que cura por sus conocimientos y su presencia. El estilo de vida de una *mujer que sabe* y cura, exige una disciplina psico/emocional/espiritual que les permite alinearse en congruencia con su *self* encarnado. Las mujeres medicina iniciaron su proceso siendo su propio canal de sanación, comprendieron, soltaron y sanaron su pasado personal y del linaje materno, en lo personal y en colectivo; desarrollaron el amor hacia sí mismas y a todo lo que posee vida, confiaron en su intuición, aprendieron a sentir y escuchar a su propio cuerpo, su útero/corazón, su ciclicidad. La conexión con el cuerpo fue primordial para ser mujer sanadora, porque es ahí en donde reside el poder y el conocimiento. Así lo expresa Nubia a las mujeres antes de entrar al temazcal de luna:

La esencia de nuestro útero está esperando ser escuchada, tu útero es un ser espiritual que permanece perene en nosotros, es un ser vital, es la fuente de la vida, es un portal cósmico, es un canal que viaja en el tiempo es más que eso tan corto que pensamos. Esto no es para crecer el ego, es para apropiarse el aplomo de ser mujer, esto es para asumir tus cualidades, es para despertar tus dones, para despertar la sacerdotisa, la mujer sabia, la mujer que sana, la mujer que guía, que se adueña de su vida, de su belleza, de su candor, de sus sencillez, de eso que eres, única!³⁴¹

³⁴⁰ Zuhari Morgana Kalipso. <https://www.facebook.com/carpas.rojas.mexico/posts/1764420910452433>. Consultado en Febrero del 2016.

³⁴¹ Nubia Rodríguez, Segunda Capa Roja. Junio, 2014.

En el proceso de encarnar la medicina y la sanación, la vida acética tiene sus recompensas y gozos, las mujeres reciben fortaleza, claridad e instrucciones para llevar a cabo su labor como mujeres guías, mujeres sanadoras. Paulina Oviedo, explica con sus palabras la impecabilidad del trabajo espiritual congruente y el uso de los objetos de poder:

porque el instrumento es para hablar del corazón, entonces es una disciplina sagrada que una debe de tener con esos instrumentos, también te están mirando, miran la impecabilidad en ti; te van a regalar un canto, te van a regalar un rezo, una bonita palabra.³⁴²

Por su parte, Rocío Sánchez describe claramente el vínculo entre el bienestar personal y el efecto social que implica que las mujeres se sanen a sí mismas:

Si yo estoy bien, estoy contenta, tengo más capacidad de contactar con mi amor, con la compasión, con la bondad, con la paz, con la serenidad, y entonces eso llevo a mi trabajo, con mis vecinos, con los extraños, eso llevo a todos lados, y se va creando un efecto dominó y entonces la gente te empieza a buscar, te quieren platicar, te quieren preguntar, a veces nada más quieren estar contigo y eso es bueno; si alguien encuentra en ti apoyo, refugio, o algo que ni sabes qué es pero es bueno, es un beneficio social. Desde ese trabajo personal generamos ese impacto en la sociedad y entre más miembros de la sociedad estemos en armonía y en el centro, entonces vamos a tener una mejor sociedad, con más justicia, con más abundancia real donde todos damos y todo recibimos, con salud física, con salud emocional, con realización, con plenitud, con creatividad, con belleza, con armonía, *Abol*.³⁴³

Las prácticas discursivas de las cosmovisiones de la espiritualidad alternativa, nombran a las mujeres como las actrices principales del cambio social y planetario; son las mujeres las que pueden sanar la Tierra,³⁴⁴ como lo expresa este post de Facebook que cita una profecía de la mujer nativa americana:

³⁴² Entrevista con Paulina Oviedo. Diciembre, 2014.

³⁴³ Entrevista con Rocío Shekinah, Junio, 2014.

³⁴⁴ La relación acrítica mujer-naturaleza señalada por los feminismo, aquí adquiere relevancia cuando las mujeres eligen explorar esta relación, cuando accionan su agencia para encontrar marcos de sentido y acción. A las mujeres les queda la labor de (re)tejer los vínculos materiales y espirituales de la relación mujer/naturaleza con gozo y agencia.



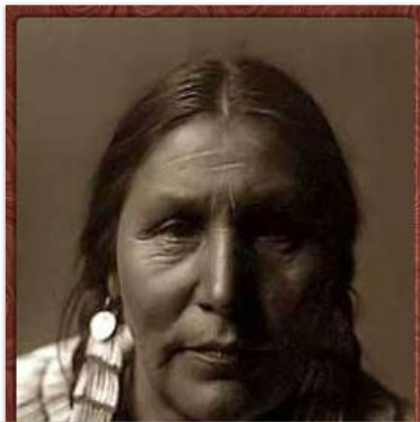
Trece Lunas: Energía Divina Femenina

Hace 18 horas

"Debemos trabajar con las mujeres para ayudarlas a sanar su dolor. En estos tiempos venideros debemos aprender a ayudar a las mujeres a recuperar su Poder. Si ellas no reclaman su poder, se nos dice, el mundo estará perdido. Porque los hombres ya no actúan como tales, no se comportan como hombres nobles ni dignos, y no llevan las palabras de la Divinidad cerca de su corazón. Son las mujeres las que les recordarán quienes son. Porque ellas llevan viviendo muchos miles de años sabiendo quienes eran, pero sin que nunca la verdad pudiese salir de sus bocas. Cuando las personas abandonaron el buen Camino Rojo, y comenzaron a caminar por la franja negra del camino (calles, autopistas, ferrocarriles) a las mujeres se las reprimió porque ellas advertían a los hombres que estaban errando el camino.

MUJERES: SANAD A LAS MUJERES, ENTONCES ELLAS PODRÁN SANAR A SUS HOMBRES Y JUNTOS PODREMOS SANAR A LA TIERRA..."

-Profecía de una anciana india séneca-



Recorte de pantalla 18. Post de Facebook de la Comunidad Española "Trece lunas: energía divina femenina". Agosto, 2014.

La profecía de la espiritualidad femenina habla del tiempo del despertar de las mujeres, de las sacerdotisas, en el sentido, de activar su poder y sus dones para consigo mismas, para las mujeres y la Tierra. En la cultura creativa de la espiritualidad femenina de habla hispana, circula una canción que fue solicitada para ser usada en círculos de mujeres, para despertar la fuerza de lo femenino, así dice la letra:³⁴⁵

Reloj de campanas tócame de prisa para que despierte la sacerdotisa
Reloj de campanas tócame las horas para que despierten las mujeres todas
porque si despiertan todas las mujeres irán recordando sus grandes poderes,
invocando siempre los cuatro elementos que canten y dancen llenas de contento
porque de sus hijas ella necesita reloj de campanas tócame de prisa.
Reloj de campanas tócame de prisa para que despierte la sacerdotisa
Reloj de campanas tócame las horas para que despierten las mujeres todas
porque si despiertan todas las mujeres irán recordando sus grandes poderes,

³⁴⁵ La versión libre de la canción tradicional *Reloj de Campanas*, ha sido interpretada por el cantautor colombiano Camilo Urbano <https://soundcloud.com/cantosmedicina/la-sacerdotisa>. También ha sido interpretada por la Cantante y artista argentina Paloma del Cerro (2015). <https://palomadelcerro.bandcamp.com/track/para-todas-las-mamitas-del-mundo>. También ha circulado por Whatsapp, una versión acústica cantada por una mujer, se desconoce la intérprete.

invocando siempre los cuatro elementos que canten y dancen llenas de contento
porque de sus hijas ella necesita reloj de campanas tócame de prisa.
Reloj de campanas tócame de prisa para que despierte la sacerdotisa
Reloj de campanas tócame las horas para que despierten las mujeres todas
porque si despiertan todas las mujeres irán recordando sus grandes poderes,
invocando siempre los cuatro elementos que canten y dancen llenas de contento
porque de sus hijas ella necesita reloj de campanas tócame de prisa.

AUDIO



QR 5. Canto Reloj de Campanas. Se desconoce intérprete.

<https://www.youtube.com/watch?v=pmIZTnn91PU>

3.4. “Guardianas de la tierra”, acción ecopolítica/espiritual

El feminismo arde incontenible cuando la llama nace de su espiritualidad inherente.
Cuando no, es sólo una de tantas estructuras políticas, y la política
nunca ha saciado nuestra hambre más profunda.
Carol Lee Flinders

ORACIÓN DE LAS MUJERES GUARDIANAS DE LA TIERRA

Mi corazón de mujer es rociado con el dulce néctar de sanación
que la Madre Cósmica me entrega.
En este momento soy parte del Círculo Sagrado de Mujeres de Luz,
y unida a mis hermanas, activo mi fuerza espiritual para irradiar energía amorosa a través de
mis manos y mi conciencia.
Te pido Madre Cósmica que bendigas mis manos y las manos de mis hermanas en todo el
mundo para poder canalizar aquí y ahora tu Luz Sanadora hacia la Madre Tierra.
Te pido Madre Divina que hagas de nosotras
un instrumento de tu paz.
Te pido Madre Divina que hagas de nosotras
un instrumento de tu Luz.
Te pido Madre Divina que hagas de nosotras
un instrumento de tu Amor.
Ayúdanos a despertarnos como Mujeres Sagradas,
guerreras del Amor, defensoras de la Vida.

Las feministas socialistas y marxistas han afirmado que la espiritualidad de las mujeres no
representa un desafío a las estructuras dominantes y suponen que las mujeres espirituales, dejan
de participar en la lucha por la liberación. Estas críticas entre feminismos incapacitan para ver la

dimensión empoderante y politizante de las espiritualidades femeninas; la perspectiva niega la libertad cognitiva y espiritual de las mujeres, su visión de la realidad y su efectividad política.

Las mujeres en círculo reconocieron un compromiso ecosocial en su labor. En el entendimiento de que la Tierra está viva y de que toda la vida está interconectada y es sagrada, la práctica de las mujeres tiene un compromiso espiritual con la Tierra, con la sanación y con la vinculación de lo espiritual y lo político. Las prácticas y los discursos de los ecofeminismos de la comunidad de mujeres en círculo, buscan las formas de justicia: ambiental, política, social, racial, de género, económica; ellas cuestionan los supuestos en los que se basan los sistemas de dominación. Sus prácticas buscan ser incluyentes de la diversidad.

La conciencia política en las mujeres fue algo que algunas ya traían antes de practicar la espiritualidad femenina, algunas trabajaban para la causa feminista, para la justicia social y ambiental; para otras mujeres fue en los círculos que despertaron, además de la conciencia de género, la conciencia política, social y ambiental. La encarnación de espiritualidades feministas trae consigo el cuestionamiento y la crítica a creencias, valores y actitudes que mantienen y refuerzan los vínculos de dominación humana y con la naturaleza.

El aspecto espiritual permite una perspectiva que trasciende el tiempo y el espacio de las cuestiones políticas. La espiritualidad movió a las mujeres a crear canto, danza, arte y también acciones creativas para actuar a favor de la vida y la sanación. Los procesos de encarnar la espiritualidad, de hacerla cuerpo en la vida cotidiana, de hacerse/sentirse especie biosocial, reconocer que dentro de sí habita el mundo entero, las movió a la acción, a la movilización, al activismo.

Las técnicas corporales/espirituales encarnan un cuerpo transformado y transformador. Las espiritualidades ecofeministas también conforman comunidades afectivas y terapéuticas que están guiando cambios radicales en los colectivos femeninos, matrices de sentido y acción para construir otras realidades. El empoderamiento y la acción ecopolítica de las mujeres en círculos forman parte del proceso en la construcción de otras formas de ciudadanía.



Recorte de pantalla 19. Post de una comunidad argentina de espiritualidad Femenina en Facebook. Noviembre, 2013.

Las palabras de Sabrina Alves invitan a las mujeres a la transformación en un sentido transpersonal para crear transformaciones sociales. La labor sobre sí misma resuena en su conciencia y compromiso político, Chandra así narra este proceso en las mujeres que asisten a los círculos y las posibilidades para construir otras realidades:

Cuando una mujer despierta, despierta su ser, su energía, su poder, su magia, pues todas sus acciones van a resonar, entonces si existe un círculo de mujeres y todas esas mujeres se abren a la responsabilidad social, personal, espiritual pues se vuelve a tejer la vida de una forma diferente a como hemos vivido tanto tiempo, ahorita yo veo mucho ese despertar, de fortalecimiento de la mujer, hacia todo este conocimiento que se abrió totalmente, es esta generación del cambio hacia una vida más plena, más consciente por eso creo que es muy importante los círculos de mujeres.³⁴⁶

A lo largo de sus trayectorias, las mujeres de la comunidad de los círculos en la ciudad han participado en redes de movimientos sociales (Melucci, 1999), colaboran en acciones de grupos activistas que pugnan por la defensa de derechos políticos y civiles, ambientales, culturales, de conciencia política³⁴⁷ y/o agroecológica. También participan y organizan ferias,

³⁴⁶ Entrevista con Chandra Santiago, Julio, 2014.

³⁴⁷ Nadia Ávila y Chandra Santiago, han colaborado en talleres con la comunidad de mujeres del Rincón Zapatista, Guadalajara.

tianguis, exposiciones y eventos culturales que tienen que ver con la concientización y venta de productos locales, ecológicos y orgánicos. Norma Emilia, expresa en el círculo de mujeres que este movimiento de conciencia y prácticas ecológicas es “capital femenino”, porque es la conciencia de cuidar a la Tierra, “movimientos que están en la conciencia femenina, movimientos sociales que están luchando por hacer cambios en la educación, las comunas, ecoaldeas, vienen a hacer este cambio que se necesita”.³⁴⁸

A continuación muestro la invitación que Rocío Shekinah hace para asistir al “Carnaval del Maíz”, el evento fue un encuentro entre varios círculos de labor agroecológica y espiritual. También coincidieron mujeres de varios círculos de espiritualidad femenina de la ciudad.



Recorte de pantalla 20. Post del Facebook de Rocío Shekinah, invitación al Carnaval del maíz. Zapopan, Mayo, 2014.

En el caso de las espiritualidades ecofeministas, vemos como la acción y la transformación social e individual son procesos sustancialmente corporales y colectivos. La participación y la acción política de las mujeres es más constructiva (creadora de nuevas formas de pensar y actuar) que deconstructiva (reaccionaria). Las experiencias colectivas inspiran y motivan a la acción ecopolítica de creación y recuperación, del cuerpo, la tierra y la vida.

³⁴⁸ Norma Emilia, Círculo Ritmos Femeninos, Mayo, 2014.

3.4.1. La vida como un rezo, ecoespiritualidad cotidiana

Hacer sagrado lo cotidiano es reconocer que toda la vida es una expresión de lo Divino, es devolverle la espiritualidad natural e intrínseca a cada momento y situación de la existencia. Es ver en las cosas de todos los días lo divino, el espíritu manifestado. Es devolverle el significado a nuestra vida cotidiana, es devolverle vida a la materia, es dejar de hacer de la vida un objeto, es un renacimiento, es un recordar el espíritu que habita en cada cosa, y la conexión que cada cosa, que cada momento, tiene con la esencia divina, su fuente.

Y es un modo de desarrollar esta nueva conciencia de unidad, de evolucionar y de conectarse con el alma, de un modo muy simple, cada día.

Alex Warden

Las mujeres encarnaron creencias, prácticas y disciplinas en su vida cotidiana. Aspectos basados en el cuidado diario de nutrirse, escucharse, atenderse; procesos de bienestar, gozo e interconexión. La ritualidad cotidiana es el medio para vivir la dimensión sagrada en los pequeños aspectos de la vida, también, es una oportunidad para bendecir y agradecer, así como para equilibrar(se) y sanar(se). Claudia Gómez, narra cómo vive este aspecto y esta experiencia espiritual:

... a veces pasamos por la vida haciendo cosas automáticamente que se nos olvida que cada cosa es bien sagrada, el hacer los alimentos, cuando preparo los alimentos intento estar ahí presente, cocinarlo pensando que va a ser benéfico para los que lo van a comer, que va a ser rico, me encanta la cocina, y para mí es un ritual hacer la comida; bañarme y con esa conciencia siento cómo el agua me está equilibrando y cargando de energía y entro al agua con esa conciencia... intento y a veces me olvido de estar presente y me enojo y digo porque estaba tan desconectada. Cuando uno está presente cada cosa es un ritual, el paso que da uno con conciencia es un ritual, he aprendido a andar despacio.³⁴⁹

En el ritual se vive la conciencia encarnada, estado reflexivo y sensible de la presencia. En el ritual se ponen en juego las fuerzas de las intencionalidades, las sincronicidades y las energías que nos conforman; el ritual es para traer de ese estado de no-tiempo, la sabiduría, el poder, las enseñanzas e instrucciones para continuar transformándose a sí misma en la vida cotidiana. Los procesos en donde las mujeres transformaron aspectos psíquicos/corporales/emocionales están enraizados en la conciencia somática reflexiva; procesos movidos por el poder de ser/saberse un ser espiritual, con capacidad de construir la propia vida en lo cotidiano y en lo social y trascendente. Chandra así narra su proceso:

... antes no sembraba mi luna,³⁵⁰ antes, no encendía un fuego, antes no cuidaba mucho mi alimentación y ahora es que cada acción del día va encaminada hacia eso, así toda esa

³⁴⁹ Entrevista con Claudia Gómez. Mayo, 2014.

³⁵⁰ Sembrar la luna, es el ritual de ofrendar la sangre menstrual a la Tierra.

enseñanza, trato de llevarla a cabo; cuidando mis pensamientos, que tanto cosas bonitas puedes atraer, como cosas malas, es la mente como un rayo, a veces te puedes electrocutar porque pensaste algo así, ser muy cuidadosa de qué estás pidiendo, qué quieres para que eso se regrese; entonces lo vivo de una forma que lo siento, para construir algo, lo hago pensando también, en que beneficie al otro.³⁵¹

En principio, las transformaciones corporales/espirituales son procesos objetivados, conscientes, guiados por la voluntad, para encarnarlos y hacerlos cuerpo, vida, experiencia y realidad cotidiana. La fuerza de sus pensamientos y creencias transformaron sus realidades. En este sentido, las mujeres adquirieron conocimiento y encarnaron disciplinas que les permitieron decretar y hacer rezos y peticiones para materializar sus deseos y visiones. También el manejo de la energía y la “magia” es una práctica que las mujeres hacen, “magia aplicada” como dice Chandra, la magia de pensar y hacer algo para provocar un efecto positivo en una misma o los demás, la magia es elevar la vibración energética para que las personas, los lugares y las cosas se transformen para un bienestar común. Así lo expresa Chandra:

Tener una actitud positiva siempre, porque vibras más alto, creas cosas más bonitas y vives tu realidad, tu verdad, la verdad del amor, ya no es una añoranza de -a la mejor a las otras generaciones les toca vivir más bonito-, no, es aquí y ahora, el amor, la verdad y pues estamos chambeando para eso, y este rezo, con las mujeres y los círculos es para eso, para que la verdad pese más, el amor y la luz, y todo lo que estamos viviendo con el gobierno y todas esas cosas que es la otra parte, es como el otro lado, pero pues la magia existe todo el tiempo, en tus manos, en tu mente, en tu palabra y en tu acción.³⁵²

La ritualidad es el tiempo y el espacio para pedir ayuda y bendiciones a las fuerzas superiores; las mujeres crean la ritualidad (individual y colectiva) para pedir claridad y fuerza para hacer “lo que se tiene que hacer”. Paulina así narra cómo ella ha pedido la instrucción de vida:

Si tú vas a pedir una instrucción agarras un tabaco, todas tus ofrendas y vas y se lo pides al fuego en la luna, para pedir la instrucción en la luna, vas y le hablas a la luna y te quedas unos 4 días rezándoles, cantándoles, le vas y le pides a la tierra y le dices, Madre Tierra dame una instrucción y ellas son las que de alguna manera te van a entregar una instrucción para hacer lo que tenemos que hacer.³⁵³

Las mujeres ritualizan de diversas maneras en lo cotidiano y cíclico,³⁵⁴ Paulina aquí nos explica cómo la disciplina cotidiana que es versátil y que se aprende y perfecciona en el camino, es precisa para la transformación y la sanación:

³⁵¹ Entrevista con Chandra Santiago. Julio, 2014

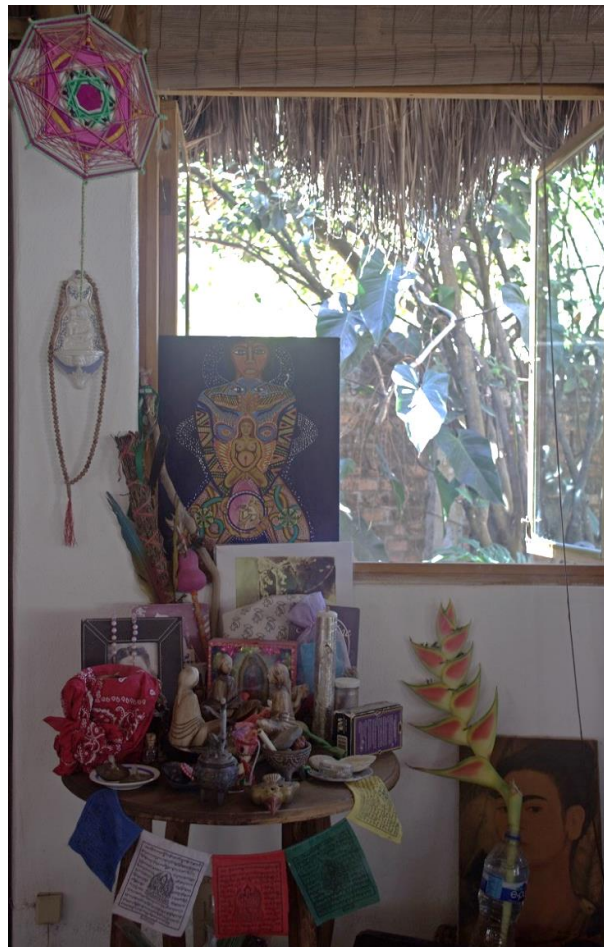
³⁵² Entrevista con Chandra Santiago. Julio, 2014.

³⁵³ Entrevista con Paulina Oviedo. Diciembre, 2013.

³⁵⁴ Como veremos en el capítulo cinco y seis es común sincronizarse con la propia ciclicidad y con los ciclos de la luna como oportunidad para llevar a cabo práctica rituales.

Son varios los procesos y varias las instrucciones que vas haciendo con el caminar de tu vida, que debe de convertirse en algo natural. No es un rezo determinado que vas a hacer nada más, ahí todo el tiempo, todos los momentos de tu vida deben de ser así, siempre mira la luna, regrésala, tráela en el día y contáctala. Siempre que veo la luna le hablo, sean segunditos en tu vida cotidiana, que esté presente esta conciencia cotidiana, porque sí tenemos mucho que hacer, pero tiene que estar consciente para este equilibrio, para esta sanación.

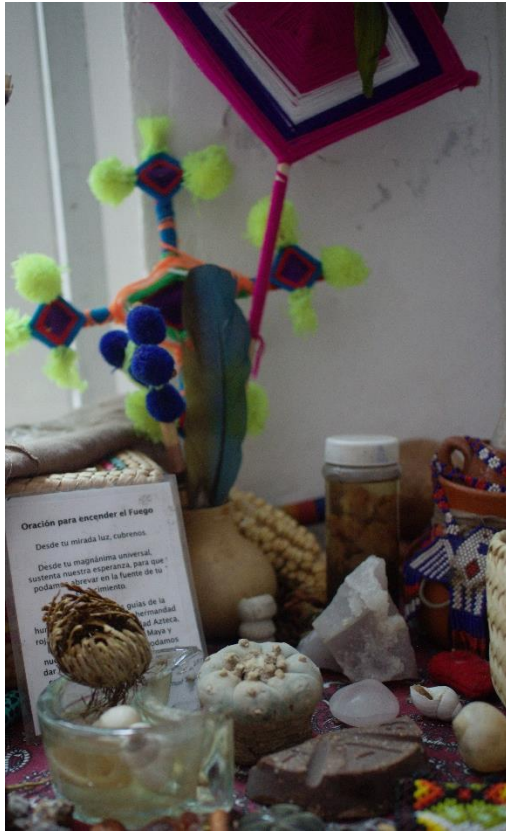
Es común que las mujeres prendan a diario o con regularidad su copalera, o también alguna salvia, romero o tabaco. Ellas tienen y portan objetos que son sagrados, objetos cargados de poder que las ayudan a rezar o a equilibrar(se). Las sonajas, los morrales, *muñeris*, ojos de Dios, las plumas, el tabaco, las pipas, son objetos que las mujeres usan en su vida cotidiana; las mujeres tienen altares en sus casas y habitaciones en donde reposan los objetos. Las siguientes imágenes son alteres domésticos de las mujeres a quienes entrevisté en sus casa, espacios sagrado en donde posan sus objetos de poder, lugar en donde las mujeres evocan e invocan a las Diosas y ancestras, espacio para poner las ofrendas y honrar a las Diosas, a la Tierra, a la divinidad que habita dentro de sí mismas.



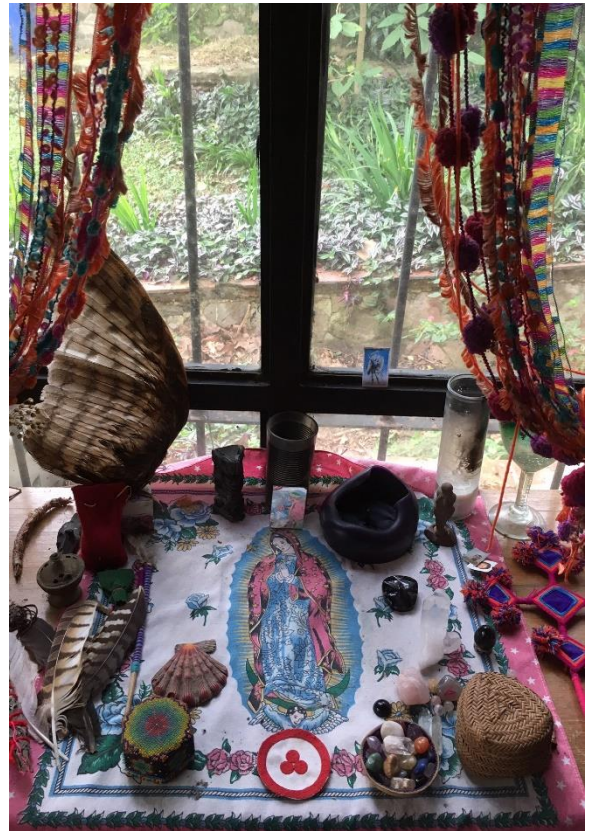
Fotografía 32 Altar doméstico de Rosa Orozco. San Pancho Nayarit, 2014



Fotografía 33. Altar personal de Arely Fraga. Guadalajara, Mayo, 2014.



Fotografía 34. Acercamiento del altar personal de Chandra Santiago. Guadalajara, Julio, 2014.



Fotografía 35. Altar personal GVP



Fotografía 36. Altar personal de Edith Torres. Guadalajara, Septiembre, 2014.



Fotografía 37. Altar personal de Andrea Ibarra. Guadalajara, Julio, 2014.

Como práctica ritual de espiritualidad femenina, las mujeres alentaron a crear un “altar de sí mismas”, Mariana García así invita a las mujeres en su página electrónica *Hijas de Arboleda de Gaia*:

Atreverte a poner en tu altar tu propia foto es un acto de osadía enorme, sobre todo porque para ser capaz de hacerlo hay que vencer la voz del ego que te dice que eres ridícula o estás loca.
Pero cuando tú, en medio de un trabajo ceremonial, con tu “Mirada-visión” eres capaz de ver la belleza trascendente en TODAS tus hermanas, tanto en aquella que la sociedad llamaría fea, o gorda, o vieja... como en ti misma...
¡Entiendes que todas pueden ser hermosas cuando se honran a sí mismas... y que tú no eres una excepción!
¡Y eso es revolucionario, porque cuando has visto ya no hay vuelta atrás!
Por eso nosotras, entre las múltiples imágenes de la Diosa, honramos nuestra propia imagen.

También, es frecuente que las mujeres usen el canto como práctica espiritual, el canto como meditación y rezo. Ellas entonan cantos rituales en lo individual y colectivo. Luz Herrera, así cuenta su experiencia con el canto:

Mi vida se ha convertido en un rezo cada vez más continuo, entonces pues sí tengo este dialogo, los cantos ahí los traigo y son mis mantras, si está pasando algo pues canto y si necesito una chamba y necesito fuerza, canto. El canto se ha convertido en mi herramienta de sanación de cabecera y mi forma también de comunicarme con esa energía que para mí, al final tiene muchos nombres.³⁵⁵

Los círculos de mujeres y las ceremonias con plantas sagradas son una práctica espiritual que revela enseñanzas para aplicar en la vida cotidiana. También, para algunas mujeres las enseñanzas (neo)tradicionales han sido motivación para llevar una vida inspirada en la sencillez, la belleza, el orden; los 20 consejos del topohual, el tonalpohualli,³⁵⁶ el tzolkin,³⁵⁷ fueron claves en algunas mujeres. Como Andrea, que así recibió esta enseñanza e inspiración del topohual para su vida cotidiana:

Consejos que te enseñan a vivir tranquilo, sencillo y hablan de pulirte como una piedrita de jade y toda esta poesía y el arte que hay en esta sabiduría es la que yo he tomado de inspiración para todos mis días

La inspiración y la fuerza de las enseñanzas, disciplinas y prácticas de pueblos antiguos, reside en abrir perspectivas para otros modos de vida posibles, en donde se puede participar en

³⁵⁵ Entrevista con Luz Herrera. San Pancho, Nayati. Mayo, 2014.

³⁵⁶ Calendario sagrado de los aztecas del México precolombino, constituido por 260 días, repartidos en trece meses de veinte días cada uno.

³⁵⁷ Sincronario o ciclo sagrado de 260 días, constituido por veinte trecenas (o trece veintenenas). José Argüelles hace una reinterpretación que ha tenido auge en la espiritualidad alternativa global desde la década de los noventa.

la creación de otras realidades, otras sensibilidades, despertar potenciales, revitalizar capacidades para hacer de su vida un camino acético ecoespiritual, transformando su cuerpo/psique, en su vida cotidiana y su realidad, dedicadas al servicio planetario y con el pueblo femenino.

La espiritualidad cotidiana, hizo a las mujeres ser críticas de sus hábitos de consumo, transformaron prácticas de uso y manejo de recursos y de la basura; por su conciencia ecológica muchas mujeres adoptaron un estilo de vida vegetariano, para vivir una espiritualidad que respeta y es la vida. Estas espiritualidades, son las que Leonardo Boff nombra como espiritualidad planetaria y ecológica. Ecoespiritualidad, como experiencia con la que se capta la totalidad orgánica, cargada de significado y valor. *Espiritus* es la cualidad de todo ser que respira, el ser humano, el animal y la planta, la tierra y el universo son portadores de espíritu. La espiritualidad es la actitud que pone la vida en el centro (Boff, 2003). Las mujeres vivieron procesos en su cotidianidad, se trascendieron a sí mismas, se alinearon con su *self*, con su verdad que es cósmica, para encarnar las resistencias y activar las acciones y luchas por defender la vida.

El siguiente canto nació después de que una mujer se re encontró con mujeres que como ella, estaban buscando sanar. “Nació después de un hermoso encuentro lleno de motivos para cantar con todos los elementos presentes en todas las mujeres presentes. Tod@s tenemos razones para vivir, todo@s tenemos razones para cantar”.



QR 6. Audio. Canto De Libertad. Mujeres de Luna

<https://soundcloud.com/mujeres-de-luna/canto-de-libertad?in=mujeres-de-luna/sets/las-favoritas>

3.4.2. Sembrar Círculos de Mujeres

Empieza por los círculos de mujeres;
cada uno de ellos es como una piedrecilla que se arroja a un estanque.
El efecto que el círculo produce en las mujeres que lo forman,
y el efecto que esas mujeres tienen, es una influencia que se
expande como anillos concéntricos. Obsérvalo, hazlo, enséñalo.

Sé una influencia allá donde estés. Si hay suficientes mujeres que aprenden unas de otras y modifican su conducta, las creencias y el modo en que se hacen las cosas pueden cambiar.
Shinoda Bolen.

Toma tu útero que es el segundo corazón de las mujeres, toma tu corazón que tienes aquí resguardado en el esternón y en el vientre y ve caminando, no le pidas permiso a nadie y ve sembrando Círculos de Mujeres
Beatriz Andrade

Muchos de los círculos comienzan por la necesidad de cada mujer de seguir sanando; por el deseo de tener ese espacio para compartir entre mujeres, escuchar, expresar y sentirse acompañada por otras mujeres. El trabajo psíquico/corporal y político que se hace en los círculos de mujeres, inspira y motiva para que cada una forme su propio círculo. Para Rocío Shekinah, los círculos activan o despiertan “la naturaleza de la mujer” para reunir y convocar círculos, porque cualquier mujer puede hacerlo, “cualquiera que haya formado parte de un círculo sagrado puede llevar ese espíritu –así como ese arquetipo y ese campo morfogenético- a un nuevo círculo o a otro aspecto de su vida” (Bolen, 2004: 24).

Lizette Mercado empieza a convocar a círculos después de haber sido iniciada por Miranda Grey. Rocío Shekinah empezó a ir a círculos de luna en Casa Caracol, y espontáneamente empezó a dirigirlos ella; después también empezó a convocar a los Círculos de Mujeres de Obsidiana”,³⁵⁸ para Rocío hacer círculos es compartir desde su “corazón y experiencia”, Rocío tiene el bagaje y la formación de la psicología clínica. Karina Fuentes, gracias a la experiencia en el círculo Ritmos Femeninos con la Dra. Emi, se inspiró y formó un círculo para mujeres -y hombres- con hij@s, ella que no era de profesión terapeuta se reapropio del discurso y la vivencia y compartió con otras mujeres la experiencia del círculo, Karina así expresa esta movilización para la acción: “que cada mujer que está ahí se la crea y que cada una sepa que puede empezar su propio círculo, yo tenía mucho miedo las primeras veces”. “Con todo y miedo” Karina compartió su círculo en centro de terapias la “Llave Mágica”:

Yo decía, cómo le voy a hacer, yo no sé tanto, no soy médico, no soy partera, no soy psicóloga, pero simplemente estoy abriendo un espacio para compartir lo que me tocó vivir con Nayeli [su hija], lo que me tocó vivir con dejar cosas, es un espacio para compartir. Lo que llegue, porque no sé ni qué va a llegar, es vivirlo, sin sentirme que no puedo. Reconozco la sabiduría de las abuelas, estoy compartiendo mi experiencia simplemente, y si alguien le gusta y eso la alimenta pues qué bien y sino pues también.³⁵⁹

³⁵⁸ Círculos de Mujeres para hacer el trabajo de información, asesoría e iniciación del trabajo con la obsidiana, específicamente con la geometría del huevo intravaginal, para sanar y remover energías, memorias y enfermedades femeninas.

³⁵⁹ Entrevista con Karina Fuentes. Guadalajara. Abril, 2014.

A raíz de esta experiencia, una mujer que trabajaba para la secretaría de salud de Ixtlahuacán invitó a Karina, a hacer una serie de círculos con “mujeres en circunstancias difíciles de la vida.” Para ella fue una gran experiencia haber tenido la oportunidad de compartirles a otras mujeres el ritual y la conciencia del cuerpo/ser femenino, ella recuerda: “varias lloraron, se sensibilizaron, se conectaron completamente... fue un gran regalo de la vida.”

Beatriz Andrade también psicoterapeuta, convocó a una serie de círculos para “develar conocimientos y saberes” y hacer trabajo psíquico/emocional profundo; también con el propósito de que las mujeres siembren sus propios círculos. Ella dice:

... es un nivel de egoísmo horrible [no compartir la experiencia del círculo] ¿Qué no dijimos el millonésimo círculo? Al menos de una mujer pueden salir cuatro círculos y hacerse responsable para que se vaya reproduciendo. No podemos quedarnos ahí, tengo que seguir sembrando más círculos y maternarlos el tiempo que sea necesario, después desaparecer para que se maternen a sí mismos.³⁶⁰

Edna Martínez, hace la “invitación amorosa” a las mujeres de sus círculos para que cada una lea, se informe y tenga una “intención amorosa” para crear círculos. Para Ana Tere el propósito del trabajo profundo en los círculos que ella convoca, es que cada mujer tenga su círculo de trece mujeres, Ana Tere dice: “un abuelo maya me decía -el día que haya un círculo de 13 mujeres y ninguna falte, van a ver suceder muchas cosas poderosas- porque quiere decir que estamos comprometidas con la expansión y con esa conexión”.³⁶¹ El movimiento de espiritualidad femenina muestra cómo los círculos de mujeres son una realidad en diferentes contextos, cada vez más mujeres abrazan la espiritualidad femenina, como lo muestra este post de Facebook de la comunidad de más de 23 mil miembros de habla hispana:

³⁶⁰ Entrevista con Beatriz Andrade. Guadalajara. Enero, 2014.

³⁶¹ Ana Tere, círculo Casa Lahak. Guadalajara. Enero, 2014.



Recorte de pantalla 21. Post en Facebook de la comunidad española "El taller de la hechicera". Mayo, 2014.

El fin de que las mujeres nos reunamos tiene que ver con “gestar una nueva cultura” desde las mujeres y los círculos de conciencia femenina. Shinoda Bolen, en su libro *El Millonésimo Círculo* (2004) plantea que los círculos de mujeres se expanden por una lógica de campos morfogenéticos (creadores de forma): “cuanto mayor sea el número de círculos, más fácil será que nuevos círculos nazcan”. El biólogo Rupert Sheldrake propone que el campo morfogenético (ahora “mórfico”) se activa y se forma con las conductas repetidas, con las memorias contenidas. La resonancia mórfica es el flujo en el tiempo y el espacio del campo mórfico. La teoría de Sheldrake plantea que la conducta de una especie cambia cuando un número crítico de sus individuos aprende un determinado conocimiento y este se transmite de forma intuitiva e inmediata a los miembros de su especie. Bolen propone que del mismo modo, “un número crítico de círculos de mujeres puede activar las cualidades femeninas tan necesarias para que el mundo cambie.” Cada círculo se nutre y hace su aportación al campo de la energía arquetípica

de la etnósfera,³⁶² el campo mórfico de los humanos que encuentran expresión en nuestros cuerpos, pensamientos, sentimientos, sueños y acciones. Cada círculo contribuirá a alcanzar el *millonésimo círculo*. Shinoda Bolen en su libro *Mensaje urgente a las mujeres* (2006), alienta diciendo que aunque “no sabemos cuánto estamos ayudando a promover el impulso hacia una masa crítica, el saber que lo estamos haciendo añade un sentimiento de estar conectada con personas de todo el mundo, y de ser parte de algo más grande.” En este mismo sentimiento cito a Clarissa Pinkola:

Nuestra tarea no es la de arreglar el mundo entero de una sola vez, sino la de estirarnos, y ordenar esa parte del mundo que está a nuestro alcance. Cualquier pequeño gesto imbuido de serenidad que un alma pueda hacer para ayudar a otra alma, para atender a alguna porción de este pobre mundo sumido en el sufrimiento, será una inmensa ayuda. No nos es dado saber qué actos, o los actos de quién, harán que la masa crítica se incline hacia un bien duradero. Lo que se necesita para producir un cambio drástico es una acumulación de actos, actos que se añadan unos a otros, que sigan añadiéndose más y más. Sabemos que no hacen falta "todas las personas de la Tierra" para que haya justicia y paz, sino solamente un pequeño grupo con determinación, que no se rinda ante la primera, la segunda o la centésima tempestad.³⁶³

Para cerrar con este apartado de la vital importancia de sembrar círculos, menciono las palabras que Beatriz Andrade me dijo en nuestro emotivo encuentro para hacer la entrevista, ella así expresó el compromiso vital de sembrar círculos de mujeres:

Llevar los círculos inscritos en el cuerpo, volver a hacer círculos de mujeres pintoras, mujeres bordadoras, mujeres enfermeras, de mujeres que están tristes, mujeres que cantan, de mujeres transgresoras, círculos de mujeres, círculos de mujeres, Claro! Es lo que nos toca, círculos de mujeres, círculos de mujeres, es el camino Gisela, y esa es nuestra responsabilidad, y tengo que hacerlo porque muchas, muchas, milenios atrás lo hicieron, nos está pasando la estafeta, no podemos quedarnos así, nos la están pasando, tenemos que honrarla y hay que hacerlo por eso estamos aquí, por eso estamos aquí!³⁶⁴

* * *

³⁶² Concepto de Wade Davis que hace referencia a la suma total de los pensamientos e intuiciones, mitos y creencias, ideas e inspiraciones, a los cuales ha dado vida la imaginación del ser humano desde los albores de la conciencia humana (David, 215).

³⁶³ <http://www.creativeresistance.org/>

³⁶⁴ Entrevista con Beatriz Andrade. Guadalajara. Enero, 2014.

Si aceptamos la responsabilidad de reclamar el futuro para la vida,
entonces debemos dedicarnos a la exigente tarea de re-crear la sociedad.
Es necesario un cambio intenso y profundo en nuestra actitud hacia el mundo y la vida que hay en él,
hacia los demás, y en nuestros conceptos de lo que es humano.
De algún modo, debemos acabar con los roles que nos han enseñado,
con la censura a la mente y del yo que aprendemos antes de aprender a hablar
y que está enterrada tan profundamente que no es visible.
Actualmente, las mujeres estamos creando nuevos mitos,
cantando una nueva liturgia, pintando nuestros propios iconos
y sacando fuerza de los símbolos nuevos/viejos de la Diosa,
de la legitimidad y la beneficencia del poder femenino.
Starhawk

AUDIO



QR 7. Canción “Mujer Santuario” Conector II

<https://www.youtube.com/watch?v=5w94IHLTpWA>

CAPÍTULO 4

CUERPO HOLÍSTICO, SANO Y SAGRADO

Como una mujer que regresa del descenso que lleva de vuelta a su cuerpo, y en este acto de la recuperación, se remite no sólo a su personal forma física, ella encarna el carácter sagrado de lo femenino de todas nosotras.

Ella comienza a tener conciencia de sus necesidades.

A través de la nutrición consciente, hacer ejercicio, bañarse, descansar, sanarse, hacer el amor, dar a luz, y la muerte nos recuerda la santidad de lo femenino.

La dimensión sagrada se materializa, y el alma de un ser humano, así como el alma de una cultura no puede evolucionar si el cuerpo NO es recuperado y honrado.

Maureen Murdock

El cuerpo es el bioescenario de nuestra existencia, punto de encuentro de las experiencias prácticas y sensibles de la vida social y el entramado cultural. Los significantes históricos y culturales se viven en el cuerpo, como experiencias y maneras de ser en la realidad social. El cuerpo es la “primera y principal localización en la realidad, es la propia corporización o incardinamiento” (Braidotti, 2004: 40). La vida humana, se materializa en el cuerpo y el útero de la madre es el primer lugar de la existencia; desde ese momento primario corporal y a lo largo de toda la vida, los vínculos conscientes e inconscientes del/con el cuerpo biofísico y simbólico, conforman las raíces vitales para las maneras de ser y estar en este mundo. La manera en cómo imaginamos el cuerpo humano configura la manera en que imaginamos el mundo.

En este capítulo abordo las concepciones y sensibilidades que las mujeres en círculo están construyendo en relación al cuerpo/ser femenino; cómo el principio holístico las acerca a un modo particular de sentirse, saberse y vivirse, buscando el bienestar y la sanación, en interconexión con todo lo que habita en la Tierra. A partir de estas concepciones emergentes del cuerpo femenino, en donde lo ancestral y las prácticas discursivas de la Nueva Era convergen, veremos cómo las mujeres están construyendo un sistema de salud-enfermedad-sanación, cómo están encarnando cosmovisiones holísticas y posturas ecofeministas que las ayudan a recuperar el cuerpo y orientan para encontrar un estilo de vida. En este capítulo también veremos los (auto)conocimientos y sensibilidades que las mujeres adquieren, resignificaciones y revitalizaciones del cuerpo y la vida que encarnan, como medio y fin para el bienestar y la sanación buscada. El capítulo es una elaboración teórica construida por los testimonios y datos empíricos de mujeres que han vivido procesos de hacer carne y existencia las prácticas discursivas

en relación al cuerpo/*self*, dispuestas en el movimiento de espiritualidades femeninas. Desde los *modos somáticos de atención*, en donde las mujeres viven la reflexividad somática y sensible de la cultura de la espiritualidad femenina y los círculos de mujeres, elaboro una manera de comprender cómo las mujeres encarnan un paradigma holístico femenino, que también, describo a lo largo del capítulo. En la estructura narrativa del capítulo, entrevero los conocimientos del paradigma holístico femenino, las voces de las mujeres, los datos etnográficos y mis reflexiones en torno a los procesos de encarnar el bienestar y la (auto)sanación.

4.1 Recuperar el cuerpo/*self* femenino

...por eso le hemos encontrado mucho beneficio hablar del cuerpo, porque todas tenemos y convivimos con nuestro cuerpo, hablar de menstruación, es el hilo conductor que nos puede llevar a ir desmenuzando y poder resignificar nuestro espacio, nuestro cuerpo. ¿Qué pensamientos y cuáles decisiones vienen en función de nuestras necesidades y deseos? ¿Cuáles son implantadas, repetidas y esperadas? Hay un inconsciente colectivo esperando que las mujeres reaccionen de un modo y entonces abordar el cuerpo y la responsabilidad del cuerpo, es un detonante para tomar responsabilidad de espacios y decisiones en lo público.

Andrea Ibarra

La filosofía mecanicista atribuida a René Descartes le dio a la razón la superioridad y el dominio del cuerpo; el dualismo cartesiano, separa el alma del cuerpo, éste último es despreciado e inspira desconfianza; el pensamiento está separado del cuerpo. Es la construcción histórica del cuerpo como algo separado del verdadero ser; es la división ontológica entre el ser y el cuerpo. Esta noción dualista cuerpo-mente, cuerpo-espíritu, colorea las concepciones y las prácticas del (no)cuidado que se le da al cuerpo tanto los hombres como las mujeres; sobre todo, dentro de los contextos contemporáneos y urbanos. De acuerdo con David Le Breton (1990), esta dualidad marca la concepción y la vivencia de ser persona individual dentro de la estructura social, una persona separada de su propio cuerpo y de sí misma, separada de los otros, y del cosmos:

El cuerpo, [...] está disociado del sujeto y es percibido como uno de sus atributos [...], resultado del retroceso de las tradiciones populares y de la llegada del individualismo occidental, marca las fronteras entre un individuo y otro, el repliegue del sujeto sobre sí mismo (1990: 23).

Alejandra Aguilar y Francisco Morfín (2007) mencionan que en la historia del pensamiento occidental existe un salto entre la concepción dualista cuerpo-alma y cuerpo-persona, ahora el cuerpo nos distingue de los demás, por lo que es necesario cultivarlo, como una manera de pertenencia. Así nos encontramos con la paradoja del cuerpo en el mundo occidental, el cuerpo como signo del individuo que lo diferencia de los demás y al mismo tiempo el individuo que vive disociado de su propio cuerpo; sin embargo, vemos como el individuo ha encontrado maneras para reencontrar significado en su cuerpo y “volver a él” a través de ciertas prácticas y rituales instaurados y validados por la cultura. Por su parte, Braudillard (1974) menciona que el cuerpo ha sido redescubierto después de la era del puritanismo como un medio de liberación física y sexual. Sin embargo, habrá que tener perspectiva de género, para saber que la liberación del cuerpo femenino, no está siendo la liberación sexual de las mujeres, y está lejos de patrones heteronormados y capitalistas.

Casilda Rodríguez (2010: 187) explica que cualquier aspecto de nuestra condición humana siempre es y será psicosomático: “todavía nos cuesta pensar y vivir en esa perspectiva, socializad@s como estamos en una cultura que artificialmente escinde cuerpo-mente, y que tiene conceptualizadas y ordenadas todas las cosas en función de esta escisión”. Así, la visión dualista está encarnada y materializada en nuestro vivir y en todas las estructuras sociales. La construcción histórica del género en la cultura occidental es: mujer-cuerpo, hombre-razón; así el dualismo y la dominación le dan forma a la experiencia tanto femenina como masculina. La disociación del cuerpo es vivida de una manera particular en cada género, además de la supremacía racional asociada a lo masculino, las mujeres han sido históricamente violentadas; el cuerpo femenino ha sido y sigue siendo objeto de violaciones, castigos, desprestigios que generan un malestar corporal femenino.³⁶⁵

Las paradojas contemporáneas del cuerpo femenino, son manifiestas en las prácticas corporales obsesivas, como respuesta a las exigencias patriarcales, que lejos de aceptar al cuerpo y encarnarse en él, es la disociación perpetua de las mujeres con sus cuerpos. Además, en este contexto histórico-corporal, el Estado no ha reducido esfuerzos en su intento de quitar de las manos femeninas el control de la reproducción y la determinación de qué niñ@s deberían nacer, dónde, cuándo o en qué cantidad. Como resultado, las mujeres han sido forzadas frecuentemente a procrear en contra de su voluntad, aumentando la alienación con respecto a sus cuerpos, a su

³⁶⁵ La mujer no es sólo víctima de este sistema, también ha permitido y preferido ceder la potencialidad del cuerpo a la biotecnología y a la biomedicina.

«trabajo» e incluso a sus hijos (Federici, 2004: 141). Así, la disociación corporal de las mujeres está encarnada paradójicamente en su cuerpo material, en su biología, trazando la desigualdad de género ontológica. Riane Eisler señala que la forma en que sexo, poder y amor se conceptualizan en un tiempo y lugar particular no se puede comprender, mucho menos cambiar, sin también comprender, y cambiar, la forma en que imaginamos nuestro cuerpo como mujeres y como hombres (2000: 16). Por esto para una ética y una política de equidad, justicia, cuidado y bienestar entre hombres y mujeres es primordial reevaluar a profundidad las concepciones del cuerpo/ser en la que nos encontramos viviendo e inculcando a las nuevas generaciones, sobre lo que significa ser/tener un cuerpo femenino o masculino.

Los sistemas patriarcales de poder-saber, discursos y disciplinas en torno a la salud y lo sagrado perpetúan las escisiones y las divisiones del cuerpo/mente/espíritu. El sistema biomédico patologiza -aún más- al organismo femenino y las tradiciones religiosas desencarna la espiritualidad. En contraste, los movimientos culturales/espirituales del paradigma holístico, tienen un marco interpretativo alternativo para la construcción y la vivencia del cuerpo/ser -femenino-. Desde una cosmovisión holista, como apunta Alejandro Frigerio (2013), se postulan relaciones entre el *sacred self*,³⁶⁶ la naturaleza y el cosmos. Esta visión del cuerpo integra los bioelementos que le conforman en su totalidad y en su centro regulador el *self*, es el yo espiritual, la conciencia que se encarna.

La propuesta de los círculos de mujeres es “reconectar” con el cuerpo femenino, desde lo bioquímico, lo que va a permitir la reconexión con la energía propia, la de las demás mujeres y con la naturaleza. En los círculos femeninos se hace conciencia de cómo la cultura patriarcal ha perpetuado las divisiones y ha negado las interconexiones del cuerpo/ser con la naturaleza y el cosmos. En este sentido, Jimena Chalchi, como convocante a talleres pedagógicos sobre el cuerpo femenino, reinterpreta el mito de la Diosa lunar mexicana Coyolxauhqui, para expresar esta división ontológica y cultural:

Justamente en esa educación a la cual yo no quiero que vayan mis hijos, dice que sólo hay una cosa que es la mente; no es así, todo va trenzado, la mente, el espíritu, el corazón, el cuerpo, el alma, las emociones, todo va unido. Es el famoso *divide y conquistarás*, es la forma en que el sistema nos está controlando, separando la mente de nuestro cuerpo, nuestros sentimientos, y además dice, el espíritu no existe, esas cosas no existen entonces olvídate de toda esa parte, esa separación es la que nos tienen como nos tienen, y cuesta

³⁶⁶ Frigerio (2013) especifica el *sacred self* como la existencia de “chispa divina”, para Julia Carozzi (2000) es “un interior bueno y sagrado”. Para este trabajo, hago referencia al *self* como centro organizador, que orienta la autoconciencia y encarna la reflexividad para evolucionarse a sí mismo, en el capítulo I lo abordo a mayor detalle.

mucho trabajo... aquí en los mexicas está el mito de la Coyolxauhqui que es la mujer desmembrada, así es como estamos, es la historia de ella detrás de ese mito es así como estamos las mujeres, estamos desmembradas.³⁶⁷



Ilustración 10. Relieve de Coyolxauhqui, encontrado en el Templo Mayor.

Para el caso del marco interpretativo de las espiritualidades femeninas, el cuerpo femenino, es un cuerpo biofísico, energético y cósmico, interconectado con la Tierra, con la luna. El cuerpo toma un lugar central en el movimiento de espiritualidad femenina, en donde se abraza la biología y se revalorizan las funciones femeninas del cuerpo. Se honran los procesos menstruales, los procesos hormonales, la maternidad, la menopausia, el cuerpo cíclico que se renueva en sus células y en su psicoemocionalidad, se encarnan las experiencias de ser cuerpo sagrado, parte de la naturaleza y del cosmos.

4.1.1. Paradigma holístico

Lo que nos hace falta comprender no es la cultura excluyendo la naturaleza, no es el espíritu excluyendo el cerebro; por el contrario, no podemos comprender nuestra naturaleza si excluimos nuestra cultura, nuestro cerebro si excluimos nuestro espíritu; nos hace falta concebir la “unidualidad” compleja de nuestro ser natural-cultural, de nuestro cerebroespíritu, nuestra realidad a la vez natural y metanatural.
Edgar Morin

³⁶⁷ Entrevista con Jimena Chalchi, Julio, 2014.

El paradigma holístico emerge de una crisis del paradigma cartesiano que postula la racionalidad y la objetividad como la única manera de acercarse al conocimiento. El nuevo paradigma que nace de la crisis científica se expande como un movimiento que busca construir nuevas visiones, entendimientos y actitudes. El paradigma holístico ha ampliado las visiones de la ciencia y se ha reconectado con visiones ancestrales y contemporáneas de la espiritualidad y la salud humana para comprender las interconexiones inmanentes de la vida. El paradigma holístico ha ampliado las concepciones de la salud, para contemplarla de manera multidimensional e incorporar conceptos de equilibrio, sistemas de energía, y prácticas de salud no occidentales (Saylor, 2004). Los intentos por tejer la herida entre medicina y religión, se han definido como holismo (Heelas y Woodhead 2005).

Ante el término «holístico» que busca entretejer y unir escisiones ontológicas en torno al cuerpo y la vida, la etimología nos da pautas para hacer los puentes cognitivos entre las nociones y las realidades vividas. Según Alain Rey (1993) salud se deriva del griego “*holō*”, raíz de holístico, holismo, holograma. En la lengua inglesa la palabra “*health*” (salud) se deriva de la raíz anglosajona “*hal*”, la misma de la que proceden “*whole*” (entero, integral), “*holy*” (sagrado) y “*heal*” (sanar). De acuerdo con Almeida (2000) las raíces etimológicas del término “*health*” denota una cualidad de intacto, de totalidad; las lenguas occidentales modernas desarrollaron una variante que connota perfección y santidad. Así, podemos interpretar entonces que la salud es un estado que tiene que ver con un equilibrio entre todos los elementos de nuestro organismo, como si fueran un todo, una unidad que podríamos considerar “sagrada”, un holograma en el que cada parte contiene y afecta a todas las otras partes (Martínez, 2011). Holismo se deriva del concepto griego *holos*, que significa todo, completo, totalidad; el holismo es una postura epistemológica que contempla la relación de los sistemas sociales, culturales, físicos, ecológicos, psicoemocionales, como un sistema relacional, integrado y global. Es un paradigma que contempla totalidades dentro de totalidades y diversos niveles de realidad interconectados; realidad compleja y multidimensional que exige una postura ética y política como sujetos biosociales.

Como parte del movimiento posmoderno, el holismo se ha integrado en la teoría y la praxis de diversas disciplinas que buscan disolver reduccionismos. En la sensibilidad *new age* la concepción “holográfica”, es uno de los principios fundamentales para definirla como matriz de sentido (De la Torre, 2013), el holismo para comprender al ser humano como partícula del universo que contienen dentro de sí la totalidad. La concepción del cuerpo humano holístico ha

florecido con la proliferación de terapias alternativas, asociadas a la Nueva Era. El enfoque holístico ha sido planteado por diversas tradiciones médicas y espirituales de diversos grupos humanos. Desde esta perspectiva, el ser humano es cuerpo/mente/espíritu y las terapias de salud, buscan atender la enfermedad o al enfermo(a) reconociendo la interacción entre factores biofísicos, psicoemocionales, espirituales, culturales y sociales para el buen funcionamiento y para el bienestar. Las concepciones holísticas de la salud-enfermedad le devuelven al cuerpo y al ser la capacidad de sanarse por sí mismo y con la ayuda de la naturaleza. A continuación, me propongo aproximarme a las concepciones que tienen las mujeres en relación con los procesos de salud-enfermedad-sanación, para comprender la vivencia de un cuerpo femenino holístico encarnado en vital transformación personal y corporal.³⁶⁸

4.1.2. Holismo femenino encarnado

La sabiduría femenina es la inteligencia que se halla en el centro de la creación. Es holista, intuitiva y contextual, y funciona como un campo de correlación infinita.
Deepak Chopra

Las mujeres que se acercan a los círculos son buscadoras de procesos de bienestar y salud desde estas concepciones holísticas. La búsqueda y adopción de la medicina alternativa como opción curativa, se debe a que la práctica biomédica no es satisfactoria³⁶⁹; así también, es la necesidad de las mujeres, de retomar un papel activo en su proceso de salud, para poder profundizar de manera consciente e integrar las emociones y estilos de vida en la solución de los padecimientos. Las mujeres que buscan la reconexión con la energía femenina saben que la manera de acceder a ella, es el reconocimiento del propio cuerpo en todas sus dimensiones, interconexiones y ciclicidades. Desde las únicas y diversas trayectorias corporales/espirituales que viven las mujeres que asisten a los círculos, cada quien encarna las prácticas, los discursos, las sensibilidades que configuran sus transformaciones psicosomáticas; el temazcal, la danza, la alimentación consciente, las terapias alternativas, así como el embarazo consciente y el parto humanizado³⁷⁰

³⁶⁸ Diversos autores han estudiado la *new age* y la sanación, explorando los usos mercantilistas de ésta y el intercambio de bienes (Kaminer, 2001; Hernández, 2005). En esta tesis, me centro en las experiencias de las mujeres para dar cuenta de las concepciones y vivencias de sanación que ellas encarnan.

³⁶⁹ La búsqueda de nuevas opciones de terapia obedece a las limitaciones de la biomedicina, como la falta de accesibilidad, su limitada eficacia, rechazo a los métodos de intervención o efectos secundarios de los medicamentos (OMS, 2002).

³⁷⁰ El embarazo consciente y el parto humanizado son una tendencia dentro de los círculos de mujeres de la ciudad.

van configurando los entendimientos corporales y la conciencia del cuerpo para la salud. Las mujeres en círculo están encontrando maneras de resignificar y revitalizar su cuerpo/vida; parten de conocer, aceptar y honrar al cuerpo femenino, para sentirse conectadas con la vida, y también, como parte medular de reconocer y encarnar la energía femenina. Los círculos como espacio de sororidad y de afirmación de las mujeres, fueron espacios que permitieron la socialización del cuerpo en todas sus dimensiones.

En los círculos, las mujeres promovieron la caída de patrones estéticos patriarcales y consumistas y optaron por la belleza de la naturalidad. Para algunas mujeres las experiencias de aceptación y de reflexividad en los círculos de mujeres les permitió reconocer y aceptar su cuerpo, después de historias de rechazo o vergüenza. Este proceso es parte de su historia personal y su identidad, y les dio la posibilidad de vivir su cuerpo de otra manera, con otras preferencias y sensibilidades. Las mujeres cambiaron su estilo de vestir, para sentirse cómodas y lucir su cuerpo como es; algunas mujeres dejaron de usar tacones, brasieres con relleno, fajas o “ropa de más”. También algunas mujeres narraron que adquirieron la capacidad de poder mover y sentir su cuerpo, cuando antes no se lo permitían por vergüenza o por falta de “conexión” con éste. La aceptación del cuerpo a través de la socialización, del movimiento, de las danzas, fue una manera de recuperar el ritmo, el movimiento y el gozo de la experiencia de liberarse de patrones estéticos y sentir(se) en agradecimiento y satisfacción con el cuerpo que se es. Jessica Álvarez así narra su proceso de aceptación:

En cuanto al físico de la mujer he quitado muchas barreras, de que tus medidas tienen que ser tales, tienes que tener una cinturita. En cuanto al físico me costó mucho después de mi parto volver a aceptar, me estaba viendo desde otro punto. Rompí ese estigma en cuanto al cuerpo femenino, creo que todos los cuerpos son maravillosos, entre mujeres he compartido temazcales con amigas sin ropa, he compartido cambiarnos entre todas juntas, a mí me costaba mucho trabajo; y como bailarina yo no me sentía a gusto con mi cuerpo, pero era algo que yo no había entendido, no había trabajado, y siento que también fue una barrera muy grande que logré derrumbar, de aceptarme como soy y amar mi cuerpo y si tengo pechos grandes, pues tengo pechos grandes y si esto está así pues así está, y valorarme desde otro punto, que es más interno, mejor una sonrisa, un corazón alegre, un alma pura, divertida, tranquila.³⁷¹

La recuperación del cuerpo y su movimiento, es una experiencia vivida como sanación de sí mismas, de reconocimiento y aceptación de sí; raíz de la fuerza y la voluntad del empoderamiento femenino.

³⁷¹ Entrevista con Jessica Álvarez. Mayo, 2014.

En las prácticas discursivas de los círculos se animó a las mujeres a que se conectaran sensiblemente con la totalidad de su cuerpo, a hacerse conscientes del cuerpo en todas sus dimensiones con la vida que habita en él y fuera de él. En los círculos de mujeres se hicieron meditaciones, ejercicios y danzas para que las mujeres sintieran y “escucharan” su cuerpo con plena conciencia somática, también para que ese aprendizaje fuera llevado a la cotidianidad; porque en el cuerpo consciente residen los conocimientos y las intuiciones para la vida en bienestar. Según lo propuesto por Csordas (1993), la atención cotidiana de los *modos somáticos de atención* del cuerpo es conciencia encarnada del *self*. Al interior de los círculos se reafirmó la conciencia corporal encarnada, de “ser un cuerpo”, no “tener un cuerpo”, aunado a una concepción multidimensional y espiritual de la vida, en donde tener la conciencia encarnada interconectada permite manifestar el potencial humano en esta vida y para esta Tierra.

En este descubrimiento del cuerpo femenino, las mujeres encuentran y revalorizan la potencia de éste. Las mujeres que son madres y que han parido revaloran la capacidad de dar vida y de dar a luz; reconocen una sabiduría natural presente y activa en los cuerpos, conectada con una sabiduría elemental, natural y cósmica. Algunos talleres femeninos tienen como objetivo “despertar los dones femeninos” para potencializar las capacidades psicoemocionales y transpersonales de las mujeres. Las mujeres encarnaron el holismo desde su experiencia corporal, sabiduría/voluntad femenina entreverada con la sabiduría/fuerza de la naturaleza para sus procesos de bienestar y sanación.

4.1.3. El *self*: la autonomía, la sanación y la sacralidad del cuerpo femenino

Estés donde estés, vivas donde vivas, sólo busca dentro de ti tu divinidad! sólo busca dentro de ti tu bendita esencia! sólo busca dentro de ti tu amor sin fronteras! ahí está tu verdad, no en libros, no en templos, no en iglesias, no en sectas! Tú eres la piedra fundamental de este encuentro de amor! de este encuentro de luz! de este feliz encuentro de amor sin doblegar, sin dominar, sin detener tu fuerza interna, tu luz interna, tu fe interna, tu paz interna, tu bendito universo interno, ahí empieza el feliz encuentro con tu divinidad, ahí empieza tu feliz encuentro con tu ser superior, ahí empieza tu feliz encuentro con tu ser de luz, ahí empieza tu feliz recorrido a casa!
Mujer Gaia

En los discursos referentes a la salud del cuerpo femenino, se reconoce una sabiduría corporal/natural, una sabiduría intuitiva que guía y sana; esta sabiduría es el Yo, el *self* de las mujeres. La espiritualidad alternativa propone la idea de la existencia de una chispa divina o un

self sagrado dentro de cada individuo, con el cual se puede contactar a través del desarrollo espiritual, eliminando las barreras del ego cotidiano que lo ocultan (Frigerio, 2013). Según Christiane Northrup (2006) la guía interior son los deseos, el deseo de una mejor vida, de la búsqueda de placer, libertad y alegría; sin embargo la misma autora apuesta que esa guía interior “funciona mejor” cuando está equilibrada con sólida y actualizada información. La guía interior, *self* o la capacidad para orientarse en el mundo, es determinada por la voluntad y la reflexividad. Es el Yo, que se encarna y participa en los procesos de sanación. Para Thomas Csordas la eficacia terapéutica, los efectos transformativos de la sanación tiene que ver con cómo son encarnados los procesos orientacionales para redireccionar la salud y los padecimientos (1997: 5). En este sentido, los performances curativos, así como los discursos terapéuticos, son paralelos a los dominios de la percepción y la práctica que constituyen al Yo. Con la reflexividad, los discursos terapéuticos se convierten en auto-conciencia, así la conciencia de sí mismo es culturalmente constituida como una manera de ser y estar (Csordas, 1997: 14). En la ritualidad femenina, la autoconciencia y reflexividad de las mujeres se encarna, se potencializa y se manifiesta en el terreno del *self*, el Yo orientacional.

El *self* es autónomo porque actúa en la raíz de las subjetividades, se expresa a sí mismo, el *self* es la capacidad reflexiva y la voluntad para actuar en el mundo, para expresarse y trascenderse. El *self* es la capacidad de ser imaginativo, creativo, de regular las emociones, de dirigir la propia vida de acuerdo a la experiencia, en congruencia a lo que se siente, a la intuición. En este sentido, localizar la capacidad auto reguladora del *self*, concede sentido, potenciación, reapropiación y autonomía, como manera de reconocer y actuar la propia verdad.

El movimiento de conciencia femenino/feminista busca que las mujeres nos despertemos en las diversas maneras de la autonomía del cuerpo/ser. Es en la autonomía y la autogestión corporal que las mujeres están previniendo y sanando malestares y padecimientos; es la sabiduría femenina individual y colectiva liberada para el bienestar, como lo expresa este post de Facebook, que cita a Beatriz Andrade:



Recorte de pantalla 22. Post de Facebook de la comunidad Yeztli, Enero, 2014.

En el contexto de la espiritualidad femenina, se alienta a las mujeres a contactar con el *self*, el pensamiento/sensibilidad intuitiva, que es individual y colectiva a la vez, experiencia somática, cotidiana y sagrada. Andrea Herrera Atekokolli,³⁷² Abuela indígena ecuatoriana, dice al respecto:

Las mujeres debemos volver a recuperar nuestro pensamiento intuitivo. Ese pensamiento que se da en sentimiento, en imagen, en sonido, en aroma, ese pensamiento que se da en símbolo, y para eso tenemos que creémosla, porque son pensamientos intuitivos holísticos y globales que lo cubren todo y que no tienen palabras... Tenemos un conocimiento silencioso esperando ser recuperado, un conocimiento que tiene mucha herencia, que tiene la posibilidad de caminar entre las distintas dimensiones de la realidad, que mucha gente llama sueños, que mucha gente llama visiones, pero que es parte de la realidad.³⁷³

Desde las concepciones holísticas femeninas, este conocimiento y sabiduría está dispuesta en el cuerpo, en los órganos y funcionamientos femeninos: la “sabiduría ovárica”,

³⁷² Abuela, líder espiritual, mujer medicina, custodia del templo lunar de LikanRay del Ilaló en Ecuador, “se ha encargado de rescatar, estudiar y difundir la relación de la sangre de la mujer con la Madre Tierra y el poder guardado en los úteros.”

³⁷³ Andrea Herrera Atekokolli

<https://www.facebook.com/KumayWinyela/photos/a.316257558560894.1073741828.282725988580718/318846138302036/?type=3&theater>, consultado en agosto, 2014.

“sabiduría menstrual”, “sabiduría del útero-corazón”³⁷⁴; como veremos, estas sabidurías prescriben actitudes y prácticas que son necesarias incorporar para el bienestar y la salud.³⁷⁵ En este sentido, la curación, la sanación y la salud apelan a la intuición, es decir, a la capacidad de sensibilizar(se) a los lenguajes del cuerpo, y al reconocimiento de los deseos y las necesidades de una misma, para encarnar(se) -al *self*- y realizarse a sí misma.

En la espiritualidad femenina, reconoce al *self* como chispa divina que como hijas de la Madre se posee y se expande a lo bioquímico y corporal de ser mujer. El cuerpo femenino se convierte en sagrado. La sacralidad del cuerpo femenino es una reivindicación cultural, que implica recuperar lo divino que habita dentro. Ana Tere Lahak comenta que en el círculo de mujeres “lo primordial es que nos demos cuenta que somos el templo divino de la Madre cósmica, la Madre Divina soy yo, yo soy la Madre Cósmica, yo soy la Madre Tierra”. En palabras de Ana Tere, se busca reconocer que en el cuerpo femenino habita la Diosa. Por esto el cuerpo se sacraliza como un templo sagrado, porque ahí habita la vida que es sagrada también.

El cuerpo como un templo sagrado, es manifestación del espíritu, que se honra y respeta, es decir, se busca ser conscientes y congruentes a las manifestaciones, deseos y necesidades que emanan del cuerpo/ser. Chandra Santiago expresa su perspectiva y vivencia como proceso en torno al cuerpo femenino:

A partir de los círculos y de esta experiencia con las mujeres, veo mi cuerpo como un templo, me siento ahora bien segura, antes en mi adolescencia tenía prejuicios o te acomplejas pero pues no, esas son programaciones que el mismo sistema te dice [...], cada mujer es especial, cada mujer tiene rasgos diferentes, su cuerpo es diferente. Yo ahora mi cuerpo lo veo así como un cuerpo sagrado, que contiene la sangre bendita que de ahí viene la creatividad, de ahí viene la vida, de ahí nos nutre y nutre la vida, todo esto que te digo lo he aprendido en los círculos de mujeres, antes yo no sabía nada, ahora pues vivo mi cuerpo de una manera que lo disfruto, que me gusta, que lo consagro, me cuido.³⁷⁶

Chandra transformó su percepción, concepción y vivencia del cuerpo, también ahora sus prácticas corporales son otras, en donde el cuerpo sagrado adquiere relevancia en su *habitus*, en

³⁷⁴ Candace Pert (1997) señala que nuestros pensamientos, nuestras emociones y nuestro cerebro se comunican directamente con nuestros sistemas inmunitario, nervioso y endocrino y con nuestros órganos. Además, si bien estos sistemas corporales se estudian y se consideran por separado, en realidad son aspectos del «mismo» sistema. Si el útero, los ovarios, los glóbulos blancos y el corazón fabrican las mismas sustancias químicas que fabrica el cerebro cuando piensa: «¿En qué parte del cuerpo está la mente?». La respuesta es: «La mente está situada en todo el cuerpo», e incluso más allá (en Northrup, 2006).

³⁷⁵ Si por el contrario, esta sabiduría es ignorada o invalidada puede ser la causa de algunas enfermedades específicas, ya sea en el útero, los ovarios o el ciclo menstrual.

³⁷⁶ Entrevista con Chandra Santiago. Septiembre, 2014.

su relación con otras mujeres, en su identidad y en su estado de salud y bienestar. Como un acto antipatriarcal y anticolonialista, las mujeres están resignificando y revitalizando sus cuerpos, construyendo maneras de ser mujer. Así mismo, en el ámbito de la espiritualidad femenina las mujeres encontraron un sistema de salud; conocimientos, prácticas y concepciones que les permitieron hacer consciente su cuerpo y encontrar un sentido/sensibilidad para su estar en el mundo.

4.2 Sistema de salud femenino holístico

Encontrarse bien es encontrarse con una misma, y la práctica de ese encuentro es seguramente más fácil cuanto más holístico sea el acercamiento hacia el propio cuerpo.
Carme Valls Llobet

Como vimos en el capítulo uno, históricamente las mujeres hemos encarnado los mandatos de las instituciones del poder-saber constituyéndonos como mujeres enfermas con la necesidad de realizar prácticas clínicas de auto-medicalización y patologización. También en el capítulo uno, vimos cómo el movimiento de conciencia femenina/feminista global, ha creado un sistema de salud femenino/feminista que integra los conocimientos de la biomedicina, la medicina tradicional y la medicina alternativa o complementaria. Este sistema de salud-enfermedad-atención³⁷⁷ del cuerpo femenino se entreteje con la práctica del movimiento de espiritualidad femenina. A continuación expongo aproximaciones a este modelo que integra conocimientos médicos, psicoemocionales, prácticas de saberes femeninos y ancestrales que tienen que ver con la salud y el bienestar integral, la felicidad y la satisfacción de las mujeres.

Desde mucho antes que surgieran las profesiones clínicas y sanitarias con base científica, los grupos humanos han desarrollado fundamentos técnicos y religiosos o espirituales para cuidar, atender o dirigir a los individuos que enfermaban. Actores como el curandero, chamán, la curandera, se han considerado como figuras que practican el cuidado de la salud con un liderazgo político/espiritual en la comunidad. En el siglo XVII, con la visión cartesiana que disocia el cuerpo del alma, la dimensión espiritual queda relegada a los asuntos de la Iglesia. La visión mecanicista de la ciencia se aplica también al proceso de salud-enfermedad; se da un

³⁷⁷ Eduardo Menéndez propone estos procesos como universales, ya que suponen “la existencia en toda sociedad de representaciones y técnicas para entender, enfrentar y, a ser posible, solucionar la incidencia y consecuencia generadas por los daños a la salud” (1996: 32).

proceso de desacralización de la medicina que evidentemente ha generado un profundo cambio en los significados y en la gestión del proceso de sanación. Como vimos, este paradigma desacreditó los saberes empíricos de las mujeres curanderas y sanadoras, para que practicantes masculinos se posicionara como especialistas de la salud desde esta visión acotada, cartesiana. Hasta nuestros días, estas concepciones y prácticas imperan en los sistemas de salud de la cultura occidental. Las definiciones en torno a la salud y al enfermedad que no toman en cuenta las condiciones de vida, de trabajo, la cultural, la clase, la etnia, el género, son concepciones alejadas de la realidad y se contradice a las situaciones y circunstancias que las personas viven. Actualmente, la salud se concibe como un constructo complejo multidimensional, que presenta las características del paradigma de la complejidad (Morin, 2001; Najmanovich, 2001, 2007; Massó, 2009; Guirao, 2013). Para Guirao (2013) el concepto de salud compleja adoptaría un modelo de red fractal de diferentes dimensiones (Ilustración 11) que se comportan como unidades complejas fractales en red (Ilustración 12).



Ilustración 11. Modelo de red fractal de las dimensiones de la salud. Guirao (2013).

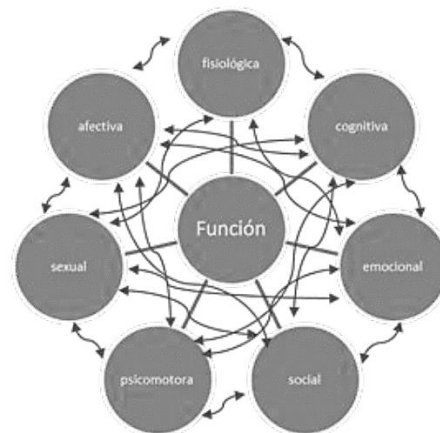


Ilustración 12. Modelo de unidad compleja. Guirao (2013).

Los diagramas de Josep Guirao muestran la interrelación entre las dimensiones que afectan el estado de salud-enfermedad en las personas, y aunque el autor aterriza en la espiritualidad como dimensión de la concepción holística de la salud, ésta no aparece en los diagramas, pero puntualiza: “la dimensión espiritual, en tanto que modo de atribuir significado, valor y sentido a la experiencia humana tiñe el resto de dimensiones como un elemento más de la red” (2013: 6). La espiritual es un eje fundamental en el sistema de salud femenino holístico, como veremos más adelante.

Carme Valls-Llobet elabora un esquema en donde expone los condicionamientos de la salud y los factores atenuantes:

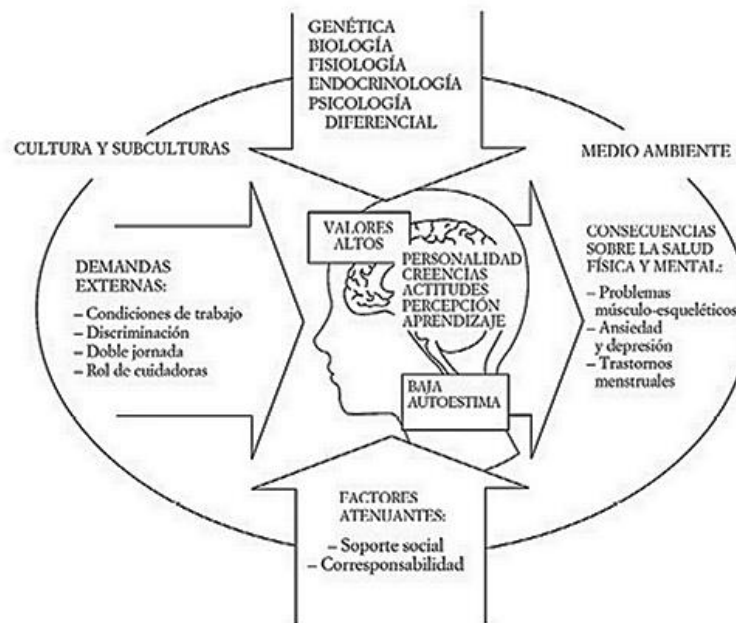


Ilustración 13 Gráfico de los condicionantes de salud y factores atenuantes (Valls-Llobet, 2009).

La autora explica cómo los condicionantes de la salud afectan a los seres humanos con determinada genética, biología, fisiología, endocrinología y psicología específica; también por los condicionamientos de género, clase social, etnia y las opciones sexuales; la salud-enfermedad afecta a unos organismos con una historia personal, que ha condicionado su personalidad, creencias, actitudes y formas de percepción según el núcleo familiar, la escuela, la sociedad y el medio cultural de donde han desarrollado su aprendizaje. Valls-Llobet (2009) se centra en la salud de las mujeres y cómo la cultura patriarcal ha influido en la baja autoestima femenina desde la etapa fetal, cómo las demandas sociales y culturales provocan malestar en las mujeres por un ideal de perfección introyectado. Sin embargo, estos factores o constricciones están siendo superadas por la capacidad que proporciona la conciencia reflexiva y colectiva: el *self-femenino*.

Así mismo, Valls-Llobet señala que no se puede separar la percepción de la salud, la sensación subjetiva de “estar bien” de la cultura en donde nos encontramos. Ahora sabemos que el cuerpo está influido y es estructurado por los pensamientos y las creencias acompañadas de emociones y sentimientos, cada emoción produce una realidad bioquímica específica en el cuerpo. Los pensamientos que se refuerzan de manera continua se convierten en creencias, la

creencia se convierte en biología, y dirigen la conducta; muchas de las creencias son heredadas de una educación patriarcal, misógina y violenta. Por esto, las cuestiones psicoemocionales y culturales son parte medular de este sistema de salud femenino. Fabienne Peter (2001) sugiere un modelo de salud que logre implicarse en los problemas de equidad, describe la *salud como libertad* y hace énfasis en potenciar la capacidad de decisión y de actuar de los sujetos, así como el empoderamiento como medio de transformar estilos de vida no saludables. Valls-Llobet (2009) comparte la perspectiva de la *salud para disfrutar* o *salud para vivir* entendiéndolo y ligándolo a la potenciación de las personas y su calidad de vida, como sucede en el sistema de salud femenino holístico. Estas definiciones y sistemas de salud, permiten que las mujeres sean protagonistas de su vida y sus estados de salud, y no víctimas de agresores reales, imaginarios o simbólicos (Valls-Llobet, 2009).

El estado de salud -de las mujeres- está ligado a la cultura en la que se vive, a la posición que tienen dentro de ésta, así como al *habitus* que se desempeña. Diversos estudios de la psicología y la biomedicina han investigado las correlaciones entre los dolores menstruales, el síndrome premenstrual, el dolor pelviano, los miomas, la vaginitis crónica, y cómo se relacionan con los contextos culturales/familiares de las mujeres, sus creencias sobre sí mismas y su vida; suposiciones culturales que inconscientemente hemos heredado y encarnado de manera colectiva. La psiconeuroinmunología, la ciencia de la conexión mente/cuerpo, explica cómo afectan al cuerpo las circunstancias de la vida; las investigaciones relacionadas demuestran que los sutiles campos electromagnéticos de fuera y dentro del cuerpo, forman un vínculo entre las heridas culturales, las que se llaman “psíquicas” y “emocionales”, y los problemas que llamamos “físicos” (Northrup, 2006: 75). Los padecimientos de las mujeres tiene una causa histórica-colectiva, las heridas físicas, psíquicas y espirituales forman parte de una herida cultural mayor que afecta potencialmente a todas las mujeres, es lo que genera el cuerpo del dolor y el malestar corporal femenino generalizado, en donde la “desconexión” colectiva del cuerpo femenino es causa de tantos desajustes, ignorancias y enfermedades, de ahí la importancia de sanar lo personal y lo colectivo, sanar el presente y “sanar la historia”.³⁷⁸ En este sentido, la psiconeuroinmunología explica también, cómo tenemos la capacidad para sanar esos trastornos culturales, heredados.

³⁷⁸ En este sistema de salud se contempla la multidimensionalidad temporal, el pasado, presente y futuro histórico-corporal de las mujeres. Como lo vimos en el capítulo tres, la noción de “sanar la historia” es cuando las mujeres elaboraron rituales de sanación reconociendo, perdonando y aceptando el linaje de cada una y el colectivo de mujeres que nos preceden, haciendo alusión a liberar el dolor emocional y a liberar la energía de violencia y abusos al cuerpo femenino, el cuerpo del dolor histórico de las mujeres.

Así, todo malestar, toda curación del malestar y toda creación de salud son al mismo tiempo físicos, psíquicos, emocionales, culturales, sociales y espirituales.

El paradigma holístico de la complejidad en torno a la salud-enfermedad, permite considerar los problemas globales desde una perspectiva diferente y multidisciplinar. De acuerdo a la concepción de persona que subyace al paradigma propuesto por Edgar Morin, (1984, 1994) constituye una antropología cimentada en lo cósmico y lo biológico, abierta a lo imaginario, al mito y la magia. En este sentido, la dimensión espiritual del proceso salud-enfermedad-sanación, es primordial; la espiritualidad como sistema de valores y creencias, como el sentido y propósito de la vida, como conexión y vínculos³⁷⁹ humano y no-humanos o como experiencias trascendentes, transpersonales y de completud. La espiritualidad ha sido definida como una dimensión de la salud y el bienestar de cada individuo (Skokan y Bader, 2000), como un camino que reconoce la interconexión cuerpo-mente-espíritu y que provee el conocimiento de la totalidad de la persona (Goddard, 2000). Las experiencias espirituales tienen repercusiones en nuestros estados de salud. De tal manera que la medicina alternativa

El campo de estudio sobre salud-espiritualidad gana cada vez más interés desde distintas disciplinas que explican las incidencias de cómo las creencias y la vida espiritual acometen en la salud-enfermedad de las personas.³⁸⁰ En el campo de la enfermería, las ciencias médicas, psicológicas, sociales, ha coincidido en que todos los humanos somos (o podemos ser) seres espirituales, y que cada persona tiene una dimensión espiritual que motiva, energiza, e influye aspectos de su vida (Young y Koopsen, 2011). Así mismo, el movimiento cultural/espiritual en torno al cuidado de la salud va en aumento; las denominadas “Culturas terapéuticas” (Illouz, 2008), “culturas psi”,³⁸¹ los “ambientes holísticos”, las llamadas “espiritualidades vitales”³⁸² (*Spiritualities of Life*) (Heelas, 2008) o los ecofeminismos, registran una mayor preocupación por

³⁷⁹ Conexiones y vínculos sensibles/simbólicos/reflexivos/emotivos/somáticos.

³⁸⁰ Desde 1991 el *National Institute for Health Reserch* estudian la influencia de la espiritualidad en la salud. Las investigaciones en Estados Unidos y Canadá han encontrado *evidencias científicas (evidence-based medicine)* que vinculan la religiosidad a la morbilidad y mortalidad, también se han documentado vías biológicas que vinculan la espiritualidad /religión a la salud, así también se ha ampliado el campo de investigación en cuanto a la apreciación de las variables espirituales/religiosas en la investigación y la práctica (Miller y Thoresen, 2003). Este campo de estudio emergente que abarca espiritualidad y salud, toma auge entre las distintas disciplinas también, en América Latina. la investigación empírica sobre el tema va en aumento.

³⁸¹ La multiplicidad de modos y niveles en los que los saberes psi permean las culturas locales, y la variedad misma de las formas que han adquirido sus diversas recepciones e implantaciones. https://www.culturapsi.org/who_we_are

³⁸² Paul Heelas (2006) documenta la extensa y consumista *cultura del bienestar subjetivo* y cómo se ha convertido en un vehículo para desarrollar amplia gama de carreras, sumando uno de los mayores (si no el más grande) sector de empleo de la modernidad contemporánea. Heelas asegura que esta *cultura del bienestar subjetivo* ha jugado un papel en el crecimiento de la espiritualidad de la vida interior.

el bienestar, desde la concepción socio/psico/somática/espiritual humana, con voluntad para la intervención y trascendencia de sí mismo.

Desde esta perspectiva, la salud tiene que ver con el cuerpo holístico, con el espíritu y con el universo. Las concepciones de este sistema de salud, parten del todo entreverado, en donde energía y materia se conforman. Este modelo se enfoca en el fenómeno de la causalidad de la enfermedad desde un marco conceptual holístico-emotivo, en donde los trastornos, los desajustes y malestares son señales de desequilibrios en algún o algunos elementos de la compleja ecología humana interconectada.

La “espiritualidad sanadora”, es la espiritualidad íntimamente ligada con la salud y los procesos de bienestar, repertorio de prácticas terapéutico/espirituales,³⁸³ que en su encarnación, se recupera el bienestar y la salud en varias o todas sus dimensiones. Los procesos de sanación, procesos del *self*, cuerpo/mente consciente que activa circuitos neurales, modifica conexiones y cambia estructuras físicas del cuerpo y del cerebro. La sanación es un acto radical espiritual para la (auto)transformación. Desde esta perspectiva la sanación es un bien dispuesto en la (propia)naturaleza y la colectiva de mujeres libera los conocimientos, las experiencias y las prácticas terapéuticas para la sanación femenina. La salud se pone al alcance de todas en el círculo.³⁸⁴

4.2.1. Las enfermedades - sanaciones de las mujeres

Veo que está aumentando el número de mujeres sanas en todo el mundo y me estoy convirtiendo en una de ellas, más y más cada día.

Sé cómo es estar sana y bien, y el primer paso es aceptar nuestro cuerpo y saber que es la manifestación de pensamientos y creencias que siempre se pueden cambiar y poner al día. Imagínate sana, completa, curada y profundamente conectada con la sabiduría de tu cuerpo femenino. Recuerda que para estar sana y completa debes de tener el valor de seguir los dictados de tu corazón, y realizar tus deseos.

Christiane Northrup

En la década de los setenta, para el Colectivo de las Mujeres de Boston, el conocimiento y la educación del cuerpo femenino fue la base de su luchas personales, sociales, políticas, porque

³⁸³ En este sistema de sanación, cada uno es su propia autoridad que permite configurar el repertorio de prácticas terapéuticas/espirituales dispuestas y que desea encarnar. Al sujeto lo guía se verdad interior, en esta selección.

³⁸⁴ El colectivo es también parte vital para el proceso, las agencias entramadas potencializan las posibilidades terapéuticas. La prevención es el camino aprendido de la propia sabiduría, buscando/encontrando el bienestar y el balance.

“teniendo el control de nuestros cuerpos tendremos el control de nuestra vida”. La acción colectiva de aquellas mujeres hasta la fecha sigue con acciones para la salud y el bienestar femenino en muchos lugares del planeta. En la introducción de su libro “*Nuestros cuerpos, nuestras vidas*” plantean las razones de la importancia del (auto)conocimiento:

Para nosotras, la educación sobre nuestro cuerpo es el núcleo de la educación. Nuestro cuerpo es la base física con la que nos movemos dentro del mundo: [...] Al hacernos responsables de nuestro ser físico nos liberamos de algunas de estas preocupaciones y podemos empezar a usar nuestras energías intactas. Sólo entonces nuestra imagen de nosotras mismas se apoya sobre una base firme, lo que nos permite ser mejores amigas, mejores amantes, mejores personas, más seguras, más autónomas, más fuertes y más íntegras (1987:13 en Blázquez y Cornejo, 2013).

Podemos reconocer un movimiento de la conciencia por la autonomía del cuerpo femenino, en donde diversos movimientos y acciones han revelado una forma autogestiva de cuidar el cuerpo. La ginecología *Do-it-yourself* y los feminismos de espéculo³⁸⁵ como parte de la tercera ola del feminismo, también los fanzines, manuales,³⁸⁶ textos³⁸⁷ y documentales³⁸⁸ que circulan en la red global, comparten información detallada del cuidado de la anatomía femenina. En la red virtual circulan imágenes en tercera dimensión³⁸⁹, videos,³⁹⁰ y obras artísticas³⁹¹ de las formas y funciones de lo que habita en el cuerpo femenino, y se comparte cómo cuidarlo desde

³⁸⁵ En donde las jornadas educativas son con la autoexploración usando el espéculo.

³⁸⁶ En la red circulan los libros de la chilena Pabla Pérez, “*Del cuerpo a las raíces. Uso de plantas medicinales para la salud sexual y reproductiva*” (2011) y “*Manual Introductorio a la Ginecología Natural*” (2005). También el *Manual de Ginecología Natural para Mujeres* de Rina Nissim (1984). En enero del 2014, la escritora española Carla Trepas Casanovas, convocó a una *Creación colectiva de Sabiduría Femenina* para recuperar palabras, imágenes, poemas, canciones y cuentos que hayan servido de inspiración respecto a la sexualidad, el ciclo menstrual y el amor.

³⁸⁷ Textos de blogs y páginas electrónicas de la conciencia femenina y el cuidado del cuerpo.

³⁸⁸ Documental *MLAU: Movimiento insurrecto por la autonomía de una misma* (2015) Creación de mujeres chilenas [en línea] <https://vimeo.com/118763092>. El documental español *Endometriosis, la punta del iceberg* (2012) de Elena Goatelli. [en línea] <https://www.youtube.com/watch?v=eMyCtftiybs>. Las películas de la eslovaca Diana Fabianová *La luna en ti* (2013) <https://vimeo.com/34216239> y *Monthlies* (2014) <https://www.youtube.com/watch?v=k2CKyOzyan8>. El documental *El parto robado: La historia de la Obstetricia* (Se desconoce director) (a).

³⁸⁹ <http://www.healthline.com/human-body-maps/uterus#4/2>

³⁹⁰ En la red de comunidades de conciencia femenina, circuló un video en donde se muestra una bella animación editada con imágenes reales del útero en la ovulación <https://www.youtube.com/watch?v=8XzZv2MNIHs>. En la película de *Monthlies*, dirigida para adolescentes, Diana Fabianova da animación y dota de personalidades al útero.

³⁹¹ “*The Beautiful Cervix Project*” Movimiento de colaborativo de información y fotografías que documentan los cambios en el cuello uterino y el flujo vaginal a lo largo del ciclo, <http://beautifulcervix.com/>. “*The Exquisite Uterus Art of Resistance Project*” Proyecto de arte colaborativo feminista para “canalizar parte de la rabia que estuvimos experimentando en los ataques a la salud reproductiva de las mujeres en este ambiente político, y para recaudar fondos para las organizaciones de mujeres de salud reproductiva”, las obras son creaciones artísticas en torno al útero. <https://www.pinterest.com/profgates/exquisite-uterus-preview-board>.

sus propia verdad, normalidad y autonomía. Este sistema de salud, como vimos en el capítulo uno, tienen sus bases en los grupos de autocuidado del movimiento feminista global; el poder sanador de la comunidad afectiva y terapéutica ya ha sido vivido por otras mujeres. En este sentido, en los círculos de mujeres se sabe, que una se sana al estar en colectivo; se sana conociéndose y conociendo a la tribu femenina, compartiendo y aprendiendo de las experiencias de cada mujer, las mujeres se sanan en la intercorporalidad del ritual, en donde es posible adquirir (auto)conocimientos del cuerpo, la salud y el bienestar; las mujeres sanaron cuando encarnaron las prácticas y la diversidad de técnicas, conocimientos y terapias holísticas dispuestas en el colectivo.

Según esta perspectiva holística femenina, la enfermedad física o mental tiene su origen en el alma y en el desequilibrio del sistema energético. El malestar se manifiesta de forma gradual para -y hasta que- sea atendido; la auto reflexividad, como experiencia somático/reflexiva capta el desequilibrio y actúa para solucionarlo. La sanación (*healing*) es un proceso natural del cuerpo humano, mientras que la curación (*cure*) es un procedimiento externo del que se fundamenta la medicina alopática: prescripción de medicamentos o intervención quirúrgica para retirar o enmascarar síntomas. Sanación viene del latín *sanare*, restaurar la salud y *sanus*, sensato, que no está desequilibrado.³⁹²

Las enfermedades de las mujeres en gran medida vienen de las experiencias de abuso, de violencias, heridas de la cultura patriarcal, creencias destructivas encarnadas acerca de nuestra valía, nuestra capacidad, nuestro poder. Las enfermedades y malestares son el lenguaje del cuerpo/ser para (re)conocer nuestras heridas más profundas.³⁹³ Las prácticas discursivas y terapéuticas de la labor femenina holística, parten de hacer consciente esta herida cultural encarnada. Las mujeres dan cuenta como la “enfermedad viene del miedo, de la desconexión, de no recordar, de no estar en tu centro”,³⁹⁴ lo que significa no estar en equilibrio biopsicoemocional, equilibrio cuerpo/mente-intuición/emociones; enfermedad y malestar que se presenta cuando no hay congruencia práctica entre lo que cada mujer desea y necesita hacer y ser. Desde esta perspectiva, la enfermedad se relaciona con hacer cosas en contra del deseo,

³⁹² La idea reflejada en el término sanación es impersonal, supone la recuperación de la salud vinculando malestar físico y mental, también el término podría reflejar una impresión subjetiva de la mejoría, sin embargo, utilizo el término “sanaciones” para hacer referencia a los procesos complejos y “personalizados”.

³⁹³ La herencia patriarcal encarnada es que no valemos mucho, que no somos capaces, que estamos sucias y que somos impuras.

³⁹⁴ “No estar en centro” hace alusión a no estar en el *self*, a no conocer/sentir la sabiduría interna, el *self* es el centro organizador de la personalidad -encarnada-.

profundizando la disociación de la mente, el cuerpo, las necesidades. En la conciencia holística femenina, se contempla también, cómo la enfermedad tiene su causa en los bloqueos energéticos de la energía sexual/vital de las mujeres, devenidos de los patrones ancestrales-familiares,³⁹⁵ de las creencias,³⁹⁶ de los tabús, de la ignorancia y las violencias. Bloqueos, desconocimientos, negaciones, rechazos, son el origen de la enfermedad, Karina Fuentes así expresa este entendimiento:

...comprendí que cuando ya hay cólico y problemas de miomas u otros, es porque nosotras estamos negando algo de nosotras mismas, que a veces no nos damos cuenta, pero el cuerpo es mágico y el universo no se equivocó y se manifiesta y en el caso específico del útero se manifiesta en miomas, en cólicos, cáncer, pero es por esa negación, por negarnos a conocer a ver quiénes somos.³⁹⁷

Como vimos en el capítulo tres, las demandas de salud de las mujeres se vinculan a la búsqueda espiritual, en donde las prácticas discursivas ofrecen “construcciones de sentido último” (Berger y Luckmann, 1995) que se encarna en la realidad somática, constituyendo una relación recíproca de espiritualidad/sanación. Así los proceso de malestar/enfermedad-bienestar/sanación de las mujeres iniciaron con los (auto)conocimientos de sí y del cuerpo, y crearon los puentes cognitivos y somáticos para restablecer el equilibrio en sentido holístico.

En el cuerpo y en la búsqueda de bienestar y sanación, las mujeres encontraron sentido, potenciación, reapropiación y autonomía. Las sanaciones atravesaron y se gestaron en el cuerpo, desde lo más visceral, lo bioquímico, lo neuronal, la estructura y sensibilidad somático/reflexiva, donde una nueva cosmovisión se encarnó. La sanación fue la restitución del equilibrio vital en referencia al orden metafísico/energético. En estos procesos de enfermedad/sanación se debaten las ontologías mecanicistas para dar un giro a las ontologías vitalicistas, que contemplan el orden perfecto del *anima mundi*, del espíritu/materia que nos compone y nos transforma.

4.2.2. La Gyn/ecología, los conocimientos encarnados

Despojémonos de todos los falsos mantos que nos han dado.
Cubrámonos con el verdadero manto del poderoso instinto y la
sabiduría. Penetremos en los territorios psíquicos que antaño nos
pertencieron. Desenrollemos las vendas, preparemos la medicina.
Regresemos ahora mismo como mujeres salvajes que aúllan, se ríen y
cantan las alabanzas de Aquella que tanto nos ama.

³⁹⁵ Estos patrones se encarnan y, según esta perspectiva, se almacenan en registros del ADN.

³⁹⁶ Creencias introyectadas negativas de raza, credo, de la cultura y la familia, que marcan la actitud hacia la energía sexual femenina y lo que significa ser mujer.

³⁹⁷ Entrevista con Karina Fuentes. Guadalajara. Abril, 2014.

A nivel global y en la ciudad de Guadalajara las mujeres en círculo comparten concepciones y prácticas de esta construcción de salud-enfermedad-atención femenino/feminista que circula y se comparte en los medios digitales, los libros, talleres y charlas. En los círculos de mujeres se comparten la concepción de que para vivir el cuerpo en bienestar es necesario conocerse. Jimena Chalchi explica que al darse cuenta de la desconexión e ignorancia de las mujeres con su cuerpo fue lo que la motivó a llevar a cabo su proyecto de Gyn/ecología autogestiva:

La mejor medicina que podemos tener es educarnos un poquito, con poquito que nos eduquemos y nos cuidemos, ya estamos bien, ya cualquier cosa fuera de lo normal consultar a alguien... yo no entendía por qué cederle el poder de tu vida y tu salud a un tercero que estudió, nada más porque estudió y que además te tratan muy mal, se creen dioses.³⁹⁸

Jimena pone en perspectiva la importancia y el poder que aporta a la vida de una mujer el conocimiento de sí, el reapropiarse y gestionar su cuerpo y sus procesos de bienestar y salud. La Gyn/ecología practicada en la ciudad, echa mano de conocimientos, saberes y disciplinas que aportan una visión amplia, para conocer las causas de los malestares y para poder equilibrar el estado de salud sin efectos secundarios, sin prácticas invasivas. Las prácticas discursivas buscan establecer la conexión con el propio cuerpo, para tomar la responsabilidad y la conciencia de sí, y retomar el poder de sanarse a sí misma.

Las mujeres han organizado círculos de estudio y talleres estructurados para enseñar/aprender este sistema de salud y esta anatomía compleja, anatomía en interconexión con la subjetividad femenina y con los ciclos naturales; estos talleres están organizados en su mayoría por mujeres que se reúnen en círculo. En los talleres así también se comparte una perspectiva ecofemenina y espiritual del cuerpo femenino. A continuación las invitaciones a un círculo de estudio y a un taller:

³⁹⁸ Entrevista con Jimena Chalchi, julio 2014.



Recorte de pantalla 23. Invitación al círculo de Estudios Mujer consciente.



Recorte de pantalla 24. Invitación al Taller Principios de Ginecología Natural. Guadalajara.

En contraste con la dinámica semi estructurada de los talleres y círculos de estudio, en los rituales femeninos, se comparten de manera no estructurada estos conocimientos, de forma implícita o explícita las mujeres en círculo recurren a este sistema de salud y bienestar femenino, haciendo relevante que las reuniones son espacios para hablar del cuerpo, expresar emociones y compartir herramientas y recursos para el bienestar y la sanación.

En los talleres y círculos de mujeres se da cuenta cómo el cuerpo femenino que no es para consumo u objeto de erotismo ha permanecido como tabú, lo que produce la desconexión y la ignorancia colectiva. La propuesta para el bienestar y la salud es el auto-conocimiento del complejo sistema de ecología femenina. Muchas mujeres que llegaron a los círculos, desconocían las partes de su cuerpo, los nombres correctos y las funciones, ni qué decir del desconocimiento de los efectos hormonales en la corporalidad/psicoemocionalidad. Para las mujeres en círculo, es vital el (re)conocimiento de la anatomía que nos conforma, ya que la anatomía que “enseñaron” en la escuela (ni mencionar la casa, que el cuerpo femenino es tabú e ignorancia) es deficiente, sesgada e irrelevante. Así, las mujeres en círculo están replanteando las maneras de

conocer el cuerpo en colectivo³⁹⁹ y los medios digitales han abonado a las experiencias de cada una, encontrando sentido, bienestar y sanación.

En la ciudad de Guadalajara, la colectiva IxChel en confluencia con Jimena Chalchi⁴⁰⁰ nombran a este sistema de salud como Gyn/ecología,⁴⁰¹ que es el conocimiento y la práctica de tratar el malestar y la enfermedad femenina desde concepciones más amplias y completas; concepciones paridas desde las propias mujeres, desde el propio cuerpo. Gyn/ecología es la ecología de la mujer, en donde un perfecto sistema orgánico se manifiesta en el cuerpo/*self*. Los órganos, las hormonas, las emociones, los pensamientos, las prácticas cotidianas y todas nuestras relaciones tienen que ver con nuestro estado de salud o enfermedad. Por esto, podemos intervenir y mejorar esta sensible red de interconexiones de nuestro organismo.

Los procesos de malestar/enfermedad-bienestar/sanación comprenden que para sanar, es necesario un compromiso para mirar todos los aspectos de la vida y acceder al propio poder, a la agencia de cada mujer para cambiar y transformar creencias, relaciones, subjetividades y *habitus*. Como parte de este proceso de sanación, las mujeres vivieron experiencias de hacer sanaciones emocionales y renunciar al pasado,⁴⁰² “dejar de ser víctima” y “soltar el miedo al cambio” para poder resignificar las experiencias negativas. También, como veremos más adelante, el pasado negativo, resultó ser “la medicina”, la potenciación y el encuentro con su misión de vida.

³⁹⁹ En el movimiento por el conocimiento y las resignificaciones corporales femeninas, es preciso cambiar los nombres impuestos al organismo femenino por anatomistas y médicos de siglos atrás, esto como una práctica de reapropiación corporal; la palabra “cuerpa” es un ejemplo.

⁴⁰⁰ Jimena Chalchi es creadora del proyecto educativo de gyn-ecología autogestiva, ella imparte cursos y talleres en varias ciudades de México, el sistema de salud que se comparte es el mismo, en sus cursos ella amplía las interpretaciones a los malestares y enseña remedios herbolarios para cada padecimiento, así como el método de anticoncepción consciente.

⁴⁰¹ Mary Daly (1978) publicó *Gyn/Ecology: The Metaethics of Radical Feminism*, el término que utiliza para describir la ciencia en proceso de conocimiento y descubrimiento de las propias mujeres en la compleja red de vida-amor de la propia especie, en contraste con la ginecología que es fijo y desmembrado, la Gyn/ecología propuesta por Mary Daly, nombra y teje la sabiduría femenina.

⁴⁰² Desde esta perspectiva, dirigir el pensamiento y la energía hacia el pasado desvía la fuerza vital de las células y los órganos que necesitan esa energía para funcionar y sanar. No perdonar un evento o a una persona del pasado produce fugas energéticas del cuerpo; el perdón sana estas filtraciones y tiene más que ver con “liberarnos de la percepción de ser víctima”, lo que provoca ya no seguir obteniendo ganancias de esa postura, de manipular y controlar. Sin embargo, esta posibilidad no está dispuesta siempre con la mayor facilidad, ya que se necesita de un profundo proceso de sanación y transformación psicoemocional, probablemente se requiera de un proceso psicoterapéutico o psicochamánico para soltar patrones y vicios patológicos; también se necesita de un contexto inmediato que refuerce las nuevas concepciones y posibilidades para presentarse ante el mundo y dejar la fachada, en términos de Goffman.

Valls-Llobet asegura que es muy difícil o casi imposible cambiar actitudes y valores en un cuerpo cansado, agotado, por las carencias nutricionales, por las (micro)violencias diarias o por las disfunciones endócrinas, menstruales provocadas por el medio ambiente o por la medicalización excesiva. En los círculos se acompañó a las mujeres para volverse reflexivas de su propia vida y actitud, el acompañamiento sororal aportó inspiración, fuerza para la voluntad y conocimientos para hacer los cambios. Las -nuevas- actitudes obtenidas por las mujeres, fueron esenciales para recobrar su estado de salud. Como lo expresa Chandra en su narración:

La neta es que me siento bien plena, antes yo sufría mucha depresión que porque estaba sola, la familia, no sé qué y ahora pues no, hasta cambia tu estado mental porque sabes cómo jalar esa fuerza, desde ti dentro, jalar ese buen ánimo, esa buena actitud y si no lo puedes jalar tú, pues existen las plantitas que te dan esa buena atmósfera, esa buena vibra... que si quemó salvia, se dispersa mi densidad o de mi casa o mi mal humor, que si me tomo un tecito de romero o de manzanilla si estoy enojada ya se me quitó.⁴⁰³

Chandra comparte que en los círculos de mujeres ha aprendido conocimientos, como el uso de las plantas para sentirse mejor y tener una mejor actitud y experiencia de vida. Así, en los círculos se compartieron conocimientos generales, diversas maneras e indicaciones para potencializarse y recuperar el equilibrio del cuerpo/ser. Las mujeres retoman conocimientos antiguos en torno a los flujos energéticos, los ciclos y la naturaleza -humana-, conocimientos y saberes que aportan sentido a la experiencia y al malestar (femenino). Desde los conocimientos reapropiados y las experiencias de las propias mujeres, ellas plantean y desarrollan herramientas diversas y procesos psicoeducativos para equilibrar el organismo y las emociones. Las mujeres han encarnado diversidad de saberes y disciplinas ancestrales, poderosas medicinas que las han transformado para ser vehículo de su propia sanación y de otras mujeres.

Así mismo, en los círculos y reuniones femeninas se habló de prácticas, pensamientos y emociones para evitar o transformar. La nutrición es vital en esta concepción de salud, ya que el cuerpo se conforma de lo que se alimenta; se habló de la importancia de la alimentación saludable y natural, y se explicó cómo los alimentos de origen animal y los lácteos perjudican la salud femenina y promueven la proliferación de hongos, bacterias y candidiasis. También, en algunos círculos se hizo mención de evitar la contaminación sensorial, es decir, evitar ver o escuchar noticias que perturbe el estado emocional; la contaminación sensorial también se encuentra en lugares con “baja energía” que perjudican el propio nivel energético.

⁴⁰³ Entrevista con Chandra Santiago. Septiembre, 2014.

La herbolaría se convirtió en gran aliada para la atención y el cuidado de la salud. En la red global digital, se comparten libros y manuales que tratan del uso ginecológico de las plantas. En México, se convoca a talleres para producir los propios remedios o también se ofrecen productos terminados como las microdosis marca *Gaia Herbolaria*, creada por la “Escuela de Brujas y Sexualidad Sagrada y Empoderamiento Femenino”, ellas producen y venden en línea los remedios para regularizar los ciclos menstruales y eliminar los cólicos.⁴⁰⁴ En Guadalajara la colectiva IxChel es un nodo para intercambiar material, información y remedios herbolarios; como los libros de la chilena Pabla Pérez: *Manual Introductorio a la Ginecología Natural* (2005) y *Del cuerpo a las raíces. Uso de plantas medicinales para la salud sexual y reproductiva* (2011),⁴⁰⁵ que son básicos para las mujeres que comparten los conocimientos de herbolaria. Aquí la portada de ambos libros:

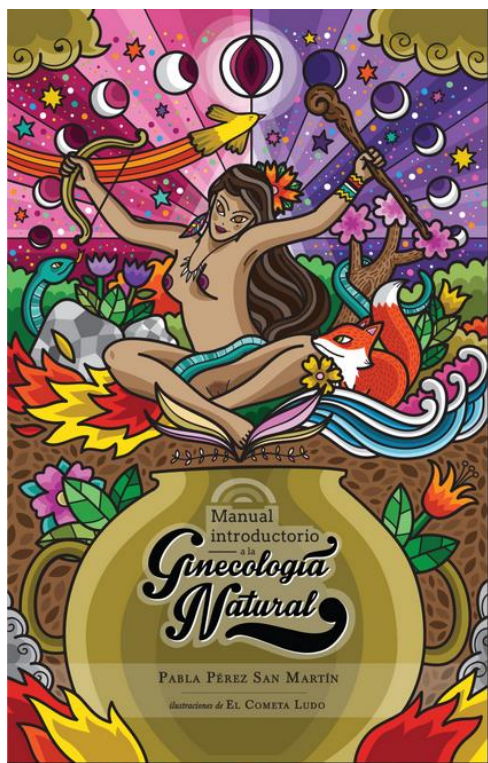


Ilustración 14. Portada del libro Manual Introductorio a la Ginecología Natural. Pérez (2005)

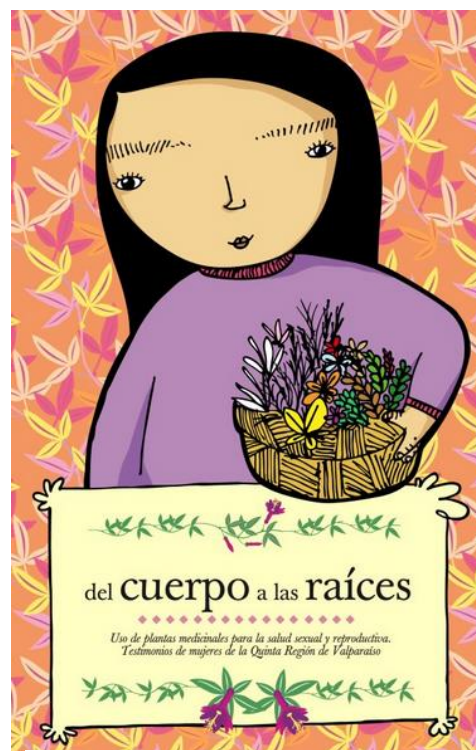


Ilustración 15. Portada del libro Del cuerpo a las raíces. Uso de plantas medicinales para la salud sexual y reproductiva. Pérez (2011)

⁴⁰⁴ El costo del frasco de 30 ml es de \$100 y “dura aproximadamente 2 meses, está hecho con hierbas y productos 100% naturales pero sobre todo, cada frasco se hace pensando en cada mujer a la luz de las velas y poniendo mucho amor en cada microdosis”. <https://www.kichink.com/buy/102768/el-jardin-de-regina/no-mas-colicos#.UugNLaaFCA8>,

⁴⁰⁵ El propósito de las obras es rescatar prácticas invisibilizadas, pero aún presentes en los rincones rurales de Chile, con las que las mujeres se han sanado a través del tiempo. No sólo constituye un registro detallado y riguroso de las características y propiedades de las plantas medicinales, sino “una valiosa recolección de testimonios en torno a experiencias femeninas, como la menstruación, el parto, la gestación, etc., compartida al calor de íntimas conversaciones.” <https://ginecologianatural.wordpress.com/publicaciones/>

En la ciudad de Guadalajara, las mujeres convocaron a talleres para compartir conocimientos y hacer preparados herbolarios específicos para los malestares y enfermedades femeninas. También durante las Carpas Lunares la herbolaria tuvo un lugar en la agenda del día, para compartir los saberes en torno a las plantas y su función en nuestro cuerpo. A continuación presento la invitación a un taller de herbolaria con Jimena Chalchi:

Taller de remedios herbolarios
*para el cuidado y curación de desequilibrios
relacionados con tu Gyn-ecología*

Facilita: Jimena Chalchi

- Nuestro cuerpo, su anatomía y el útero
- Patologías comunes en la matriz y tratamientos
- Equilibrio: funcionamiento del ciclo fértil sano
- Remedios naturales, alimentación y masaje

Sábado 12 y Domingo 13 de julio
10 am - 7 pm

Costo: \$1000 pesos (Incluye materiales y hierbas)

Gyn-ecología Activa
La Medicina de la Auto-observación

Casa Caracol
Penitenciaría 378
Entre Libertad y La Paz

INVITAN:
Ixchel **Yeztli**

Recorte de pantalla 25. Invitación al taller de Herbolaria, organizado por IxChel y Yeztli, Guadalajara, Julio, 2014.

Otro de los aspectos del cuerpo femenino que las mujeres en círculo compartieron para la sanación fue el conocimiento del sistema energético. La comprensión del sistema energético femenino abarca una mezcla de tradiciones ancestrales primordialmente de oriente, el hinduismo y la medicina taoísta; este conocimiento aporta referentes para hacer diagnósticos de ciertas enfermedades y concebir los puentes entre las emociones, los pensamientos y las actitudes. Los tres primeros chakras⁴⁰⁶ (perineo, sacro y plexo solar) tienen una relevancia en el sistema energético de la salud femenina,⁴⁰⁷ y por la conexión con la Tierra⁴⁰⁸ (Northrup, 2006). El movimiento de la energía del cuerpo es importante para mantener la buena salud; algunas mujeres optan por hacer alguna disciplina psicofísica, como yoga, taichí o danza, con la

⁴⁰⁶ Centros de energía dispuestos en el cuerpo humano, se le ha relacionado con centros nerviosos y con glándulas endócrinas. A cada chakra se le asocia con un color, con un símbolo concéntrico, un mantra (palabra sánscrita que se refiere a sonidos -sílabas, palabras, fonemas o grupos de palabras- que según, tienen algún poder psicológico o espiritual) y funciones físicas, psicoemocionales o espirituales específicas.

⁴⁰⁷ Aunque todos los chakras se influyen e interaccionan entre sí.

⁴⁰⁸ El uso de la falda tiene que ver con la concepción de la conexión con la Tierra, la falda posibilita una “conexión sanadora” con la Tierra, también tiene que ver con la concepción del cuerpo femenino circular y sagrado. Como vimos en el capítulo tres, el uso de la falda es una elección entendida y vivida desde estas concepciones.

conciencia energética, física y psicoemocional de mover la energía del cuerpo. Areli me comparte que el trabajo disciplinado del cuerpo le ha permitido sentirse sana: “ahora con el yoga, a través de retomarme y trabajar mi fuerza interior; el trabajo con el cuerpo me ayuda a poner en orden muchas cosas, me da fuerza y voluntad, y me siento bien, sana”.⁴⁰⁹ Asimismo, el contacto con la naturaleza es esencial para “sentirse conectadas”; caminar descalzas, abrazar a los árboles, cuidar de sus plantas son prácticas que realizan las mujeres por el aporte de bienestar.

En este sentido, en los círculos de mujeres se comparte una cultura de la salud, en donde la autogestión y autocuidado es primordial para la sanación y prevención, como lo expresa este post del Facebook de la colectiva IxChel:

IxChel alternativas Orgánicas y Ecológicas
Salud ovárica.

Es de vital importancia mantener un equilibrio entre los aspectos físicos, mentales y emocionales de nuestra vida para conservar una buena salud.

Comer saludable, ser felices y pensar positivamente, son cosas simples que podemos hacer por nosotras mismas, entre mas cuidemos estos aspectos, es más probable prevenir y contrarrestar cualquier indicio de enfermedad.

Recuerda que cuidarte es amarte ❤️

Los ovarios poliquísticos, son un trastorno complejo más que una enfermedad, son la señal de un desequilibrio latente en el cual influyen las emociones, los pensamientos, la alimentación y la historia personal de cada mujer.

IxChel
eco alternativas
fb: ixchel.alternativas

Recorte de pantalla 26 Post de Facebook de la colectiva IxChel, información sobre salud ovárica, Mayo, 2014.

Así, el movimiento por la sanación femenina, circula conocimientos y experiencias para que las mujeres recuperemos la autonomía corporal y despojarnos de la medicalización del cuerpo/vida. La práctica de sanación personal y colectiva, busca revelar el poder de la sabiduría ancestral, el instinto, la naturaleza, el cosmos y la vinculación entre mujeres, para encarnar las sanaciones.

⁴⁰⁹ Entrevista con Areli Fraga, Guadalajara, Mayo, 2014.

4.2.3. Los autoconocimientos: la sabiduría interna

Soy quien soy, y sé quién soy.
Puedo cuidar de mí misma en todas las circunstancias, y puedo dejar que
otros cuiden de mí.
Puedo decidir que no existe autoridad más alta que la mía propia.
Mis poderes de discernimiento están perfectamente afinados.
Soy autónoma, no me dejo influir por las opiniones de los demás.
Soy capaz de discernir lo que hay que discernir, para llegar a una decisión
clara.
Pienso por mí misma.
Pongo el ojo en algo y apunto mi arco.
Mis flechas siempre alcanzan su objetivo.
Amy Sophia Marashinsky

Los objetivos de la sanación holística femenina buscan recuperar la conexión con la sabiduría del cuerpo, emociones e intuición, para descubrir los recursos personales que favorecen el proceso de sanación. Este sistema de salud femenino busca promover el estudio del propio cuerpo/emociones y sus ciclos. La Gyn/ecología va de la mano con el autoconocimiento, porque nadie mejor que nosotras mismas sabe qué es lo que nos sucede, nos incomoda, nos enferma; desde esta perspectiva, el cuerpo habla y es vital escucharlo, porque es ahí en donde reside la clave para restablecer el bienestar.

Para este sistema de salud y vida, es vital, como mujeres, darnos el tiempo y el espacio para escuchar al cuerpo y sus necesidades. Porque los deseos y las necesidades son la clave de la sanación, la manera cómo la fuerza vital sanadora repone los cuerpos y la vida (Northrup, 2006). En la meditación, en la quietud, en el silencio reflexivo “podemos escucharnos por completo” se accede al *self* y se contacta con del propio poder. Cuando meditamos estamos en quietud, sentimos nuestro cuerpo, sentimos nuestro útero, escuchamos nuestro corazón, el espíritu y también la mente. El autoconocimiento tiene que ver con la capacidad de escuchar al *self*, en procedimiento con los *modos somáticos de poner atención* al cuerpo. En la sensibilidad al propio cuerpo/ser se descubre qué necesita cada una, para poder cuidarse. Rocío Shekinah, así lo expresa:

Darnos tiempo para nosotras mismas es esencial porque si andamos a las carreras o estamos rodeadas de personas, nunca nos vamos a sentir y es lo más importante sentirnos. Tiempo para nosotras, para estar bien, para saber qué necesitamos realmente, qué necesito, ¿Descansar? ¿Comer? ¿Tomar un té de romero? ¿A una de mis amigas? ¿Ir al parque? Eso es la mejor medicina... es que la mejor medicina está en nosotras mismas, es que hacemos uso de las medicinas de afuera porque de pronto nos cuesta escucharnos a nosotras, pero la medicina está aquí y lo ideal es que llegue un momento en que no necesitemos esa medicina porque estamos viviendo en un estado perfecto de salud física, salud emocional, perfección establecida por nosotras y la perfección no tiene que ver con

cualquier cosa que está en la tele, la perfecciones yo me siento bien, me siento plena y ya, pero hay que escucharnos y con esa flexibilidad, lo que es para mí en un momento a la mejor en otro no lo es, precisamente porque somos cíclicas, si pongo atención a la abuela luna y a mi ciclo, entonces escucharnos y hacernos caso.⁴¹⁰

Rocío explica que la medicina que está dentro de nosotras es la capacidad de saber qué necesitamos, medicina entendida desde la capacidad de ocuparse de una misma de manera reflexiva. Las mujeres que han encarnado el autoconocimiento y la autosanación saben que la medicina está dentro de sí, para reconocerla es vital dedicarse tiempo/espacio para sentir y atender al cuerpo/ser. Este acto de dedicarse tiempo para sí, es un acto radical cuando la agencia emerge para la transformación, la autogestión y la autonomía. Edith Torres, así lo expresa:

He aprendido a escucharme y a darme mi tiempo pues antes trabajaba bastante y llevaba este ritmo para los demás, para mí no había tiempo, y a partir de que tuve la necesidad de escucharme y de entenderme, todo se ha dado, he abierto esta puerta del tiempo para mí, entonces, ahora me doy bastante tiempo y también durante los días de mi luna si lo necesito lo tomo, decido tomar el tiempo para mí o para dar, si yo lo siento, ha sido un trabajo fuerte, no me permitía dármelo, sentía que no estaba bien esto, fue un trabajo a través de la piedra de obsidiana.⁴¹¹

Edith narra su proceso terapéutico para ser autogestora de su tiempo y su persona, de tener la capacidad de dedicarse tiempo a sí misma. El bienestar y la salud se encuentran en satisfacer las propias necesidades, saciar el propio deseo adueñándose de su tiempo/vida. La frase de la Abuela Margarita, “Cuando necesito algo, me lo pido a mí misma”, palabras que albergan esta capacidad de darnos lo que necesitamos, estas experiencias han sido sanadoras para muchas mujeres. El cuerpo/*self* tiene el papel orientacional encarnado y reflexivo que guía en los procesos de vida y de sanación. Para ello es preciso la autoobservación, Jimena Chalchi, llama a la Gyn/ecología como la “medicina de la autoobservación”:

Lo mejor que podemos hacer para estar bien, es observarnos a nosotras mismas y sobre eso fundamentar nuestro conocimiento, cerrar los ojos y decir, esto es lo que me pasa, ser honesta conmigo misma [...] y si te pones a ver las cosas que realmente curan tu espíritu, no hay de otra más que el autoconocimiento.⁴¹²

El tiempo y el espacio para la autoobservación se van ganando y encarnando poco a poco como proceso; el estado menstruante, como veremos más adelante, es propicio para la sensibilidad autorreflexiva. En los círculos, se alentó a las mujeres a tomar su tiempo para

⁴¹⁰ Entrevista con Rocío Shekinah. Junio, 2014.

⁴¹¹ Entrevista con Edith Torres. Septiembre, 2014.

⁴¹² Entrevista con Jimena Chalchi. Julio 2014.

autoobservarse, para reconocerse. En los círculos y medios virtuales se motiva a las mujeres para que tengan la experiencia del autoconocimiento en sentido holístico, desde la propia anatomía, hasta los sueños y aspiraciones. Cómo dice el siguiente Post de Facebook de la colectiva IxChel:

Hola hermosas, las invitamos a descubrirse por completo!
¿Sabes cuál es tu tipo de himen?
¿Qué color tienen tus labios?
¿De qué tamaño es tu clítoris?
Conocernos, además de apreciarnos más a nosotras mismas, nos ayuda a prevenir enfermedades y a respetar nuestro cuerpo, no dejes toda la responsabilidad de tu salud en los médicos, tú debes ser la persona a la que más le importas!
Puedes hacer una autoexploración cómodamente sentada frente a un espejo o con un la ayuda de un espejo de mano. Conócete, Reconócete y Ama cada parte de tu cuerpo.



Recorte de pantalla 27. Post de Facebook "Conócete". IxChel, Abril, 2014.

Las mujeres centraron su atención en el cuerpo/*self*, ellas *escucharon* su cuerpo y reconocieron sus necesidades y deseos. En la segunda Carpa Lunar dedicada al útero como tema central, Nadia Ávila, expuso la importancia de atender la sabiduría del cuerpo:

Qué pasa cuando un útero no está relajado, es cuando nuestra creatividad no fluye. Cuando no podemos tener acceso a lo más profundo de nuestro útero para encontrar qué es lo que realmente deseo, qué es lo que yo misma me estoy saboteando, al no poder acceder a este conocimiento, también nos enferma, también nos tensa. En hora buena que estamos aquí, entendiendo que nuestros pensamientos, sentimientos y deseos no salen de acá (señala la cabeza), sino que también aquí (señala el vientre) podemos encontrarlos, basta que estemos conscientes de esta conexión.⁴¹³

Así, como este sistema de salud está orientado a los deseos y las necesidades de las mujeres, se alentó a buscar las reconexiones con el cuerpo, las emociones, y la intuición o la sabiduría interna, para descubrir y concretar el camino personal, así como también crear vínculos de relaciones sanas y empoderantes. Como lo expresó la doctora Catalina Hérdez, en el círculo de Ritmos Femeninos:

⁴¹³ Nadia Ávila, exposición del tema central en Carpa Lunar, casa Lunai, junio 2014.

Las mujeres deberían preguntarse -¿Este hombre me conviene?-, tu cuerpo te responde, tu corazón, tu vagina responde, eso se llama kinesiología, estamos desconectadas de esa parte intuitiva que somos, no busques afuera lo que adentro tienes.

Alondra, una mujer joven que tiene participando seis ciclos lunares en el círculo convocado por Ana Tere en Casa Lahak, expresa que ella deseaba comenzar “una nueva manera de vivir” porque se “había hecho insensible ante las cosas diarias maravillosas”. Alondra vincula esta “insensibilidad” con intereses económicos de un sistema que la distrae de sí misma y ahora ella, dedicándose ese tiempo de estar en los círculos, se ha permitido “aprender de otras mujeres, aprender a interiorizar, a creer, a ser sagrado este momento y a observar otra vez la luna [...] ese es mi propósito seguir en esto, a no desviar mi atención al estrés”.⁴¹⁴ Alondra, como otras mujeres de los círculos han desarrollado un modo somático de poner atención; que como un deseo, ellas buscaron el equilibrio que ahora les da el estar y ser conscientes de su cuerpo y sus ciclos en relación con la luna, con un punto de vista reflexivo y crítico ante el sistema económico que causa la disociación enajenada del cuerpo-*self*. Christel así lo verbaliza:

A ciertas sociedades, personas o empresas les conviene el dormirnos y hacer nos creer otras cosas y nos vamos enfermando, pero esos es por lo que creemos, pues es como si nos hicieran creer ciertas cosas, por egoísmo o porque conviene hacernos creer y como que nos tapan los ojos y nos distraemos en cosas que no son importantes y las cosas que de verdad son importantes pues las ignoramos y eso nos va a alejando de nuestra verdadera esencia, nos va desconectando de la tierra, pero sobre todo de nosotros mismos, y no nos damos cuenta que nos vamos enfermando, nos vamos olvidando de todo lo que en sí yace dentro de nosotros, porque yo creo que el conocimiento del universo yace en el corazón de cada persona.⁴¹⁵

Las mujeres reconocieron su sabiduría interna en vínculo con un orden y una sabiduría superior, en donde la naturaleza y el cosmos nos contienen, nos guían, nos conforman, y nos dan la oportunidad de restablecernos y aliarnos a la voluntad, la salud, la autonomía y la equidad. El autoconocimiento dentro de la espiritualidad femenina es una ética trascendente y sagrada para la vida de cada mujer.

Algunas mujeres expresaron que han vivido este proceso como un “renacimiento”, porque un nuevo ser ha renacido en ellas al encontrarse consigo mismas, al conocerse, conocer su cuerpo, qué necesidades tiene. Así mismo, el estar atentas y conscientes al propio cuerpo/*self* es un llamado colectivo para el cambio de conciencia propuesto por la Nueva Era. Ana Tere

⁴¹⁴ Testimonio compartido en círculo de mujeres Casa Lahak, enero 2014.

⁴¹⁵ Entrevista con Christel Candelas. Noviembre, 2013.

Lahak explica a las mujeres del círculo la importancia de estar atentas, en el “aquí y ahora” y argumenta:

¿Cómo queremos que el mundo cambie y cómo queremos lograr el salto cuántico cuando yo ni siquiera puedo estar conectada conmigo? imagínense que el salto cuántico es que todas al mismo tiempo brinquemos igual y a la misma distancia... necesitamos más conectarnos con nosotras mismas...⁴¹⁶

Las mujeres identificaron el proceso de hacerse conscientes de sí mismas, de su cuerpo y de lo que le rodea, como una nueva manera de estar en el mundo y de encontrar sentido a su vida. En la experiencia de atender el cuerpo, ellas encontraron “información” y “la medicina” para su bienestar y sanación.

4.2.4. Revitalizaciones: sentir y atender al cuerpo/ser

Se sana quien le da permiso a su cuerpo para autosanarse... Quien se desviste ante sí misma y es capaz de sostenerse la mirada... quien habla con su cuerpo... se pregunta... busca las causas de las causas... y se anima a mirar desde las lentes de otros paradigmas...

Bastaría con aprender de la base de la Vida... -la respiración-... que siempre es cíclica... siempre se supera a sí misma... no lucha... acepta ganar y después perder... y recibe sólo si entrega...

Primero deja salir los residuos para permitir la llegada de lo nuevo...

La sanación se produce en el plano físico y emocional al mismo tiempo... Se produce en el pasado y en el futuro al mismo tiempo...

El secreto es vivir algo nuevo... decir lo nunca dicho... pensar lo no pensado... ver lo que nos negamos a ver... conectándonos con nuestro propio ritmo... nuestros propios tiempos... sintiendo y conociendo así el verdadero funcionamiento de nuestro cuerpo...

Lili Bonet

Como hemos visto, son diversas y complejas las causas que llevan a la desconexión del cuerpo/*self*.⁴¹⁷ El sentido encarnado del *self* es el resultado de la salud. La escisión del cuerpo/ser modela una forma particular de vivencia de realidad -corporal-. En los procesos de desconexión, el cuerpo y todas sus funciones y emanaciones, son vividas como algo extraño, como algo ajeno y enemigo, provocando malestar y enfermedad, lo que perpetúa la desconexión corporal. Además, las mujeres adolecemos de la violencia genérica, que hace profunda la herida

⁴¹⁶ Expresión de Ana Tere, en círculo de mujeres convocado por ella, Casa Lahak enero 2014.

⁴¹⁷ Varios autores hablan de no dar por sentada la “vida en el cuerpo” (Winnicott, 1979; Berman, 1990; Caldwell, 1999). Los autores han estudiado cómo los cuidados maternos modulan los procesos de integración e individuación del ser humano. “La dinámica de la relación materno-filial posibilita que el infante comience a existir como sujeto, constituya su sí mismo nuclear entendido como sentido de agencia en tanto cuerpo distinto y coherente, con control sobre sus propias acciones, dueño de su afectividad, con continuidad existencial y sentido de las otras personas como interactuantes separados” (Fischman, 1998).

y la escisión corporal. Por esta vivencia escindida, las mujeres estamos limitadas en nuestras sensibilidades del psique/soma. Revitalizar implica enraizarse en el propio cuerpo, “reestablecer la conexión sensorceptiva enactiva, recuperar la posibilidad de acceder a la riqueza emocional que implica el desenvolvimiento de la vida.” (Fischman, 1998: 86).

El cambio y la transformación somato/subjetiva es genuina cuando se constituye como parte del cuerpo cotidiano, de su movimiento espontáneo, de su sentir pre-objetivo, de su palabra como acto. Llamo revitalizaciones a los procesos de hacer conscientes las sensibilidades corporales/emotivas. Las revitalizaciones son las experiencias somato/subjetivas que emergen a la conciencia reflexiva. Las nuevas sensibilidades revitalizan el cuerpo somático/simbólico, restableciendo la conexión consciente.

En los discursos centrados en el cuerpo femenino que se comparten en el movimiento de espiritualidad femenina y en los círculos de mujeres, se expresan las experiencias del proceso y la atención reflexiva que se requiere para hacer consciente su cuerpo en vínculo con las demás mujeres, la luna y la naturaleza. Las mujeres compartieron cómo su cuerpo -con su lenguaje- les transmite las maneras para estar en el mundo; sólo fue necesaria la atención reflexiva a estos mensajes corporales. En los discursos se muestran las rutas simbólicas y somáticas para encarnar las sensibilidades en el cuerpo como lo expresó la doctora Catalina Hérdez en el círculo Ritmos Femeninos:

Yo las invito a detonar esta manera en que la cultura nos ha desconectado de nuestro cuerpo, porque nos ha hecho creer que es una fábrica perpetuadora de la especie, que no tiene otra finalidad, que no podemos tener incluso sensaciones en él, las invito a que lo despertemos porque nos habla todo el tiempo, todo el tiempo se mueve [el útero], es como una medusa, hermosamente flotando, latiendo en nuestro cuerpo. Cuando haya cólicos siéntalos porque son contracciones que nos dice que está vivo... y metiéndonos más a la chamba de ¿Por qué estamos viviendo una menstruación dolorosa?...⁴¹⁸

Esta manera de poner atención al cuerpo es la que cobra valor para estar en bienestar, es conciencia del cuerpo en sus dimensiones holísticas, manera de ser/estar consciente también de las corporalidades y las presencias de los cuerpos y las experiencias de las otras mujeres. Este *modo de atención* al cuerpo femenino está siendo culturalmente elaborado por el colectivo de las mujeres que conciben y encarnan la ciclicidad y la subjetividad femenina, entretejiendo

⁴¹⁸ Dra. Catalina Hérdez, Charla en Círculo de mujeres Ritmos Femeninos. Enero, 2014.

concepciones holísticas y asociando prácticas culturales y diversos fenómenos de salud, bienestar y espiritualidad.

Chandra, que al momento de la entrevista tenía dos años participando en círculos de mujeres, comparte que ahora ha aprendido a escuchar su diálogo interno, estar atenta a sus emociones, sus pensamientos y algo que nunca había considerado que es la atención al ciclo menstrual y al útero. Así podemos ver cómo el modo de poner atención es culturalmente construido por el colectivo de mujeres, encarnado de una manera al mismo tiempo individual y colectiva. Sabina Kupá así lo expresa en un círculo de mujeres: “caminando por encontrar respuestas y en el autoconocimiento me he topado con mujeres bien lindas que me han mostrado o me han aportado muchas herramientas para vivir mi cuerpo de forma más saludable y más armoniosa”. Estas experiencias compartidas por las mujeres en la intersubjetividad y la intercorporalidad no son sensaciones homogéneas, sino que cada una busca la conciencia corporal para elaborar sus sensibilidades y prácticas corporales. Csordas (1993) sugiere contemplar la indeterminación como condición inevitable en el análisis, ya que es esencial en la existencia, la percepción y la práctica. Así, cada mujer configura sus experiencias de lo femenino de acuerdo a sus procesos reflexivos, subjetividades y a sus contextos inmediatos, cada una tiene su manera particular de encarnar los conocimientos y llevar a su vida cotidiana las prácticas. Sin embargo, se puede observar cómo las diversas mujeres viven procesos corporales/personales con sensibilidades reflexivas, dispuestas en la experiencia de las espiritualidades ecofeministas.

Como veremos en los capítulos cinco y seis, las experiencias de interconexión, de unidad y completud, aportaron conciencia y vitalidad a la vida de las mujeres. Las prácticas de (re)sensibilización se fundamentan en una ética de la vida cotidiana cuya eficacia reside en hacer puentes cognitivos/somáticos entre estados somáticos de atención y subjetividades (pro)positivas. De ahí la micropolítica de las revitalizaciones del cuerpo/ser femenino, prácticas que pugnan y crean modalidades para el bienestar, las sanaciones y autonomías.

4.2.5. Resignificaciones: Las nuevas concepciones del cuerpo/ser femenino

Mujer pariendo versos desde la fuente misma,
representando el calor del útero,
cobijando los sueños del mundo,
de los seres, nueve meses en que creces,
ya la ingenua desaparece
y florece la que abastece de amor seguro.
Donde naces, creces y te fortaleces,

ya no hay jueces, solo aprendices,
recordando su vida de maestras,
sabias, magas, alquimistas,
curanderas, luchadoras, sanadoras.
Reconectemos con nuestro corazón antiguo
llamado ahora útero,
que sustenta y nutre nuestro ser,
nos centra y conecta con la tierra,
Pacha, Gaia, mujer.
PachamaniKa

Eduardo Menéndez (1994) plantea cómo en el proceso salud/enfermedad/atención es una de las áreas de la vida colectiva donde se estructuran la mayor cantidad de simbolizaciones y representaciones colectivas en las sociedades. Los grupos humanos se han esmerado en representar las vivencias de malestares y padecimientos, describiendo síntomas y cambios percibidos. También, los discursos terapéuticos han aportado marcos interpretativos para que cada grupo/sujeto/paciente construya sus propios significados. La resignificación es el proceso en donde por medio del lenguaje, el colectivo produce variaciones en el uso e interpretación del significado del mensaje, los nuevos significados emergen de un contexto específico. Los significados y los procesos de resignificación conforman el fondo de las ideologías, concepciones y vivencias compartidas, también, los significados dan sensibilidades, valores y sentido a la vida de las personas, adquiriendo identificaciones con el colectivo cultural. En los procesos del resignificar antisistémico y anticolonialista se amplían los horizontes de sentido, se cambian los imaginarios y se relacionan críticamente las cuestiones sociales, históricas, políticas y económicas.

El proceso para dotar de nuevos significados al cuerpo femenino, es un proceso individual y colectivo, es quitar los velos, los prejuicios, los miedos, las falsas informaciones y como dicen las mujeres “empezar a honrar, a respetar, y amarnos, amar nuestro útero y todo nuestro vientre”. Las falsas creencias y tabús en torno al cuerpo/ser femenino heredadas por el patriarcado son causa de sufrimiento y enfermedad, por esto es vital empezar la transformación reconociéndolas, como explica Isela Aguas desde su experiencia en la segunda Carpa Lunar:

... creo que de pronto la ignorancia es lo que nos gesta mucho el sufrimiento y entre menos ignoramos las cosas, tenemos más oportunidad de sanación y encuentro, el estar aquí es una oportunidad de ignorar menos y de sufrir menos.⁴¹⁹

La ignorancia se aminora con el compartir en colectivo que se hace en los círculos y reuniones femeninas. Como hemos visto, las reuniones pueden tener o no el objetivo específico de la pedagogía y educación para la salud y el bienestar; sin embargo, la libre expresión/recepción

⁴¹⁹ Isela Aguas, Segunda Carpa lunar. Casa Lunai, Guadalajara, Junio, 2014.

de las experiencias de las mujeres son acervo y enseñanza. Así, se hace un trabajo psicoeducativo implícito y explícito, en donde se transmitieron los nuevos y ampliados significados en torno a la vida femenina.

Los discursos de la espiritualidad femenina en torno al cuerpo/ser y la salud femenina, muestran los nuevos universos de sentido que las mujeres están creando y cómo los símbolos femeninos están siendo potencializados.⁴²⁰ En este sentido, cada mujer interpreta y encarna las narrativas y los discursos que hacen referencia al entramado vital/corporal, vínculos humanos y no-humanos, del pasado, presente y del futuro.⁴²¹

Las mujeres en círculo han recibido conocimientos ancestrales de otras mujeres con quienes han coincidido; las redes y circuitos del movimiento de espiritualidad alternativa permiten el flujo de mujeres indígenas que viajan para compartir conocimientos. Las mujeres indígenas comparten otros significados y potencializan símbolos, que muchos son complejamente entendidos y encarnados desde la propia individualidad. Sumando universos de sentidos, creando y encarnando cosmovisiones. En Guadalajara ha habido diversos talleres para aprender prácticas femeninas (neo)tradicionales. Algunos de los elementos que las mujeres indígenas compartieron a las mujeres de la ciudad fueron la importancia simbólica y energética de traer falda, de usar fajas, enseñaron sistemas de salud a través de la herbolaria y de prácticas terapéuticas y rituales. A continuación presento una invitación del taller que impartió Josefa Kirvin, mujer tzotzil, “que carga el fuego sagrado maya”,⁴²² a las mujeres del círculo Tribu de Mujeres:

LIMPIEZA DEL ÚTERO - LA MEDICINA MAYA

“¡Miranos, escúchanos! ¡No nos dejes, no nos desampares. Oh Ajaw, que estás en el Cielo y en la Tierra. Corazón del Cielo, corazón de la Tierra! ¡Danos nuestra descendencia, nuestra sucesión, mientras camina el sol y haya claridad! ¡Que amanezca y que llegue la aurora! ¡Danos muchos buenos caminos, caminos planos! ¡Que los pueblos tengan paz, mucha paz y sean felices!” Popol Vuj

ACOGIENDO DESDE EL REGASO DE LA MADRE AMOROSA.
SANANDO Y LIMPIANDO NUESTRO ÚTERO ESENCIA COMO
MUJERES DIOSAS,

Cómo vives las aguas en tu cuerpo? Cómo es tu relación con ellas? Cómo las ofrendas, cómo las agradeces, como das a luz, que haces con tu sangre menstrual? Cómo influyen en tus acciones cotidianas? Cómo les das su lugar? Cuál es tu relación con las aguas del territorio que habitas?

Nuestro cuerpo es nuestro primer territorio, comprenderlo, relacionarse con él de manera consciente es una de nuestras tareas. El agua es el elemento que transporta, que fluye por dentro y fuera nuestro, tiene la capacidad de transformar, de comunicar, de crear, de llevar la noticia, nuestro mensaje. ¿Cuál es el mensaje que queremos enviar ahora, en este tiempo, desde la estación, desde la etapa vital en la que cada una está?

¿Cómo vivo y me relaciono con mi cuerpo, que respiro, del que me alimento, en el que crezco, cómo ofrendarle desde lo que yo soy el poder que contengo y que despierto?.

Cuando hablamos de recuperar la memoria ancestral, de vivir en el aquí y en el ahora, del Nuevo Tiempo, de la Nueva Humanidad, de los círculos sagrados de mujeres, del retorno de lo femenino o sea vuelto a la casa-corazón, de qué estamos hablando? Qué herramientas o medicinas de hiervas me pueden purificar y cómo utilizar?.

Recorte de pantalla 28. Documento adjunto (1) en mail personal. Febrero, 2013.

⁴²⁰ La resimbolización se da cuando el símbolo se transforma para repotencializar sus efectos, y transformarse de lo humano a lo cósmico, de lo desordenado a lo ordenado.

⁴²¹ Las próximas generaciones humanas que son incluidas en las concepciones e imaginarios de las mujeres

⁴²² El término “cargar” hace referencia a estar iniciada en una práctica tradicional, en este caso a la ceremonia maya de fuego sagrado.

Mujer aprende a honrar tu sangre cada luna, a cuidarte, a limpiar y sanar tú útero centro vital de tu ser mujer, energía centro de la fuerza. Honra a las mujeres de tu vida? Honra a la madre tierra?

Si quieres conocer, acércate con tu corazón abierto y tu cuerpo dispuesto a compartir con nosotras, conectándonos con esta energía de la madre Luna Ixmukané.

ACTIVIDADES QUE SE HARÁN:

Primer día:

Pedir permiso al lugar y los guardianes, a tu corazón, cuerpo y energía.
 Ceremonia de Inicio con el fuego.
 Limpias rituales (tabaco y otros)
 Tejido del útero (despedidas de objeto simbólico de despegue)
 Curación del barro- limpieza del vientre.
 Temascal
 Armonización.

Segundo día:

Ceremonia de inicio.
 Compartir la importancia, cuidado y siembra del sangrado de cada 28 días.

Integración de las plantas medicinales, qué y cómo se ocupa/compromisos.
 Ceremonia maya (ofrenda grande con fuego maya)

Cada mujer traer:
 Dos veladoras grandes (una con bazo y otro sin bazo)
 Llevar un objeto que simbolice desapego, despojarse de ella, cómo algún collar, piedra, anillo etc, algo pequeño (será ofrenda a la madre tierra).
 Llevar unas semillas (maíz, frijol, semilla de flores, ajonjolí etc., al igual manera puesta a la tierra).
 Llevar instrumentos musicales
 Ir vestidas en faldas y ropa de temascal.

Final del documento ■

Recorte de pantalla 29. Documento adjunto (2) en mail personal. Febrero, 2013.

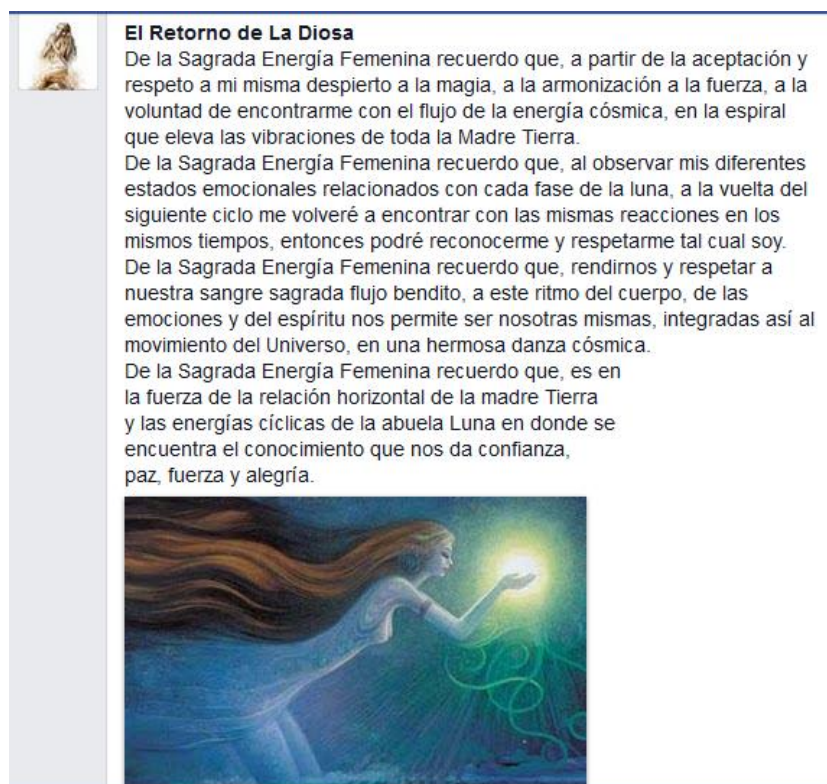
En el texto de Josefa Kirvin hace referencia a significados profundos del cuerpo y la vida. Entreteje dimensiones del cuerpo/tierra y llama a pensar(nos) en vínculo con estas dimensiones. El documento de Josefa muestra los sincretismos, hibridaciones, reapropiaciones de los conocimientos y rituales tradicionales que comparte con mujeres de diversas mujeres a escala global.

Los nuevos significados, que se comparten en el ámbito de la espiritualidad femenina, están anclados en una naturaleza esencial de las mujeres, y el proceso de transformación inicia con el “recordar”, reconocer la sabiduría inherente a las mujeres; universo simbólico que habita en lo femenino. Rocío Shekinah así lo expresa los nuevos -o antiguos- significados del cuerpo/ser femenino.

Dentro del trabajo con mujeres, dentro de nuestro recordar, es recordar que somos sagradas, con todo lo que somos, con todo lo que tenemos y que nuestra luna, menstruación es algo muy sagrado, la luna representa la capacidad de nosotras de dar vida, que tenemos o tuvimos, dar vida en este caso a otros seres humanos, porque siempre tenemos la capacidad de dar vida a otras cosas... a planes, a sueños, a proyectos, a cosas hermosas, al consuelo de alguien, a un abrazo sanador, siempre somos dadoras de vida. Nuestra luna por mucho tiempo fue considerada como algo feo, pero de feo no tiene nada, es de los fluidos más puros y limpios que hay en nuestro cuerpo, es un fluido riquísimo en proteínas y nutrientes, un fluido que tiene células madre. A lo largo del tiempo, en muchas tradiciones diferentes, hay diferentes culturas que honran u honraban a la mujer que estaba en su luna y se hace de muchas maneras.

Esta explicación de Rocío es un ejemplo de cómo se entrelaza el discurso biomédico⁴²³ y las tradiciones o mitologías antiguas para sobreponer el valor del cuerpo y la menstruación.⁴²⁴

Claudia Gómez me expresa al momento de la entrevista, cómo el cuerpo, el útero y la sangre menstrual, “son vehículos sagrados, de paz y de conciencia, que a través de ellos nos estamos manifestando en este plano de la Tierra; para crear la belleza y el arte y todo lo que nos rodea en el mundo, creamos a través del cuerpo, de la conciencia”. En este sentido, presento un post de una comunidad de Facebook, que muestra el entrelazado discursivo de la espiritualidad femenina en torno a las resignificaciones del cuerpo, y la vida:




El Retorno de La Diosa

De la Sagrada Energía Femenina recuerdo que, a partir de la aceptación y respeto a mi misma despierto a la magia, a la armonización a la fuerza, a la voluntad de encontrarme con el flujo de la energía cósmica, en la espiral que eleva las vibraciones de toda la Madre Tierra.

De la Sagrada Energía Femenina recuerdo que, al observar mis diferentes estados emocionales relacionados con cada fase de la luna, a la vuelta del siguiente ciclo me volveré a encontrar con las mismas reacciones en los mismos tiempos, entonces podré reconocermé y respetarme tal cual soy.

De la Sagrada Energía Femenina recuerdo que, rendirnos y respetar a nuestra sangre sagrada flujo bendito, a este ritmo del cuerpo, de las emociones y del espíritu nos permite ser nosotras mismas, integradas así al movimiento del Universo, en una hermosa danza cósmica.

De la Sagrada Energía Femenina recuerdo que, es en la fuerza de la relación horizontal de la madre Tierra y las energías cíclicas de la abuela Luna en donde se encuentra el conocimiento que nos da confianza, paz, fuerza y alegría.



Recorte de pantalla 30. Post de Facebook comunidad chilena El Retorno de la Diosa, Noviembre, 2013.

Desde el marco interpretativo de la espiritualidad femenina, la construcción de las concepciones y las prácticas de la salud y del cuerpo femenino abarcan la gama de conocimientos y saberes del sistema femenino/feminista; que dan relevancia al autocuidado y a las cuestiones simbólicas y rituales que en lo personal y colectivo se llevan a cabo, para la recuperación del bienestar y la salud. Los procesos de malestar/enfermedad-bienestar/sanaciones de las mujeres

⁴²³ Como veremos en el capítulo 6, existe la tendencia reciente de la investigación biocientífica en torno a la menstruación y su contenido de células madre.

⁴²⁴ En los siguientes capítulos veremos a detalle las múltiples resignificaciones en torno a la ciclicidad y la menstruación.

fueron procesos autorreflexivos/sensibles; el *self* o yo sagrado tiene un papel primordial como agente orientacional y movilizador de la agencia. Ellas encarnaron el autoconocimiento y los conocimientos del cuerpo como una manera de estar en el mundo, como una forma que han encontrado de sentir bienestar y de recobrar su salud de manera autogestiva. La sanación fue un proceso que requirió de capacidades y voluntades personales, agenciamientos para que cada mujer pudiera llevar a cabo las transformaciones necesarias. En algunos casos, el contexto favorable le permitió florecer sus capacidades y posibilitó los ajustes en los estilos de vida; en otros casos, el contexto desfavorable fue el motor de resistencia para lograr trascenderse a sí misma y resignificar la historia y el contexto negativo.

Las mujeres reconocieron, soltaron y sanaron bloqueos físicos, mentales y emocionales; ellas resignificaron su cuerpo, su sexualidad, la sensualidad, la fertilidad; también la ciclicidad y la menstruación. Las mujeres se resensibilizaron y revitalizaron su cuerpo, su útero. Como veremos a detalle en el siguiente capítulo, las mujeres comprenden y viven su cuerpo/útero como centro de placer, de vitalidad, de creatividad e intuición; encarnaron su centro sagrado de potenciación, reapropiación y autonomía, para continuar con su compromiso ecofeminista y su misión de vida.

Para las mujeres en círculo, el cuerpo femenino vivido desde esta cosmovisión holístico-femenina con todos los elementos que le componen es la clave para estar en el mundo como sujetos femeninos, con una visión trascendental y espiritual, con una ética ecofeminista para la belleza y la paz proyectada y compartida en la vida de cada mujer. Poco a poco las mujeres aprendieron a escuchar al cuerpo y sus mensajes tanto para accionar en su vida cotidiana, como en su proyecto de vida.

CAPÍTULO 5

RESIGNIFICAR Y REVITALIZAR AL ÚTERO-CORAZÓN

Porque aunque la constitución edípica de la psique haya hecho desaparecer la sexualidad femenina a golpes de 5 milenios de cultura ginocida, el útero sigue estando ahí, rígido y anquilosado, funcionando a medias y a menudo dolorosamente, pero no atrofiado. El triunfo definitivo del Patriarcado sería lograr un cuerpo femenino con el útero completamente atrofiado, lo cual significaría que habían conseguido, entre otras cosas, la gestación in vitro.

Rodrigáñez, 2010

Desde sus orígenes, la medicina ginecobstétrica planteó -desde su perspectiva androcéntrica y patriarcal- que las mujeres eran controladas por su útero, incapaces de ejercer su autocontrol y por lo tanto su autonomía. En la mujer-útero desde esta perspectiva, albergaba la naturaleza (¿salvaje?) y no la voluntad, ni la racionalidad. Pedro Felipe Monlau (1888), médico catalán del siglo XIX, señaló:

En la Matriz retumba indefectiblemente todas las afecciones físicas y morales de la mujer: el útero hace que la mujer sea lo que es, decían los antiguos: *Uterus est animal vivens in muliere, propter solum uterum mulier est id quod est.*⁴²⁵

Baltasar De Viguera (1767-1830) médico español,⁴²⁶ planteó la relación entre cerebro, útero y ovarios. El cerebro, órgano del pensamiento y el útero órgano de los placeres, se encontraban en interrelación, y había algunas (muchas) mujeres susceptibles a las afecciones y alteraciones viscerales, que según causaban la histeria. La histeria fue considerada como afección nerviosa o psicológica exclusiva de las mujeres. Histeria viene de ‘hysteron’, es decir, ‘útero’ en griego. Desde la Antigua Grecia⁴²⁷ se creía que las enfermedades nerviosas de múltiples síntomas de las “histéricas” eran debidas a que el útero sufría un desplazamiento y se quedaba inmovilizado y contraído en la parte superior de la cavidad pélvica. En la época victoriana fue

⁴²⁵ “La matriz de la vida es la criatura viviente en la mujer, el útero de la mujer es el único por el bien de lo que es.”

⁴²⁶ A quien se le atribuye agrupar la obstetricia, la ginecología y la pediatría como ramas nuevas de la medicina.

⁴²⁷ Galeno, importante médico del siglo II, escribió que la histeria era una enfermedad causada por la privación sexual en mujeres particularmente pasionales. La histeria se diagnosticó frecuentemente en vírgenes, monjas, viudas y, en ocasiones, mujeres casadas. La prescripción en la medicina medieval y renacentista era el coito si estaba casada, el matrimonio si estaba soltera y el masaje de una comadrona como último recurso (Rachel P. Maines, 1999).

un diagnóstico común,⁴²⁸ fue hasta mediados del siglo pasado que dejó de ser un diagnóstico médico, aunque en el caló popular la connotación de histérica se relaciona con la inestabilidad emocional, particularmente femenina. El útero y posteriormente los ovarios fueron para la medicina, la causa de enfermedades e inestabilidades físicas, emocionales y desajustes morales en las mujeres de la época.

La Iglesia opinó (en la actualidad sigue siendo uno de sus discursos dominantes) que los órganos genitales femeninos sólo servían para la reproducción, y el interés de los médicos y anatomistas se centró sólo en el útero, llevando a cabo prácticas diagnósticas y terapéuticas con un entendimiento acotado sobre todo el sistema sexual femenino (Sanyal, 2012: 13). A la fecha, entre las mujeres, sin importar la posición económica y cultural, las concepciones del cuerpo/ser femenino patológico han perdurado, también es generalizado cómo se desconocen y confunden los nombres específicos de los genitales del cuerpo femenino; un ejemplo claro es cómo se confunde la vulva con la vagina.

La historia corporal femenina muestra cómo el cuerpo y la genitalidad femenina ha sido un campo arrebatado por el Estado, la Iglesia, y la Medicina; castraciones, mutilaciones y violaciones han sido una práctica histórica y generalizada en mujeres y niñas. En occidente la práctica de invisibilizar la genitalidad femenina es evidente con el silencio, el tabú y la ignorancia; es la mutilación genital psíquica; porque lo que no se nombra, no existe (Lerner, 2003).

El cuerpo encarna y materializa como realidad orgánica, psíquica y emocional los discursos, las prácticas y las representaciones sociales y culturales. La “naturaleza femenina” fue resultado de concepciones y representaciones negativas de orden moral, social y médico, las mujeres encarnaron los discursos y prácticas dirigidas a las maneras de ser mujer. La espasticidad del útero⁴²⁹ es resultado, estrategia y característica del sistema patriarcal con sus mecanismos y relaciones de poder; la represión ha sido somática.⁴³⁰ La cultura patriarcal y la medicina han violentado el cuerpo de las mujeres, su vagina, su útero. Los daños y traumas físicos y

⁴²⁸ Para tratar esta enfermedad, exclusiva de los cuerpos femeninos, los médicos estimulaban la matriz y se reconoció que el orgasmo era el medio para desahogar, relajar el útero y liberar la tensión sexual. Sin embargo, la tarea de lograr el orgasmo por el masaje pélvico médico (que destituyó al masaje de la comadrona por intereses económicos) fue sustituido por una máquina eléctrica con forma fálica. Así nació el primer vibrador en la historia, que a principios del siglo XX fue publicitado y vendido en tiendas de prestigio.

⁴²⁹ Característica del útero cuando éste está rígido.

⁴³⁰ Wilhem Reich (1949) estudió cómo la represión se ejerce sobre las necesidades, los intereses y deseos; la represión convierte los deseos en irrelevantes o negativos. Dando cuenta cómo la dominación y la disciplina del cuerpo, crean subjetividades y estructuras sociales.

psicoemocionales al cuerpo femenino han interferido con los suministros de sustancias químicas como la dopamina y la oxitocina. Sustancias que aumenta el nivel de percepción, el sentimiento de confianza y el espíritu combativo (Wolf, 2012). La violencia y negación del centro femenino ha sido una técnica eficaz para someter y dominar a la mitad de la población. Porque, como señala Rodríguez (2010), paralizando el útero se paraliza la función social de las mujeres, fue así que se destruyó la era matrística.

En la actualidad, las mujeres de la espiritualidad y la conciencia femenina, están creando maneras para resignificar, resimbolizar y revitalizar el cuerpo, el útero, la vagina, la vulva, los ovarios y las mamas; las mujeres están encarnando vínculos orgánicos, energéticos, psíquicos y emocionales positivos de bienestar y sanación. En el movimiento de espiritualidad femenina las agencias entramadas están accionando para materializar y encarnar otras cosmovisiones, en donde el equilibrio de las fuerzas femeninas y masculinas a nivel planetario, conllevaría a poner en su lugar al útero, esto para la autopoyesis⁴³¹ de la humanidad, para la autorregulación, la cooperación de las sociedades, a favor la vida.

En este capítulo examinaremos *modos somáticos de atención* para estudiar las experiencias de interconexiones orgánicas, psíquicas, emocionales que las mujeres en círculo han encarnado. El objetivo del capítulo es dar cuenta de la conciencia somática/reflexiva para las transformaciones y sanaciones de las mujeres. Cómo el útero adquiere relevancia orgánica y simbólica como centro femenino. Veremos cómo los vínculos conscientes del/con el cuerpo/útero/corazón conforman las raíces vitales para las maneras de ser y estar en este mundo. Cómo las concepciones/sensibilidades del útero, los ovarios, el vientre, el cuerpo femenino, se convierten en generadores de poder, autonomía y bienestar. El capítulo está conformado por las voces de las mujeres que han vivido procesos de hacer carne y existencia las prácticas discursivas en relación al cuerpo/*self*, al útero/corazón, dispuestas en el movimiento de espiritualidades femeninas.

5.1. Recuperar al útero, matriz de la vida

La representación del útero en la Vieja Europa fue muy importante, como es lógico en una sociedad en la que lo maternal estaba reconocido como factor de vida y de organización social; cuando el *hysterion* no se había vuelto espástico ni había devenido histeria;

⁴³¹ Autopoyesis, término utilizado por los biólogos Humberto Maturana y Francisco Varela (1984) para designar la capacidad de la vida de autoorganizarse (autosanarse) y de reproducirse a sí misma.

Casilda Rodríguez (2010) explora cómo el útero era ampliamente celebrado en la Antigua Europa;⁴³² sus representaciones fueron muy importantes para la cultura ya que lo maternal era reconocido como factor de vida y organización social. Rodríguez expone cómo en aquella época, conocían al útero, sabían y sentían su función, sus formas, sus latidos, sabían que éstos impulsan el fluido emocional que crea las relaciones armónicas, cada latido expande pasión y deseo de bienestar compartido.⁴³³ Desde varios campos del conocimiento como la biología, la arqueología, el psicoanálisis, la antropología, la psicósomática, y el campo sensible y emocional del propio cuerpo, la autora señala que el cuerpo necesita del útero palpitante para autorregularse y para la autorregulación del grupo.

La educación convencional, tanto familiar como escolar, no enseña a las niñas -ni a los niños-⁴³⁴ a nombrar y reconocer su cuerpo con naturalidad. Los discursos que se transmiten cuando se aborda el tema de la genitalidad femenina están asociados con el dolor y el malestar de la menstruación, el parto y la menopausia; aunado a estos discursos, la represión sexual infantil y juvenil hacen de la aparición de la menarquía y de la primera relación sexual algo doloroso. Como señala Merelo-Barberá (1980), la mujer está socializada en la ruptura de la unidad psicósomática entre el útero y la conciencia.

Simultáneo a la centralidad que se le dio al útero como fuente de malestar femenino, el cuerpo de las mujeres se le vio arrebatado el sentido y la sensibilidad erógena del útero, “es un cuerpo sin útero, con un sistema erógeno que comprende sólo vagina y clítoris” (Cachafeiro y Rodríguez, 1999: 4). Así, desde niña la mujer crece en la insensibilidad y el desconocimiento de su sexualidad, el útero se rigidiza, pierde elasticidad y funcionalidad al no ser reconocido, ni mucho menos sentido. Edith Torres nos narra su proceso y experiencia en cuanto a la conciencia somática de su útero:

⁴³² El útero, fue el símbolo más representado en el arte pre-patriarcal. “No eran representaciones de magias celestiales, sino de la materia terráquea más importante y benefactora para sus vidas” (Rodríguez, 2010: 63).

⁴³³ Rodríguez sostiene la hipótesis de que “es la libido femenina que sustenta la simbiosis primaria, produce la sustancia básica que teje la ayuda mutua en la sociedad humana. El deseo de bienestar del que habla Kropotkin y que organiza la interacción necesaria para la supervivencia” (2010: 63).

⁴³⁴ Aunque la educación sexual carece de naturalidad, las diferencias de género son evidentes al nombrar los genitales femeninos, los niños pueden identificar pene y testículos, las niñas y mujeres desconocen la diferencia entre vagina y vulva.

Cuando era más pequeña me colgaba de los árboles, me colgaba boca abajo y sentía mi útero palpar y era una sensación plena, riquísima, entonces al no poder hablar de esto... en 6° [de primaria] supe que existía, por sólo una página del libro, [...] y al no poder hablar y reconocer que vivía con mi útero viviente día a día, pues esta parte tan plena se fue muriendo.⁴³⁵

Como parte del movimiento por la recuperación y reconexión con cuerpo/ser femenino, las mujeres están haciendo consciente la disociación e ignorancia colectiva y personal que se tiene con el cuerpo y sus genitales. El movimiento de conciencia y espiritualidad femenina ha abordado los discursos de la importancia de re-conocer y resensibilizarse al útero y sus incidencias a nivel personal y colectivo, en el empoderamiento y la salud femenina.⁴³⁶ El movimiento de Gyn/ecología ha producido y circulado conocimientos y saberes en torno al cuerpo femenino y al útero; la siguiente imagen es un ejemplo de cómo la comunidad de Gyn-ecología activa transmite conocimiento en Facebook:



Recorte de pantalla 31. Post e Facebook de la comunidad de Yeztli. Agosto, 2014.

⁴³⁵ Entrevista con Edith Torres, agosto 2014.

⁴³⁶ La medicina taoísta, plantea el útero como “un órgano especial”, no es ni órgano Yin ni órgano Yang: “debido a su doble función (de acoger y transportar). El útero tiene un potencial para mejorar la salud y el propio fortalecimiento.

Por su parte, para la Medicina Tradicional China hay un meridiano específico⁴³⁷ llamado *Bao Mai*⁴³⁸ o vaso del útero (*Uterus Vessel*) que une el útero y el corazón.⁴³⁹ El meridiano vincula el 2º chakra con el 4º chakra, la sexualidad de las mujeres con el corazón. Según Patricia Mercier (2007) el 2º chakra o sacro está asociado con el derecho a sentir, a la creatividad, la alegría, el entusiasmo, la dulzura, las emociones. El 4º chakra o cordial está asociado con el derecho a amar (dar y recibir amor), el amor a la creación, la pasión, la ternura, las cuestiones relacionadas con nuestra niña interior, con el amor incondicional, la compasión; el corazón no sólo bombea sangre sino también energía vital o *Qi* que viaja del corazón al útero para alimentar la esencia femenina, gracias al *Bao Mai* (Mercier, 2007).

En el contexto de la espiritualidad femenina, cada vez hay más mujeres que nombran la correlación “útero-corazón” como una nueva manera de resituarse, entenderse, sentirse y vivirse. Beatriz Andrade me ilustra que el útero es el segundo corazón, es la “parte más inteligente” del cuerpo de las mujeres, ya que se “piensa” y “siente” desde él. Nadia Ávila compartió en una Carpa Lunar que la primera vez que escuchó la expresión “útero-corazón” le impactó y se puso a investigar sobre la relación que existe entre ambos, luego se puso a sentirlo, a experimentarlo. Poco a poco lo fue reconociendo como un “órgano que late, como un órgano que vive dentro”, poco a poco fue sintiendo cómo se relaja, cómo se tensa; Nadia, a través de la danza, la meditación, la respiración ha trabajado en la sensibilidad y vinculación con su útero. Ahora ella ha encarnado esta conexión útero-corazón y puede vivirse desde ahí:

[...] me puse a experimentarlo y a sentirlo, hasta que por fin fui capaz de poderles decir a mis hermanas -“sí con todo útero-corazón lo siento y lo digo”- y en el ejercicio de hacerlo y sentirlo comprendí que en verdad estaba naciendo de aquí (señala su útero) mi palabra, mis sueños, mis deseos. [...] esta relación energética, este fluido energético del útero y el corazón son centros de poder en donde se gestan nuestros deseos, nuestros saberes, el conocimiento, la vida; esta forma de concebir al útero-corazón como una conexión, para mí fue empezar la sanación.⁴⁴⁰

⁴³⁷ Según disciplinas y tradiciones terapéuticas orientales como la acupuntura, el *shiatsu*, el *tai chi* y el *chi kung*, los meridianos son los conductos energéticos del cuerpo humano. Las disciplinas y la terapéutica se centran en el correcto flujo de energía sutil o vital (*Qi*, *chi* o *prana*, según la tradición desde que se estudie) entre los órganos (Mercier 2007).

⁴³⁸ La función del *Bao Mai* es transportar sangre (*Xue*) y energía vital (*Qi*) del corazón y al útero (Flaws 2005).

⁴³⁹ Específicamente, este meridiano une al útero y al pericardio que es la membrana que cubre al corazón, vincula energéticamente a estos dos órganos (Flaws 2005).

⁴⁴⁰ Nadia Ávila, expresión en círculo de la palabra, Carpa Lunar en Casa Lunai, junio 2014.

Según Rodríguez (2010), en el imaginario simbólico de nuestra cultura, el útero ha sido desvinculado y sustituido por el corazón: ser bueno es “tener buen corazón”. Los dioses y vírgenes se representan con corazones sangrantes o emanando rayos de bondad y compasión; la autora dice, que “es la vuelta a la tortilla de las cosas”, porque no es la libido quien autorregula la vida, sino la ley de dios, “la ley invierte el sentido de la vida”; es la sublimación de la libido que hace la condición sumisa y resignada:

El corazón es el motor que bombea la sangre a todo el cuerpo, pero del útero sale el placer y el complacer, el deseo de bienestar del cuerpo contigo. Del útero sale el deseo de vivir y de dar la vida [...] Por eso se sitúa en el corazón la producción de los sentimientos amorosos, arriba, lejos del bajo vientre. Porque una mujer que ama con el vientre, a la que le late el útero no puede tolerar el sacrificio de sus criaturas al Padre y al Estado (Rodríguez, 2010: 177).

El útero es el centro en donde reside la energía creativa, ahí se gesta la vida, el corazón es la expansión, es el dar y el recibir amor en todas sus formas. El que las mujeres nombren y sientan la conexión útero/corazón es un camino hacia la conciencia y el deseo por la vida propia y la de todos los seres.

Para poder sentir al útero y poder tejer la conexión sensible con el corazón es necesario “relajar el útero”, esto es, ser somáticamente consciente de él y accionar para recuperarlo ante la insensibilidad y represión que ha sido encarnada. De tal manera, que las mujeres al nombrar y resituar al útero, están dándole otros significados, lo que también actúa de manera inconsciente. Rodríguez explica de manera reveladora los engranes de la conciencia somática:

La recuperación del útero servirá para recuperar la conciencia, y viceversa. Hay que tener en cuenta, puesto que de hecho somos seres psicosomáticos, y la escisión cuerpo-mente es sólo una idea que encubre un modo de vida patológico, que hay un movimiento somático correlativo al movimiento de la conciencia y del inconsciente; y un movimiento de la conciencia y del inconsciente correlativo al somático. Si la conciencia puede sacudir el útero, el útero también puede sacudir las conciencias y los inconscientes. ¡Y vaya que sí lo hace! (2010: 204).

En los círculos y talleres femeninos, se hace conciencia de cómo el útero ha sido significado e (in)sensibilizado por la cultura patriarcal; esto para comprender la necesidad de las

mujeres por resignificar y revitalizar al útero. Las mujeres reflexionaron sobre cómo los paradigmas lineales y la cultura medicalizada nos han desconectado de la complejidad del cuerpo/ser. Las mujeres proponen el paradigma holístico centrado en la potencialidad del útero sobre la vida y los procesos de sanación de cada mujer y del colectivo.

Las enfermedades del útero según la perspectiva holística femenina, tienen que ver con las falsas creencias de que es el “órgano reproductor”. Desde la concepción del útero desvinculado con la totalidad del cuerpo/psique, las mujeres hemos encarnado la idea de que el útero es sólo para procrear hijos. Cuando el útero “empieza a dar problemas” es retirado por “los especialistas en salud”. Nadia Ávila, en la Carpa Lunar dedicada al Útero expresó:

Sólo las mujeres poseemos un útero, entonces pues se entendió únicamente que es para tener hijos, que se enferma cuando no los tienen, y si ya cerraste la fábrica tu tarea como mujer hasta ahí llegó y no hay nada más, es la idea de mujer reproductora, no una vasija sagrada o que trae la vida, no, es reproductora; esta idea nos ha venido enfermando a todas, enfermó a nuestras mamás, a nuestras abuelas, y en algún momento nos enfermó a nosotras, al momento que no nos explicaron que hay otra forma de poder vivir nuestro útero y nuestro cuerpo de mujer.⁴⁴¹

Desde la perspectiva del sistema de salud holístico femenino, y al interior de los círculos de ritualidad femenina, se aclara que el útero es el centro creador, no sólo reproductor de la especie, sino que es centro generador de potencialidades. El útero contiene la vitalidad y la fuerza, siempre disponible para una misma, para sus procesos, proyectos, para su arte, para sus relaciones. En el útero reside el impulso vital y el gozo por la vida.

Así mismo, en las comunidades virtuales, los talleres y círculos de mujeres se rediseñó la anatomía del útero, y aquella estampa plana, muerta y mutilada, fue recreada tomando como base imágenes dimensionales, pero buscando que cada mujer visualizara, se sensibilizara e imaginara su útero con vida y movimiento. Como lo refiero en el capítulo cuatro, en la red virtual circulan imágenes en tercera dimensión, videos, y obras artísticas⁴⁴² del útero, los ovarios, la vulva y la vagina. Los recursos audiovisuales y artísticos, permitieron ampliar el conocimiento del cuerpo femenino, dando sentido a la vivencia corporal femenina. También, como veremos en este

⁴⁴¹ Nadia Ávila, Carpa Lunar, Casa Lunai, Guadalajara, Junio, 2014.

⁴⁴² “Uterus Flag Project” Proyecto de participación social para crear reverencia al útero, <https://www.facebook.com/UterusFlagProject?fref=ts>., Jacqueline-Secor, ex mormona feminista, tiene una gran producción de pinturas de vulvas florales, la artista las llama “Vulvae”, plural de vulva. <https://jacquelinesecorart.com/> Creación de Betty Baker de arte textil en torno al cuerpo femenino. <https://www.behance.net/gallery/7522513/Womans-anatomy>. En la web hay centenares de aportaciones de artistas anónimas, basta con introducir el hashtag #vulvaart, #uterusart #vaginaart, #menstrualart en Instagram, Pinterest, Tumblr para descubrir muchas de estas obras.

capítulo, dentro de los circuitos de espiritualidad femenina circulan prácticas y recursos para las sensibilizaciones y revitalizaciones del útero.

A continuación veremos, cómo las mujeres en círculo redimensionaron al útero como centro de poder sagrado femenino, viviendo procesos de recuperación del útero, conciencia somático/reflexiva que les permitió revitalizar su centro de conocimiento y poder, un centro corporal antes patologizado y medicalizado. En este sentido el útero adquirió relevancia en la vida somático/reflexiva, en la compleja Gyn/ecología, en interconexión con las demás mujeres, la naturaleza y el cosmos, como lo plasma el siguiente post de Facebook, en imagen, texto y comentarios:



NUESTRO ÚTERO tiene una vibración y una frecuencia altísima, es una vasija que recoge información y emana energías creativas cuando es tocado, acariciado, sentido, sacralizado y reconocido. El útero es el cerebro femenino que capta todo desde un lugar visceral, perceptivo, psíquico, abriéndonos a la Magia Femenina. No importa si tienes útero o no, porque no es sólo un órgano físico, sino una Vasij... Ver más

Me gusta Comentar

Compartir

Anet T. Azamar y 159 personas más

133 veces compartido 8 comentarios

Irene Valdes ! 😊!
21 de julio de 2014 a las 19:25 · Me gusta · 1

Valentina Chavarriaga ❤️
21 de julio de 2014 a las 20:28 · Me gusta · 1

Wendy Marilú En los últimos meses he sentido las vibraciones de mi útero con mayor intensidad 😊
21 de julio de 2014 a las 21:02 · Me gusta · 1

Francisco Jesus Ahooooowww!
22 de julio de 2014 a la 1:34 · Me gusta · 1

Acera Cera HERMOSO Y AMOROSO COMO TODO LO QUE TU NOS DAS, GRACIAS!!!
22 de julio de 2014 a las 11:37 · Me gusta · 1

Diana Araya Carrasco Q belli
Ver traducción

Recorte de pantalla 32. Post de Facebook de la Comunidad Yeztli, Julio, 2014.

El útero es entendido y vivido como un *ente* con poder y capacidad de dar y de recibir, con conexiones simbólicas y materiales en la vida de la mujer, y como herramienta para el empoderamiento y la autonomía.

5.1.1. Útero revitalizado

Cuando logres encender el fuego de tu centro creativo y lo subas hasta el corazón estarás en contacto con tu INFINITA FUERZA VITAL y serás capaz de hacer todo lo que te propongas.

Miriam García

En el siglo XVI, Ambroise Paré, considerado el padre de la cirugía moderna, describió las contracciones del útero en el orgasmo femenino. El médico uruguayo Roberto Caldeyro en la década de los sesenta describió las ondas vibratorias del útero en el trabajo de parto. Anteriormente, sólo se reconocían las contracciones durante el orgasmo, el parto y durante la menstruación, pero el útero late durante todo el ciclo. Los úteros espásticos que hemos encarnado las mujeres, han perdido su movilidad y nos hemos insensibilizado a sus vibraciones. Ahora la tecnología confirma que el útero tiene un latido propio, que además varía según el momento del ciclo femenino⁴⁴³ (Van Geste, 2003).

En los contextos de la sabiduría femenina, se describe el movimiento del útero como una medusa o pulpo, que se mueven, se abren y se expanden, que a diferencia de las contracciones del parto, el útero se mueve suavemente cotidianamente. Las mujeres en círculo alentaron a las mujeres a sensibilizarse y compartieron técnicas y recursos para conocer, sentir y relajar al útero, para encarnarlo y hacerlo presente en lo somático. Desde los *modos somáticos de atención* las mujeres describen las sensaciones del útero como vibraciones, movimientos y cambios de temperatura. Chandra me comparte su proceso en la sensibilización de su útero:

[...] porque también soy bien racional, entonces ahorita estoy en un modo de no pensamientos, más corazón y sentir, y también más útero y sentir su energía, claro que al principio pues no lo reconocía, ni lo sentía y a través de las terapias, dinámicas y ejercicios que nos pone nuestra hermanita Nadia, como esta última vez, la respiración ovárica, ahí de verdad que lo vi tal cual mi útero, como esa expansión de colores, y dije ¡Órale! entonces ya me queda más claro.⁴⁴⁴

⁴⁴³ Durante la menstruación se han descrito contracciones regulares similares a las del parto, de gran intensidad y amplitud pero baja frecuencia y tono basal. En la fase proliferativa (cuando el endometrio nuevo empieza a desarrollarse) aumenta el tono basal y la frecuencia a la vez que disminuye la amplitud y la intensidad. Antes de la ovulación, las contracciones se hacen menos intensas pero más frecuentes, para asegurar la llegada del esperma al útero y al óvulo. En la ovulación, las contracciones son pequeñas pero muy frecuentes: el útero vibra. Antes de la menstruación, las contracciones ganarán en intensidad y amplitud pero serán menos frecuentes. No sólo cambia el patrón de contracciones, también la dirección de la contracción: en la menstruación y al principio de la fase folicular, la contracción va del fondo hacia el cérvix, mientras que en la fase folicular tardía y alrededor de la ovulación, cambia de sentido, del cérvix al fondo (Van Geste, 2003).

⁴⁴⁴ Entrevista con Chandra Santiago, Agosto 2014.

Karina Fuentes “despierta” a la conciencia somática del útero después de parir a su hija y de ser madre. Karina comprendió la vital importancia de soltar la rigidez histórica femenina acumulada en el útero, para tener una vida plena y consciente; a raíz de este proceso, convoca al círculo de madres y padres para ritualizar y compartir experiencias, también abre una comunidad en Facebook llamada “úteros relajados”. Ella reflexiona cómo esta rigidez se ha encarnado también por las prácticas corporales y estéticas como el uso de corsés, fajas y los valores asociados a los vientres planos.

Encarnar la conciencia somática/reflexiva del útero es un proceso en donde se resignifica, resimboliza y revitaliza el centro energético femenino, el útero/corazón. Edith Torres nombra cómo el útero se puede ir haciendo consciente:

¿Cómo sentir el útero? Es como sentir que tengo un dedo y ser consciente todos los días que hay un dedo y entonces el dedo está reaccionado, estás consciente de él; no tengo una técnica o un método, pero al ser consciente, te empieza a hablar solito [el útero] y lo empiezas a sentir, hablar con él, sientes cuando hay molestias, cuando tu persona está enojada, él también se enoja, se pone ácido, se pone mojado, está conectado con nosotras, sólo hacer consciente que ahí está, sus dolorcitos, ahí está hablando el útero.⁴⁴⁵

En los talleres, círculos y rituales se compartieron creatividades, recursos y técnicas para sensibilizarse al útero; para hacer los puentes somático/reflexivos con este centro femenino. La meditación activa, la danza, la respiración fueron experiencias para que las mujeres contactaran con su útero, para que lo visualizaran y se sensibilizaran a sus formas, movimientos y lenguajes. El poder visualizar al útero como un órgano con múltiples conexiones, movimientos y funciones, más allá de la estampa típica del útero, amplió en mí las posibilidades de autoconocimiento y sensibilidades; el útero cobró vida dentro de mi cuerpo y mi vida. En mi experiencia de recuperar las sensibilidades uterinas, ahora siento su vibración, calor, movimiento dentro de mí, cuando soy sensiblemente consciente a la presencia del útero en mi cuerpo, la experiencia de sentir mi útero, me aporta bienestar físico y ontológico. Edith me comenta que después de recuperar la sensibilidad uterina, ahora siente una sensación de alegría y plenitud con su cuerpo y con ella misma y reconoce, como otras muchas más mujeres de la espiritualidad femenina, la vital importancia de “tenerlo vivo todo el tiempo”.

⁴⁴⁵ Entrevista con Edith Torres, agosto 2014.

Así mismo, en las prácticas discursivas y en las experiencias de las mujeres en círculo, se subraya que aunque el útero como órgano haya sido extirpado, continúa ahí su energía, su sabiduría, su medicina y poder.

5.1.2. La sabiduría, la medicina y el poder del útero

Las mujeres somos la fuente creativa del universo, somos el gran útero creador, donde todo lo que se siembra florece. Esa energía que solventa la vida, proviene de los óvulos que se generan en los ovarios.

Cuando una mujer sede su poder, o sea, sede su energía creativa (sexual) y se deja penetrar indiscriminadamente, no sólo por hombres variados, si no por el entorno, llena sus distintos cuerpos con una capa energética densa que consume su energía vital y la aleja de su poder personal, el cual, es por naturaleza el poder de la creación.

Contactar de nuevo con nuestro poder personal activa inmediatamente al sanador o maestro interior, que es realmente en quien nos debemos apoyar para realizar el tránsito de esta vida, alineadas con nuestra misión.

Sajeeva Hurtado

Beatriz Andrade como terapeuta junguiana y acompañante menstrual, reconoce que en el útero “hay medicina”; el reconocerlo y sentirlo aporta una guía orientacional para la vida, ella reflexiona sobre la profundidad y el significado del útero, como centro de creatividad y sabiduría femenina. Para Beatriz el útero, es como una biblioteca que se lee con la intuición, con los ojos cerrados. Para ella es vital que las mujeres encarnemos esa sabiduría del útero, llevarla a la cotidianidad y realizar cosas concretas para sí mismas y para los demás seres sintientes. Las mujeres que encarnaron las prácticas discursivas en torno al útero, las que entablaron una conexión simbólica/energética con éste, reconocieron su sabiduría y su guía orientacional. A través de sus lenguajes, recibieron las prescripciones de actitudes y prácticas, mismas que las mujeres encarnaron para el bienestar y las sanaciones. La sabiduría, la medicina y el poder del útero es la voz intuitiva/somática del *self* de las mujeres.

Rocío Shekinah explica que cuando empiezas a relacionarte con el útero, cuando le agradeces, cuando le pides perdón por los malos tratos por la inconciencia, el útero responde:

Entonces en el momento en que tú, si nunca habías volteado a ver a tu útero, a tu vientre y de repente dices -¡Hola, aquí estoy, no te conozco pero te quiero conocer, gracias por la bendiciones, por tu medicina, por las lecciones, gracias por las manifestaciones de que a la mejor algo que yo estoy haciendo no te está gustando, gracias por decírmelo, porque lo voy a arreglar, gracias, perdóname, por cualquier cosas, te amo!- un poco de

*hoonopono*⁴⁴⁶ y entonces tú útero te responde, te va a empezar a hablar y lo vas a empezar a sentir y se hace como una alianza.⁴⁴⁷

Esta alianza que tiene que ver con sensaciones somáticas e intuiciones aporta mensajes para la vida, la cotidianidad y la salud. Nadia Ávila expresa la importancia de “hablar con el útero” para acceder a los mensajes de nuestro cuerpo/ser femenino: “qué nos dice cuando menstruamos, con nuestros embarazos, nuestros partos, nuestro climaterio, nuestra menopausia, qué nos sigue diciendo aun cuando nos lo quitaron por enfermedad o decisión médica, es una memoria que queda ahí en verdad arraigada”. La información que el útero revela de diversas maneras a cada mujer, es la sabiduría del *self* encarnada.

La “reconexión” con el útero es también la reconexión con la feminidad, con una manera de ser mujer, como dice Lizette Mercado al explicar que la bendición de útero es una oportunidad de conectarnos con el útero para transformar y crecer, para “conectarnos con el ser mujer, que ya se nos olvidó, ser sensuales, femeninas, fluidas, creativas, las mujeres venimos a inspirar, a crear”. Lizette hace referencia a cualidades femeninas, que si bien son estereotipos de género, ella ha visto a lo largo de tres años que ha compartido bendiciones y sanaciones de útero, cómo mujeres cercanas a ella se sanan de malestares subjetivos, y logran poder tener una relación de pareja estable, logran embarazarse o también han sanado miomas y quistes.

En una Carpa Lunar dedicada al útero, una mujer compartió su experiencia, ella habló de su proceso de autoconocimiento y de sentir el útero dentro de sí como algo vivo y que gracias a eso, ha encontrado sentido a su vida y ha cambiado su visión del mundo:

[...] he tenido tres abortos, he sufrido una violación, durante 10 años fue muy difícil porque no sabía... hasta hace 4 años conocí el temazcal y el autoconocimiento, también tengo dos hijos que gracias a ellos he reconocido muchas cosas de mí. He tenido un proceso de muchas situaciones dolorosas y desconocidas, pero finalmente descubrí [al útero] como algo vivo, como algo que crea, es el motor de mí hacia el mundo, y en ese momento cuando yo descubrí esto fue como un abrazo y toda mi vida ha cambiado de verdad, mi visión del mundo ha cambiado en su totalidad, ahora agradezco el conocerme, el conocerlas y a esta energía, que sé es una vibración.⁴⁴⁸

Ella al situar su útero dentro de sí como algo vivo y conectado a su ser, comprendió las vivencias pasadas como aprendizajes de vida. En este sentido, la conciencia somática reflexiva

⁴⁴⁶ Antiguo arte hawaiano de resolución de problemas basado en la reconciliación y el perdón.

⁴⁴⁷ Entrevista con Rocío Shekinah, junio 2014.

⁴⁴⁸ Expresión y testimonio de una mujer en círculo de la palabra, Carpa Lunar en Casa Lunai, junio 2014.

del útero se convierte en “medicina”, fuente de resignificaciones y sentido a la experiencia de vida, en las realidades de cada una.

El útero, es contemplado como tierra fértil, tiene la capacidad de abonar, germinar, madurar y alumbrar o materializar lo que se intencione desde él, de ahí la importancia y la *eficacia* de “crear con el útero”. Andrea Ibarra y Chandra Santiago tienen ya algún tiempo viviendo una relación consciente con su útero, ambas son artistas gráficas y reconocen que su creatividad e inspiración proviene de su útero. El útero como centro creativo femenino, lugar en donde se gesta la vida, también es el lugar en donde se gestan los sueños, los proyectos. Es desde el útero que las mujeres pueden transformarse y crearse como las mujeres que desean ser. Rocío expresa las interconexiones y sensibilizaciones de la materialización del *self*:

[...] porque este centro [el útero] es el que materializa, que aterriza, el centro que da vida, es la parte que da “vi-da”, piensas algo (señala la cabeza), lo sientes, te emocionas (señala el corazón) y entonces la das vida (toca su vientre) nace, nace tu proyecto, nace desde acá! para mí ha sido hermoso y no acabo de descubrir cosas bellas, me fascina.⁴⁴⁹

Las mujeres aprendieron a “hacer alianza” con su útero, porque “es capaz de dar lo que se le pida como, por ejemplo pedirle, que ayude a materializar los deseos, a fortalecer la voluntad, a expandir la creatividad y el amor hacia sí misma o con los demás”.⁴⁵⁰ El útero es el centro de poder y valor; lugar desde donde “se crea la propia vida en amor y armonía”:

Sintiendo ya en la conciencia de que es un centro de poder, entonces podemos a través de él [útero], sacar nuestros propios decretos de poder; para podernos comunicar con él, pedirle que nos ayude para fortalecer nuestras ideas, le podemos pedir voluntad, es buenísimo nuestro útero para fortalecer nuestra voluntad; le podemos pedir creatividad, es a quien mejor le podemos pedir creatividad en nuestros trabajos, y en nuestra vida cotidiana, y cuando hagamos oraciones para él, vamos creando nuestros propios decretos para pedirle voluntad, para pedirle amor.⁴⁵¹

Rocío Shekinah, narra cuando empezó a sentir la fuerza de su útero para desde ahí vivirse, la experiencia concreta fue en un círculo de mujeres, cuando estaba aprendiendo a tocar el caracol⁴⁵² y su conexión con su útero y los úteros de las demás mujeres:

Hicimos el saludo a los rumbos y cuando tocó el rumbo de la mujer no podía tocarlo [el caracol] estábamos trabajando con heridas fuertes, Silvia me dijo -tócalo desde acá con

⁴⁴⁹ Entrevista con Rocío Shekinah. Junio, 2014.

⁴⁵⁰ Nadia Ávila, Carpa lunar, Casa Lunai, Junio, 2014.

⁴⁵¹ Nadia Ávila, Carpa lunar, Casa Lunai, Junio, 2014.

⁴⁵² Tocar el caracol o Atecocolli es una práctica de muchas comunidades de América. Es un caracol marino utilizado como instrumento de aliento por su sonido grave y profundo. Sirve para hacer llamado a la comunidad a trabajar, a la asamblea, a ceremonia, o a fiesta.

tu útero, me conecté con él, con esa fuerza, tomé el caracol y ¡uuuuuuu, desde acá! (señala su útero). Y entonces cada vez que toco el caracol yo lo toco desde mi útero, desde acá sale... ¡Fue increíble! ¡Padrísimo!

Rocío sintió la fuerza y el poder de su útero, las meditaciones, visualizaciones y movimientos corporales le permitieron arraigarse a la Tierra y a su centro que es el útero para poder traer la energía y la capacidad de actuar. Así como Rocío, otras mujeres de la espiritualidad femenina han encarnado las sensibilidades y las potencialidades del útero. El temazcal y el autoconocimiento de las prácticas terapéuticas/espirituales fueron la puerta de entrada para reconocer su cuerpo y revitalizar su útero.

Para materializar las realidades que las mujeres desean, como proceso vital, ellas se sensibilizaron a su útero, aprendieron a “llevar la energía y conciencia” a este centro femenino, para actuar y realizarse. Según esta perspectiva, la materialización de las realidades que las mujeres visualizan y decretan, tiene una vinculación con la movilización de la propia energía centrípeta y la energía cósmica que actúan para su realización.

5.1.3. El útero ancestral e interconectado

Dentro del útero de cada mujer se ilumina la conciencia de la
Madre Tierra
Roslyne Sophia Breillat

El útero contiene las memorias emocionales ancestrales del linaje materno, ya que el útero fue formado en el útero de la madre y éste en el de la abuela y así sucesivamente absorbiendo las vivencias y emociones de las generaciones femeninas y trayéndolas al presente en comportamientos, actitudes o enfermedades. Christiane Northrup (2006) señala que el legado de todas las mujeres ancestras hasta nosotras (o hasta nuestras hijas) está impreso en nuestro cuerpo, en concreto en nuestros genitales, nuestros órganos sexuales, nuestros senos y nuestro abdomen: “Tener conciencia de esto nos ayuda a entender el porqué de tantos dolores «inexplicables», de tanta ira contenida y de tantas lágrimas sordas”. El útero alberga las memorias negativas, pero también los conocimientos ancestrales, sabidurías que nos han heredado nuestras ancestras. Nadia Ávila, dice que se puede acceder y conectar con el útero para entender qué hay en él que no es propio, qué es de la madre o de la abuela: “entonces podemos platicar con nuestras tataras que no las conocimos pero aquí están; accediendo al útero, podemos tener el acompañamiento de nuestras ancestras y así poder saber con más precisión, apuntar nuestra

flecha que son nuestras intenciones y nuestros rezos”. Nadia explica que el útero es también un gran aliado porque al acceder al conocimiento que alberga en él, se puede acceder al conocimiento de las ancestras, “al conocimiento heredado, es como una matrix, una gran matriz y está aquí en nuestro centro de poder”.

El útero permite la identificación y la conexión a nivel simbólico con las demás mujeres, las contemporáneas y las ancestras. Ana Tere Lahak comenta que es importante que en los círculos de mujeres “juntemos, reunamos y unifiquemos la energía de nuestros úteros”,⁴⁵³ para poder empoderar y sanar al colectivo femenino. De ahí la vital importancia para las mujeres en círculo dedicar un tiempo y espacio al útero, para hablar de él y sentirlo, como un espacio de autoconocimiento, para procurar el amor propio, el empoderamiento. Como expresa Sabina Kupá en un círculo de la palabra de una Carpa Lunar dedicada al útero:

[...] en algún momento de mi vida no le di tan buen trato [al útero], no le honraba, no le reconocía y tuve que pasar algunas situaciones difíciles para voltear a ver mi centro de poder. Estoy bien agradecida de este andar, pero ha sido bien gratificante, en el momento que me di cuenta que mi útero es mi corazón, estoy bien enamorada de todo esto, cada día me apasiona más, y que se armen estos espacios para platicarnos y amarnos, me siento bien dichosa!⁴⁵⁴

5.1.4. Útero Sagrado, Útero Universal

¿Te has sentido acogido, amado, deseado, nutrido? Un micro universo se gesta en el útero materno y éste se gesta en el macro universo... Hay una sola verdad, ¡somos uno! Y nos hemos gestado en un útero común, el de la Gran Madre, la Madre Nutridora del universo -el útero cósmico que nos ama y acoge a todos por igual y que conjuntamente con Madre Tierra, luego de ser paridos y habérsenos dado la vida, nos nutre y alimenta de igual manera que lo hace una madre Sólo que cada experiencia es individual...
Magaly Herrera

El útero es sagrado, dicen las mujeres en los círculos, porque es el espacio de la vida y la creación. La frase “yo no salí de tu costilla, tú saliste de mi útero” que circula por la red global de la conciencia femenina, da cuenta de la redimensión del útero en el contexto patriarcal:

⁴⁵³ Ana Tere Lahak, conferencia CUCSH. Marzo 2014.

⁴⁵⁴ Círculo de palabra, Carpa Lunar en Casa Lunai, Junio 2014.



Ilustración 17. “Yo no salí de tu costilla, vos saliste de mi útero”. Se desconoce autora y artista.

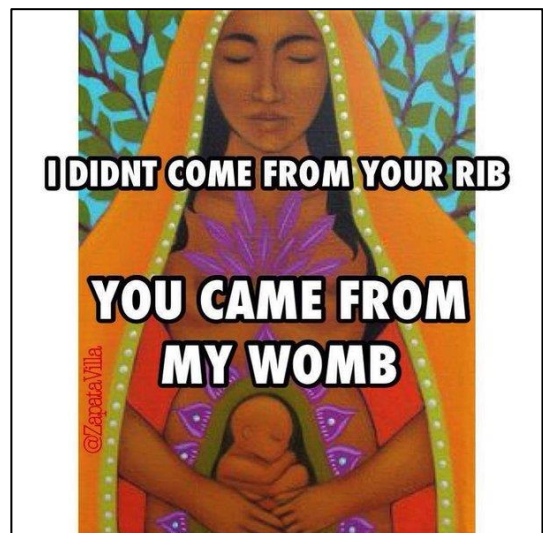


Ilustración 18. “I didn’t come from your rib, you came from my womb”. Se desconoce autora y artista.

Gracias a la conciencia reflexiva de que lo que significa que en su útero, las mujeres crean y gestan vida. Las mujeres que son madres, reconocieron la vital importancia del útero por ser el lugar en donde se gesta la humanidad; ellas revaloraron los significados y las sensibilidades con este órgano femenino, así lo expresa Jessica Álvarez:

El útero es muy sagrado, yo no le daba toda esta conciencia, a parte nunca nadie me lo dijo, siempre era -pues si la mujer tiene hijos-, pero nunca era de que me dijeran -tu útero es capaz de crear la vida- con esa conciencia, era como común. Para mí es de mucho respeto porque crea la vida, y si no es la vida, son tus sueños, proyectos, de ahí los gestas, desde ahí porque está el impulso creativo.⁴⁵⁵

La Abuela Esperanza expresa cómo concibe al útero, en el sentido sagrado y conectado con el universo y la creación:

Es lo más sagrado y divino que tenemos como mujeres, el lugar en donde se gesta la vida, donde se gesta la nueva raza y la nueva conciencia [...] Ese que todo lo sabe, eligió el útero de la mujer para crear su obra y para que en ese vientre sagrado se gestara la vida de la humanidad, somos creadoras junto con Él, aquí se genera la vida y somos las que la perpetuamos.⁴⁵⁶

De ahí que las mujeres veneren al útero sagrado, ya que somos las mujeres a las que “nos toca parir a esa nueva humanidad”.⁴⁵⁷ Así, el útero adquiere relevancia profunda en las

⁴⁵⁵ Entrevista a Jessica Álvarez, Mayo, 2014.

⁴⁵⁶ Abuela Esperanza en círculo de la palabra, Carpa Lunar en Casa Lunai, Junio 2014.

⁴⁵⁷ Abuela Esperanza en círculo de la palabra, Carpa Lunar en Casa Lunai, Junio 2014.

cosmovisiones ecofemeninas,⁴⁵⁸ en donde el útero está interconectado con dimensiones transpersonales, como lo expresa Paulina Oviedo:

Sin el útero no hubiéramos podido estar aquí, en este lugar sagrado. Creo que al ser mamá me di cuenta todavía más de esta forma, de esta manera de relacionarme con el útero, con el conducto vaginal, con la puerta del universo que es la vagina, entonces es una conexión del universo de la creación, es una información y un espacio, que estuvo naciendo en las estrellas y vibrando, y todo el espíritu que estuvimos ahí, entonces es un canal de información.⁴⁵⁹

El útero es, para las mujeres en círculo, el centro femenino que las conecta consigo mismas, con las demás mujeres y con el cosmos. Las mujeres comparten que cuando se hacen conscientes reflexiva y somáticamente de su útero -es decir, lo sienten, los saben, lo escuchan- han podido sentir una conexión con la Tierra y con la Luna, también expresan la revitalización de la conexión con los seres sintientes que habitan.

En los círculos de mujeres, el temazcal es ritualizado como la experiencia de “volver” al “vientre de la Madre Tierra” que nos “conecta al Útero cósmico”. Andrea Ibarra comparte que fue en el camino de los temazcales que reconoció que el útero es sagrado, y empezó a sentir que “un gran útero” la abrazaba y contenía. Andrea, como otras mujeres de la espiritualidad femenina, se dan el tiempo/espacio para ser conscientes y sensibilizarse a los lenguajes de su útero, y han creado y desarrollado prácticas rituales en torno a su útero y a su cuerpo, para honrarse en su reconocimiento y “alinearse” con el útero universal de la Gran Madre.

En la cosmovisión de la espiritualidad femenina, se plantea también, que a las mujeres nos une el arquetipo del útero como centro femenino, conectadas en un “gran útero universal energético”, de dónde venimos todos y todas como especie. El útero cósmico es la naturaleza que nos sostiene y nos unifica como humanidad en la Tierra. Poder sabernos/sentirnos dentro de un gran útero cósmico, da seguridad ontológica porque se es parte del todo trascendental. Para las cosmovisiones ecofemeninas, el Universo nos contiene con su “esencia femenina”, es el útero cósmico que nos alimenta, nutre y acoge.

⁴⁵⁸ Desde esta perspectiva, se trascienden y resignifican las paradojas de los mandatos de género de la cultura patriarcal, en torno al útero para la reproducción humana y el gestar y cuidar a la especie.

⁴⁵⁹ Entrevista con Paulina Oviedo. Diciembre, 2013.

5.1.5. Las mamas, los ovarios, la vulva y la vagina

Las mamas, los ovarios, la vulva⁴⁶⁰ y la vagina⁴⁶¹ también son resignificadas y revitalizadas en el contexto de la práctica de la Gyn/ecología y la espiritualidad femenina. En la red global y al interior de los círculos y talleres femeninos, se comparten los conocimientos, las prácticas y experiencias para reconocer y cuidar estos centros orgánicos/psíquicos/energéticos femeninos. Se anima a las mujeres a trabajar para quitar los síntomas y recuperar el placer de las mamas, la vulva y la vagina. El autocuidado está centrado en atender los síntomas de malestar y enfermedad o desequilibrio;⁴⁶² la alimentación, la higiene y la medicina natural son vitales para mantener equilibradas las hormonas, el Ph, la flora bacteriana y el flujo energético. En este sistema de atención y cuidado, también es importante el uso de ropa interior y productos menstruales ecológicos y naturales, (por ello, las mujeres en círculo han sido las mayores promotoras de las alternativas menstruales), así también, en los círculos se habló de la importancia de examinarse y autoexplorarse con espejos y espéculos, para el autoconocimiento. El uso de la falda también fue prescrito y practicado (como vimos en el capítulo tres) con el fin de tener una salud vaginal, para que fluya la energía y reconectarse consigo misma y con la tierra.

La medicina natural recomendada para sanar los síntomas de la vulva y la vagina, se basa en los productos biológicos: el vinagre, los ajos, el yogurt fueron remedios que las mujeres compartieron para sanarse. Los aceites esenciales, los baños y vapores vaginales, las microdosis, la homeopatía, la acupuntura también fueron practicas terapéutica a las que recurrieron las mujeres para atenderse. Los huevos intravaginales, y las meditaciones y visualización, fueron disciplinas terapéuticas que las mujeres pusieron en práctica como parte de sus procesos de resensibilización y sanación.

Las mamas son comprendidas como centro psíquico/corporal, como parte vital de la sabiduría femenina. En este contexto, se busca que las mujeres se reconecten con ellas, para desde ahí aceptarlas y sanarlas.

⁴⁶⁰ La vulva es la parte externa de los órganos genitales e incluye a los labios genitales, el clítoris, las glándulas de Skene (La zona de estas glándulas corresponde al punto G, fabrican un líquido transparente en el momento de un placer sexual intenso) y Bartolino (Secretan una pequeña cantidad de líquido que ayuda a lubricar los labios vaginales durante la función sexual), y la salida al exterior de la uretra y vagina.

⁴⁶¹ La vagina es una de las partes de los órganos genitales internos femeninos, es un conducto músculo-fibroso que une el útero con la vulva.

⁴⁶² Algunos síntomas pueden ser irritación, picor, sequedad, malestar, olor desagradable, flujo anormal e incluso dolor al tacto que llega a imposibilitar el acto sexual.

Los senos femeninos también han sido centro de objetualización patriarcal.⁴⁶³ Los senos han sido estereotipados por la cultura con un sólo ideal de belleza, que cuando las mujeres (que somos al mayoría) por naturaleza tenemos otras formas y tamaños de pecho, se encarna la vergüenza y el rechazo; por ende el malestar y la enfermedad. La diversidad se medicaliza, realizando cirugías plásticas;⁴⁶⁴ lo que no siempre sana la vida de la mujer, ni la relación con su cuerpo.

Según las terapéuticas orientales, los senos están relacionados con el 4º chakra del corazón y su energía natural es el amor y la alegría. Desde esta perspectiva, los pechos son muy importantes para la expresión de la sexualidad y la sabiduría femenina. En la red global de salud y espiritualidad femenina, así como en los círculos y talleres de la ciudad, se compartieron prácticas, conocimientos y experiencias para resignificar y sensibilizarse a los lenguajes de las mamas. Las prácticas de sensibilización y reconocimiento fueron rituales para cultivar el amor por sí misma a través de la energía de los senos. Las prácticas se centraron en dar amor, cariño y aceptación a esta parte del cuerpo femenino históricamente estereotipada y desencarnada.⁴⁶⁵ Las mujeres expresaron estar agradecidas y honrar a sus pechos por haberles dado la oportunidad de amamantar y alimentar a sus hijos e hijas. También, algunas mujeres compartieron experiencias de bienestar en sus pechos, como centro de poder y experiencias de los vínculos entre conciencia/mamas, como guía orientacional para su sanación y su estar en la vida.

Así mismo, en el contexto del movimiento de conciencia y salud femenina, se visibilizan los ovarios como el centro creativo femenino. Los malestares y enfermedades ováricas se relacionan con la “creatividad estancada”. La sabiduría ovárica representa la creatividad profunda y única relacionada con lo que creamos de nosotras mismas y en el mundo exterior. Según este sistema de salud, los planes, sueños, proyectos que no se realizan se convertirán en quistes. Así, los problemas ováricos pueden desarrollarse cuando la mujer no está sensibilizada a su sabiduría creativa interior. De acuerdo con la medicina energética, los ovarios son el equivalente femenino de los testículos masculinos. En el contexto de la espiritualidad femenina, ahí reside el poder y la fuerza alquímica femenina, la que permite la autonomía de sí, en la capacidad de cuidar(se) y

⁴⁶³ “Son muchas las personas que en su infancia no se acercaron a la cantidad ideal de contacto con los pechos de su madre, demasiados de nosotros fuimos alimentados no por los pechos maternos, sino por fríos pezones de plástico y fórmulas químicas elaboradas por empresas multinacionales. No es de extrañar que nuestra sociedad esté tan obsesionada por los pechos femeninos, ni tampoco que el escenario esté preparado tan pronto para molestias en esa zona del cuerpo femenino.” (Northrup, 2010).

⁴⁶⁴ En la jerga quirúrgica la indicación para el aumento del tamaño de los pechos es «micromastia bilateral crónica», lo que simplemente significa «dos pechos pequeños que llevan ahí algún tiempo» (Northrup, 2010).

⁴⁶⁵ Muchas mujeres adquieren una relación con sus pechos a través de los hombres.

amar(se) ¿Será por esto que la cultura taoísta reconoce que en el poder ovárico reside la “llave de la trascendencia de la humanidad”?

También, dentro de estos contextos de salud femenina, se está visibilizando, resignificando y revitalizando la vagina. Las mujeres expresaron conocer su cuerpo desde otras concepciones como lo narra Chandra:

La flor de la vulva, reconocer dónde sale la pipi y por dónde sale la sangre, que a veces no nos dicen en la educación; reconocer la forma de tu vulva, es reconocerte a ti misma, en tu forma, en tu flor porque es una flor con pétalo todo bonito y que por esa flor sale su néctar que es la sangre.⁴⁶⁶

Se está reconociendo a la vagina, no sólo como un órgano sexual, sino como un “potente mediador de la confianza femenina, la creatividad y el sentido de las conexiones entre las cosas” (Wolf: 2012). La espiritualidad femenina, está reconociendo el vínculo cerebro/vagina-vulva-útero; las experiencias menstruales asociadas a los productos ecológicos, fueron una puerta de entrada en las reconfiguraciones somáticas, sensibles y simbólicas en torno al útero, la vagina y la vulva; las mujeres revitalizaron sus anatomías psicósomáticas. Conocer, cuidar y honrar el cuerpo y cada uno de sus centros femeninos, fueron prácticas de la espiritualidad y salud femenina, como lo expresa este post de Facebook:

 **Yeztli: Gyn-ecología activa** compartió un enlace.
Hace 5 horas

Recomendaciones para la salud y bienestar de tu yoni ❤️ ❤️ Vagina, cuca, coño ❤️ ❤️ ❤️



Tu vagina es sagrada, 10 consejos para cuidarla como se merece. | La Sanación de Amaya
www.lasanaciondeamaya.com

Nuestra vagina junto con nuestra vulva son lugares sagrados de femineidad, es posible

Recorte de pantalla 33. Post de Facebook de la comunidad de Yeztli, Agosto, 2014.

⁴⁶⁶ Entrevista con Chandra Santiago. Julio, 2014.

A sí mismo, en la red de conciencia femenina, circulan creaciones artísticas en torno a la vulva⁴⁶⁷ y la vagina, como una práctica de resimbolización femenina. Aquí muestro algunas de estas obras visuales:



Ilustración 18. Dana Leggett

Yo Amo

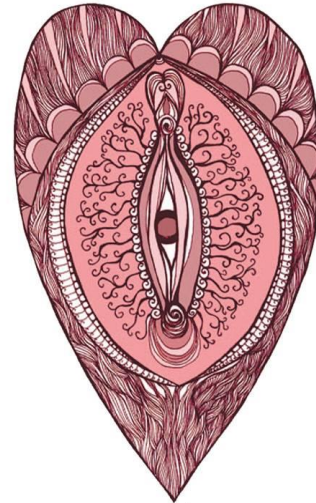


Ilustración 19. Loreto Contreras



Ilustración 20. "Elevation" por Melissa Bries

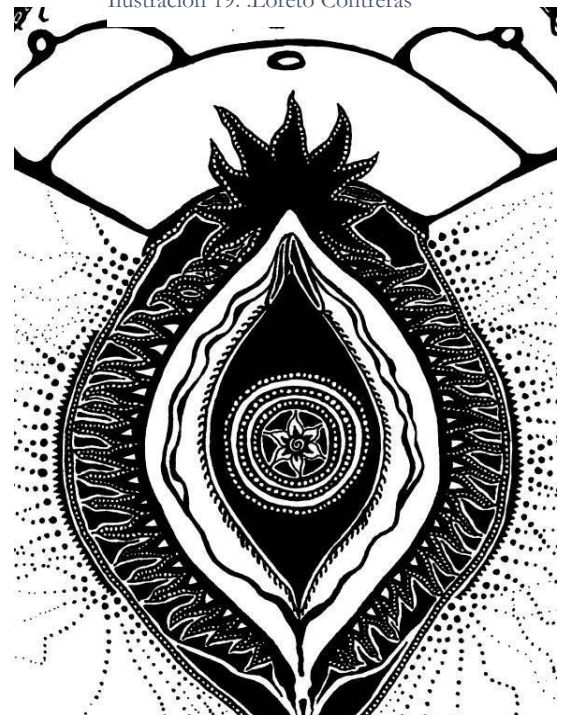


Ilustración 21. "Yoni Love" de Dana Leggett

⁴⁶⁷ Proyecto "La Manta Yoni", iniciado en el 2011 en Londres por The Shoreditch Sisters del National Women's Institute. En Latinoamérica Elena Sofía Zambrano lo coordina. El proyecto trata de la creación de un patchwork con retazos que re-presenten el Yoni, como símbolo de hermandad femenina y del poder creativo.

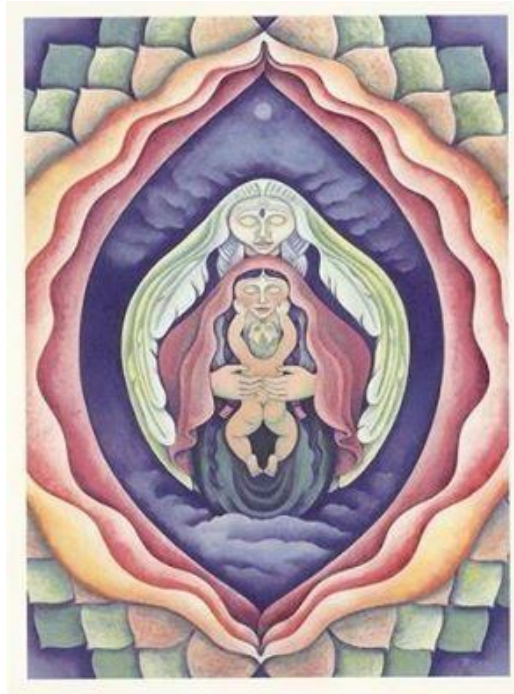


Ilustración 22. Vagina ancestral. Se desconoce autora.

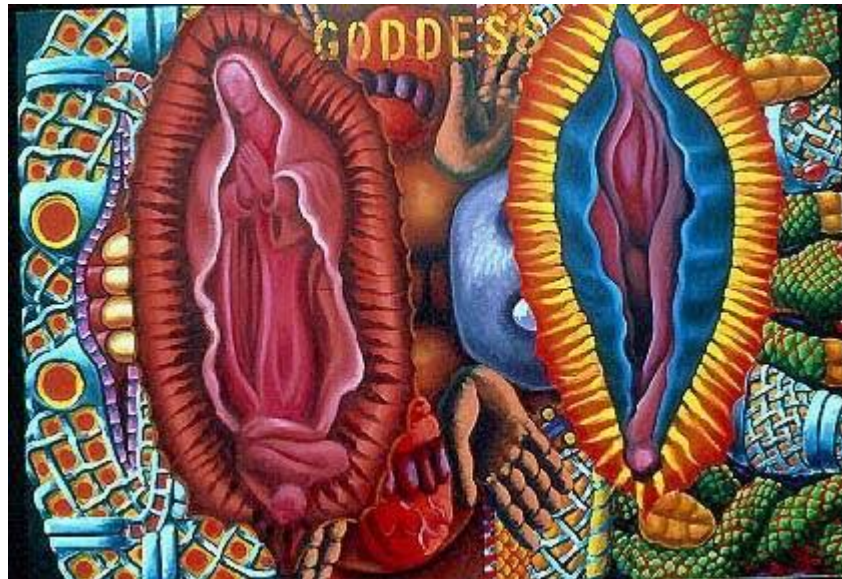


Ilustración 23. Goddess. Se desconoce autora.

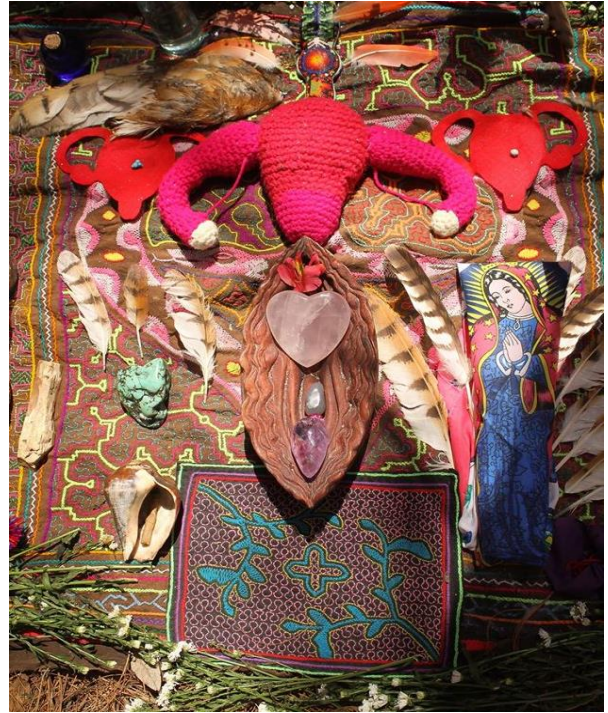
Así también, en los altares de los círculos de mujeres, fue común encontrar formas vulvares, como un acto simbólicos de resacralizar la vulva femenina, la puerta de la creación, la vida misma. Nadia Ávila compartió una reflexión en Facebook relacionada al cuestionamiento de por qué tener la vulva en el altar del círculo, aquí el texto:

Ayer escuché una anécdota, la del día en que una conocida mía conversaba con un hombre conflictuado con la presencia de una vulva de madera en el altar de nuestro círculo de mujeres ¿Eso de dónde lo sacamos? ¿Cómo se nos ocurrió? Mientras escuchaba este relato, tuve un montón de pensamientos que construían de inmediato un discurso que le diera respuesta a estas preguntas (Recordé las vulvas del paleolítico, las adoratorios antiguos en cuevas, las cerámicas antiguas con símbolos representando úteros, yonis, etc) Esta mañana, mi discurso mental cobró mucho sentido, cuando me encontré en una conversación con un hombre cercano a mí que, me explicaba la interacción whatsappera de un grupo de hombres, donde comparten material audiovisual que cosifica e hipersexualiza a la mujer, así como se comparte un saludo, un “buenos días”. Me pregunto si estos sujetos son conscientes de la red a la que alimentan con la normalización de estos pequeños actos que “no significan nada”, que forman parte de sus interacciones entre machos. Me pregunto si estos compas tienen idea de que vivimos en una cultura donde se hipersexualiza a la vida misma, y que con sus pequeñas acciones contribuyen a la normalización terrible de estas prácticas, sin cuestionarnos a dónde nos llevan, es decir, qué hay detrás de la pornificación y la cosificación del cuerpo, DE NUESTROS CUERPOS. Vivimos en un estado que tiene una ALERTA por feminicidios, desapariciones y violencias contra la mujer, vivimos en un estado que encabeza las cifras de embarazos de adolescentes ¿Y? Parece que no nos importa, el monstruo de la indiferencia nos alcanza, nos devora. Resueno con una comunidad de hombres y mujeres que se reúne para practicar ceremonias ancestrales donde se honra a la Tierra, al Agua, al Fuego, a la Mujer y al hombre, a la UNIDAD, pero parece que luego que se termina la ceremonia, todo aquello queda en la nada, todo es llamarada de petate. Porque a la hora de la hora, en nuestras pequeñas acciones, le damos en la torre a la ceremonia de la vida. Entonces pensaba, ¿Por qué tenemos una vulva en nuestro altar? Porque las mujeres decimos BASTA. Porque las mujeres decimos que es momento de resignificar nuestras sexualidades, y sentirnos libres de sacralizarlas si así lo deseamos. Tenemos una vulva en nuestro altar porque urge que demos luz a lo ignorado, es momento de poner un poco de conciencia en la forma en cómo nos relacionamos con nuestros cuerpos, porque decimos BASTA a la indiferencia y la robotización con las que nuestros compañeros consumen y replican las formas que violentan a la vida misma, a las mujeres, a las niñas, a los cuerpos que son sagrados. Tenemos una vulva en nuestro altar, porque en el altar de la naturaleza, la vulva, la vagina, fuentes de creación y del misterio de la vida, han sido y son sagradas. ¿Qué es la vagina? ¿Qué son un par de senos? Amigos míos, representan la VIDA, la capacidad generadora y nutricia de la energía femenina, esa energía divina por la cual rezan y danzan nuestros pueblos ¿Para qué continuaremos con una vulva en nuestro altar? Para que más mujeres y hombres hagan estas preguntas y se cuestionen su origen, su sagrado origen, y a ver si vamos construyendo con nuestros pequeños actos, una ceremonia de vida que dignifique y honre nuestro origen.

Nadia expresa emotivamente la vital importancia de la sacralización de la vulva, la vagina, el cuerpo femenino y la vida, como una manera de construir otros mundos y otras realidades para hombres y mujeres. A continuación muestro algunas imágenes de las formas vulvares colocadas en los altares de los círculos femeninos:



Fotografía 38. Altar Segunda Carpa Lunar. Guadalajara, Junio, 2014.



Fotografía 39. Altar Segundo encuentro de Mujeres de Luna, Guadalajara, Abril, 2016.



Fotografía 40. Altar Círculo Barcelona. Blog "Mujeres de Luna"



Fotografía 41. Alatar Círculo Sicilia. Blog "Mujeres de Luna"

5.2. Sexualidad y genitalidad

Nuestro cuerpo de mujer está colonizado y responde a la ideología del colonizador. La liberación sexual de los años sesenta no fue en realidad para la mujer sino en el sentido masculino del término y en relación a los intereses de los hombres.

Leonor Taboada

La desvalorización y el rechazo de la experiencia corporal y del cuerpo que emergió con la disociación cuerpo-mente fue lo que produjo también la división entre lo sagrado y profano o pecaminoso; polarizando la sexualidad y la espiritualidad. Con la represión de los instintos y los deseos, tanto hombres como mujeres hemos sido despojados de la sexualidad natural y del sentido de lo sagrado en la vida. En la edad matrística y aún en algunas culturas, la sexualidad era una vía de autoexpresión, de alegría y un vínculo con lo sagrado de la vida y del cuerpo. El cambio de modelo social de matrístico a patriarcal también trajo consigo un cambio esencial en la construcción social del placer y del dolor (Eisler, 2000). Aquello que se adoraba, ahora se desprecia, profana y degrada: la naturaleza, el placer y el poder sexual femenino creador y sustentador de la vida.

La construcción social del cuerpo tiene que ver con la política de verdad a la que hace referencia Michel Foucault. Para Riane Eisler (2000: 20) la idea de que el cuerpo humano como parte de la naturaleza es inferior a la mente y al espíritu, surge en la historia europea de las épocas griega y romana clásica; pero fue más tarde con San Pablo y San Agustín que cobra vigencia la noción cristiana que el cuerpo humano y en particular el femenino es corrupto o demoniaco. En el relato bíblico, el sexo y el cuerpo corrompido fue la consecuencia de la caída del paraíso; el parto con dolor y la sumisión de la mujer fue el castigo de dios hacia las mujeres, además de que en el sexo y el nacimiento el “pecado original” se hizo mandato. Eisler (2000) expone cómo la condena moral de la sexualidad generalizada por la Iglesia, fue parte de su estrategia política para imponer y mantener el control sobre el pueblo que se aferraba a tradiciones anteriores. Para la tradición judeocristiana el cuerpo y el alma fue el terreno ideológico que fomentó la dominación de las mujeres y la naturaleza (Fedele y Knibbe, 2013).

Desde la segunda mitad del siglo XX, con el surgimiento del feminismo, se aceleraron los cambios en la estructura social de la familia; actitudes y conductas sexuales se liberaron y fue lo que se le conoce como la revolución sexual en occidente. Este cambio de concepciones inició en los Estados Unidos, y se ha ido extendiendo el rechazo a la creencia de que el sexo es sucio y

pecaminoso; también se ha extendido el intento de libertad sexual femenina eligiendo cómo y con quién emparejarse y decidiendo tener hijos o no, se está intentando recuperar el derecho al placer sexual y rechazar la idea de que las mujeres sexualmente activas son “malas”; también se ha desechado poco a poco la idea de que la heterosexualidad es la única tendencia normal. Estos cambios subjetivos y sociales se han ido expandiendo, con procesos más lentos en sociedades más conservadoras aún dentro de grandes ciudades de México. Sin embargo, la revolución y libertad sexual, aún sigue enganchada en modelos de dominación; Eisler (2000, 1999) señala que la libertad sexual ha sido cooptada, para continuar con mecanismos de dominador-dominado. Para la autora, sólo veremos una verdadera revolución sexual si completamos el cambio cultural de una organización social e ideológica dominadora a una solidaria, en donde el sexo ya no se asociará a dominio y sumisión, sino a la plena expresión de nuestro poderoso anhelo humano de conexión y placer erótico. Será una sexualidad que nos permitirá expresar y vivenciar más plenamente la pasión sexual como un estado de conciencia alterado. También se reconocerá que el placer erótico puede estar impregnado de una espiritualidad inmanente y trascendente. Y combinará mayor libertad sexual con mayor empatía, respeto, responsabilidad y cuidado (1999: 53).

Nos encontramos en un momento histórico en donde la sexualidad femenina está siendo reescrita por las propias mujeres. La visión angosta y lineal de la sexualidad devenida de un contexto histórico dominante se amplía con la mirada y el empoderamiento femenino para diversificar las prácticas, las concepciones y las vivencias. La sexualidad femenina está siendo reconocida por la diversidad de experiencias que el cuerpo y subjetividad femenina brinda; experiencias de placer asociadas a la menstruación, al embarazo, al parto, la lactancia y la maternidad, así como experiencias de bienestar y contacto corporal no coital con otras mujeres están siendo reincorporadas a la diversidad sexual femenina. Estas emociones y experiencias son parte de “otra” sexualidad femenina desenmarcada de la visión patriarcal falocéntrica y coitocéntrica. Pausadamente y no sin contradicciones, llegaremos a una sexualidad holística y compleja, superando la mera genitalidad, como lo visualiza Ester Massó (2009).

La energía sexual para los discursos de la conciencia femenina es *eros*, es decir, la energía y fuerza vital de toda la creación. El reconocimiento de *eros*, versus *tánatos* -la energía de muerte y destrucción que en esta cultura se le rinde culto-, permite reconocer las sensaciones eróticas como una señal de plenitud y salud en la vida. El instinto es lo que nos autorregula, integra y conecta con la vida y cada una de sus expresiones; para Sajeeva Hurtado, creadora de la

respiración ovárica,⁴⁶⁸ la energía sexual es el pulso creador de la vida, entrar en contacto con esta energía y mover el cuerpo desde allí nos devuelve la capacidad creativa. Para Northrup (2010: 329) solamente reconociendo que el éxtasis y la espiritualidad forman parte de la naturaleza humana podemos generar maneras de procurar experiencias de éxtasis y conexión mutua que no sean destructivas, ni adictivas.

La comprensión y vivencia de la sexualidad femenina compleja y holística tiene un mecanismo de acción política porque ayuda a desmontar el falocentrismo; significa celebrar la subjetividad y la materialidad femenina como una manera en que las mujeres se posicionan en el mundo, viven su cuerpo y sus relaciones.

En los círculos y talleres se motivó y acompañó para liberar tabús menstruales y sexuales, para hablar abiertamente del cuerpo, transformando los significados en torno a la genitalidad y a la sexualidad, lo que permitió las resignificaciones y revitalizaciones en las mujeres, liberaciones orgánicas y simbólicas que las mujeres encarnaron. También, en el interior de los círculos, se cuestionó y se visibilizó el hecho cultural de ser “objeto sexual” y la vital importancia de convertirse en “sujeto sexual”, para ejercer su capacidad de decisión y de sentir placer. El autoconocimiento y la autoexploración son los primeros pasos de la sexualidad plena, también, de la sexualidad sagrada.

5.2.1. Sexualidad sagrada

Hombres y mujeres nos sabíamos libres, conectados y sagrados.

Como encarnación de los Dioses, nos uníamos, y juntos, caminábamos gozosos hacia la manifestación de nuestra más alta autoexpresión espiritual. Antes de que la forma nos impidiese visionar el contenido, nuestros cuerpos eran el instrumento, el templo de placer sagrado en que hombres y mujeres orábamos juntos.

Ahí... cuando el cuerpo y el acto sexual eran la forma de volver a entrar y la mujer era el puente de unión con el Eros, la puerta de acceso a lo divino, a la común-unión, al éxtasis...

Erica Falcón

⁴⁶⁸ La respiración ovárica es un proceso de sensibilización, conciencia, limpieza y purificación energética. La técnica de respiración ovárica, reúne diferentes secuencias que nos ayudan a contactar con la energía de los ovarios, el útero y los senos que son la parte de la anatomía femenina con más potencial energético de todo el organismo, es allí donde se encuentra intrínsecamente la semilla de la vida. Con la respiración ovárica se aprende a contactar con la energía y a utilizarla en pro de la propia sanación y para poderla compartir con otras mujeres. En el último apartado del capítulo la abordo a detalle.

La idea misma de la sexualidad como algo sagrado y, más concretamente, de la obscenidad como un aspecto de la sexualidad sagrada, es esencial para la naturaleza salvaje.

Clarissa Pinkola

En el contexto de la Nueva Era, la diversidad de literatura, talleres y charlas exponen la tendencia a la sacralización de la sexualidad, el placer erótico y la recuperación del poder sexual femenino, entendido como la capacidad para dar/recibir amor y placer. El cuerpo es concebido como templo y la sexualidad y el acto sexual como experiencia de conexión profunda con la vida.

En los círculos de mujeres se comparten los discursos de la sexualidad rememorando al pasado, a la era matrística o antiguas culturas desmarcadas de la dominación y la violencia patriarcal, en donde la sexualidad era natural y los y las jóvenes se preparaban para dar/recibir placer; tiempos en donde existió la “prostituta sagrada” o la “sacerdotisa sexual”. Los nuevos y antiguos discursos de la sexualidad en la espiritualidad femenina, buscan deconstruir las concepciones acerca de una sexualidad patriarcal, para volver a significar la genitalidad y sexualidad femenina y para que las mujeres tomen conciencia de la importancia de la plena “sexualidad consciente”, para su cuerpo, su salud y su vida. La “sexualidad consiente” como se le conoce dentro del ámbito de la espiritualidad alternativa, comprende la sexualidad holística, con componentes somáticos, psicoemocionales, energéticos y espirituales. Además, según esta perspectiva, la plena vivencia de la sexualidad consciente tiene repercusiones transpersonales en la vida, porque la sexualidad y el acto sexual es el origen de la vida humana. Las prácticas discursivas de la espiritualidad femenina, muestran la importancia del reconocimiento del deseo sexual como sagrado, porque es el impulso humano, por el cual la vida es procreada.

Desde la concepción de que somos seres sagrados, la sexualidad recobra la dimensión espiritual. Se parte de que el cuerpo es un templo sagrado en donde habita el placer, la vivencia de éste en su plenitud, es medicina para el cuerpo, también es herramienta para la ampliación de la conciencia. La vivencia de una sexualidad consciente (sexualidad amplia y diversa femenina, no centrada en el falocentrismo, ni en el coitocentrismo) tiene una relación directa con el empoderamiento de las mujeres porque es una manera de retomar al cuerpo, los deseos y reconocer que el placer forma parte de la vida. En los discursos de la espiritualidad femenina, se nombra la vital importancia del autoconocimiento, la autoexploración y la masturbación, así lo dijo la Abuela Esperanza en la segunda Carpa Lunar:

Estos talleres que para mí es el preámbulo de todo esto, porque nos lleva a lo divino, empezar liberando la energía sexual, libera tu erotismo, acéptate, con toda esa parte divina de eso que somos, llénate de ti, para que puedas valorarte y saber que eres un ser divino y que no te vayas a acostar con cualquiera por una necesidad física y a ofrecer tu cuerpo que es un grial sagrado porque tienes ganas de coger, ven acaríciate tú sola, esa receta funciona aun a los 75 años (-risas-) hazte el amor a ti misma, no se acaba nunca, para que se sientan contentas, no se acaba nunca...⁴⁶⁹

La mayoría de las mujeres con quienes dialogué, habían crecido dentro de una educación católica y conservadora, en donde ni padres, ni maestros les hablaron de manera abierta y natural de la sexualidad. Sin embargo, en sus procesos de autoconocimiento, encontraron otras concepciones para el placer y otras prácticas para compartir y vivir su sexualidad. Chandra comparte lo que para ella es la sexualidad, ahora desde este nuevo entendimiento:

[...] cada acto sexual no es sucio, no es malo y es una elevación, entonces mis actos son más conscientes, el hecho de tener relaciones sexuales, lo hago con más conciencia, ahorita estoy sin pareja, pero sé que cuando tenga una pareja, va a ser un acto de puro amor y de pura elevación espiritual. Yo creo porque eres tan sagrada como tu vientre y también el hombre es sagrado, que se unen las aguas sagradas de nuestro sexo. Antes yo no sabía nada de esto, y no puedes dejar entrar a cualquier energía que no esté en la misma sintonía, pero ahora lo vivo con más conciencia y me cuido, es como una conciencia con mucha responsabilidad.⁴⁷⁰

Las nuevas concepciones en torno a la sexualidad sagrada, aportan otras maneras de vivir la sexualidad, las concepciones, las prácticas, los ideales, las responsabilidades se transforman para situar el acto sexual como experiencia sagrada y trascendente. Mujeres como Ana Tere, Nubia y la Abuela Margarita, al hacer referencia a la genitalidad femenina, masculina y al acto sexual, utilizan frases como “sagrado pene”, “divina eyaculación”, “semen sagrado”, “hermoso óvulo”, “sagrada vagina”, “explosión cósmica”, refiriéndose al orgasmo y al éxtasis. El acto sexual se redimensiona para posicionarse como experiencia espiritual, de unión y conexión.

Así, la práctica sexual trasciende la materialidad para manifestarse en la totalidad del cuerpo y de la vida; el orgasmo es concebido como una oportunidad para sanar cuestiones emocionales y unirse con la pareja en lo trascendental. Ana Tere expresa en una conferencia en el Centro Universitario de la Universidad de Guadalajara:

⁴⁶⁹ Abuela Esperanza Morán, Carpa Lunar. Casa Lunai, Junio, 2014.

⁴⁷⁰ Entrevista con Chandra Santiago. Septiembre 2014.

Hemos desacralizado la sexualidad, es ahí donde está el máximo placer, el Gran Espíritu nos dio la oportunidad del orgasmo como una probadita de lo que se siente estar integrado al universo cuando vuelves otra vez a la totalidad.⁴⁷¹

En este contexto se contempla y se busca vivir la sexualidad como práctica espiritual y de sanación. Algunas de estas mujeres dedicadas al acompañamiento holístico femenino, estudiaron prácticas tántricas⁴⁷² que comparten como referente para un ideal de relación sexual, así lo recomendó Ana Tere: “Tantra, lo recomiendo porque a través de la respiración... Imagínense las mujeres vibrando de los pies a la cabeza, orgasmo real porque se está dando la oportunidad de sentirlo y es maravilloso”.⁴⁷³ Las experiencias de la sexualidad tántrica, tiene repercusiones en la elevación de la conciencia, y por ende, en el empoderamiento y la salud. Así lo describió la Abuela Esperanza en una Carpa Lunar:

En el acto sexual de la unión de la diosa y el dios, de la unión de un ser divino femenino, con un ser divino masculino, manejando la energía a tal frecuencia que subes la energía... Aprendemos a manejar la energía para que el hombre no derrame su semen sagrado y con esa energía se empieza a transmutar, empieza a subir por la columna y se empieza a abrir la conciencia cósmica, ese es el trabajo y para allá vamos; estamos en tiempo de un gran despertar, estamos en el tiempo de venerar a Dios, de reconocer a la Diosa, de ya no seguir esperando que te vengan a decir quién eres tú, sino me reconozco en mi ser divino y máximo, nadie me puede dar lo que yo no me he dado...⁴⁷⁴

En las prácticas discursivas de la sexualidad consciente, se busca ritualizar el acto sexual, para sacralizar la experiencia. También en los discursos de los círculos de mujeres, se hizo referencia a tiempos antiguos cuando las parejas se preparaban consciente y espiritualmente para concebir a un nuevo ser. Así Nubia Rodríguez, como partera y convocante a los círculos de mujeres, habla de la importancia de tener conciencia cuando se está concibiendo a las y los hijos, porque es ahí en donde empieza el tejido de la vida; y para tener una sociedad consciente es necesario traer hijos e hijas concebidos en la conciencia:

Desde la antigüedad se acostumbraba a preparar a la mujer y al hombre para este momento sagrado de la concepción, estar acomodados, alineados, dispuestos con la intención puesta ahí, tejido invisible pero que lo vivimos todos los seres humanos. ¿Cómo estamos creando la primera red? ¿Con qué conciencia estamos sembrando a nuestros hijos? Porque ahí empieza el tejido, ahí es la sustancia de la vida, realmente cuando un hombre siembra en la mujer su semen sagrado, ese oro maravilloso que han

⁴⁷¹ Ana Tere, Conferencia CUCSH, marzo, 2014.

⁴⁷² También pudieran ser prácticas neotántricas, como una variante *new age* adaptada para occidente. La práctica y la disciplina tántrica, es la unión sexual con respiraciones y movimientos específicos con el fin de despertar y hacer fluir la energía sexual o kundalini, para la elevación de la conciencia.

⁴⁷³ Ana Tere, Conferencia CUCSH, marzo, 2014.

⁴⁷⁴ Abuela Esperanza en una Carpa Lunar, casa Lunai, junio, 2014.

puesto en él tan sabiamente la madre naturaleza o el universo, ahí empieza el primer tejido, entonces qué lindo poder honrar en este espacio esa conciencia del hombre que es el hombre de oro que trae ese portal, el que abre la puerta en ese recinto reflejo del universo que es el mundo profundo de la mujer, el sacro, en donde están las profundidades, el agua, el calor todo para tejer una vida, es así que entonces nosotras como tierra, como humedad, como espacio sagrado, como un lugar, donde está ahí latiendo el óvulo. Pero qué pasa cuando una mujer no está esperando ser iniciada en ese tejido, pues ese tejido empieza en un estado diferente; cuándo yo recibo ese primer tejido energético del hombre, en dónde yo recibo esa alma... Dada la importancia de esto, cuando la mujer está consciente y el hombre está consciente, la comunidad está consciente; si el ser se teje de inicio en la inconciencia, la comunidad esta inconsciente.⁴⁷⁵

En este sentido, dentro del contexto de la espiritualidad femenina y alternativa, se convocan a talleres específicos para “tejer” conscientemente la vida, desde la concepción, el embarazo y el parto, como los talleres que imparte la obstetra partera Miri Metztlixóchtli en varias ciudades de México:



Recorte de pantalla 34. Invitación de Miri Metztlixóchtli a su taller en Monterrey. Diciembre, 2013.

En el entendimiento del útero como vasija receptora en el acto coital heterosexual, el útero “recibe” la energía masculina. Algunas mujeres como Andrea Ibarra, Sabina Kupá, Nadia Ávila y Claudia Gómez, viven sus relaciones sexuales en la conciencia somática de que su útero es receptor de la energía masculina, que se llena de ésta y queda impregnado. Por ello también se hace el llamado para que las mujeres sean conscientes de con quién se comparte la energía

⁴⁷⁵ Nubia Rodríguez, Charla en el evento “Por mil mujeres despiertas”, Centro Universitarios de Ciencias Sociales y Humanidades de la U de G (CUCSH) Marzo, 2014.

sexual. Nadia comenta que poco a poco ha empezado a sentir y a comprender somática y energéticamente lo que significa que el útero que recibe la energía masculina:

[...] y cuando estoy consciente de esto entonces pues la sexualidad cambia por completo, cuando tenemos la conciencia de que nuestro útero es una vasija receptora y dadora, entonces entramos en la conciencia de que no todo lo que viene podemos abrirle estas puertas sagradas de mi centro de poder; es algo que tenemos que cuidar aún más. Cuando aceptamos recibir a un compañero no estamos recibéndolo a él, estamos recibiendo toda su energía, su semilla, sus sueños, su código genético, a su padre, abuelos, a su linaje y esa energía queda aquí en nuestro útero, tiene una memoria en nuestro útero.⁴⁷⁶

El útero como vasija sagrada que recibe y contiene las energías ancestrales y de las parejas sexuales, es el centro de transmutación. Desde esta concepción del útero como receptor, una de las prácticas rituales que se hacen en un círculo de mujeres es la “limpieza y purificación de la energía sexual”. La práctica ritual se enfoca en que cada mujer recuerde sus experiencias sexuales y por medio de un trabajo simbólico con el fuego se “transmuta” la energía contenida en el útero. En el círculo de Tribu de Mujeres, se realizó un ritual y temazcal con esta intención en Agosto del 2014. Norma Angélica así lo explica:

Cuando tenemos relaciones sexuales existe un intercambio de energía que queda dentro de nuestro cuerpo por mucho tiempo después, la intención con este trabajo aparte de limpiar nuestra energía, es también recuperar nuestra energía que dejamos en esas relaciones no sólo sexual, sino en todos los aspectos y devolver la que ya no nos corresponde, es por eso que es muy importante que llevemos por escrito todas las personas con las que hayamos compartido energía sexual para dejar cerrados esos capítulos en nuestras vidas y quedar liberadas frente al fuego purificador. En resumen, es agradecer por los hombres de nuestras vidas y soltarlos con paz, amor y agradecimiento.⁴⁷⁷

También la limpieza de la energía sexual se puede hacer de manera individual, las respiraciones y meditaciones, los huevos intravaginales y los baños de vapor ritualizados, son las medicinas para limpiar física, energética y simbólicamente la vagina y el útero.

Así, la sexualidad como la expresión del impulso vital, es vivida como medio para la reconexión con una misma, con la pareja y con el cosmos. Las mujeres están compartiendo concepciones que vinculan el acto sexual con la salud holística, la espiritualidad y la trascendencia.

⁴⁷⁶ Exposición del tema central, Nadia, segunda Carpa Lunar, Casa Lunai, junio 2014

⁴⁷⁷ Correo electrónico de invitación al evento. Agosto, 2014.

5.2.2. Fertilidad Consciente

Viviendo con un cuerpo intoxicado, es difícil que una mujer pueda sentirse empoderada para generar los cambios que ella y este planeta necesitan para terminar con el patriarcado.

Alexandra Pope

En las prácticas discursivas de la espiritualidad y salud holística femenina, también existe la tendencia a conocer y usar métodos naturales de no concepción. Las mujeres tienen un posicionamiento crítico ante la industria farmacéutica y el sistema biomédico en la hiperprescripción de hormonas femeninas como anticonceptivos, tratamientos y hasta como paliativos de síntomas femeninos. La ginecología medicaliza la corporalidad femenina con el efecto “normalizante” del sistema endócrino femenino. En la red global del movimiento se comparten artículos e investigaciones sobre el uso irracional y perjudicial de las hormonas en el cuerpo/psique femenina⁴⁷⁸ y las repercusiones a nivel humanidad⁴⁷⁹ y a nivel ecológico.⁴⁸⁰ Como lo expresa este post de Facebook:

⁴⁷⁸ La OMS ha reconocido que la píldora anticonceptiva (de primera, segunda y tercera generación) tiene efectos adversos y secundarios en la salud de las mujeres. Esos efectos son: Cambios en el estado anímico, aumento de peso, depresión y menor impulso sexual. Debilitamiento del sistema inmune. Náuseas, mal humor, sensibilidad y dolor de pechos. Disfunciones sexuales a largo plazo (perdura después de tomarla porque bajan los niveles de testosterona), menor deseo, excitación y lubricación. Mayor incidencia de infecciones fúngicas, niveles bajos de vitamina B y otros cambios metabólicos, ligero aumento en el riesgo de adenocarcinoma del cuello uterino y elevados niveles de triglicéridos. En menor medida se asocia a osteoporosis y trombosis. La OMS calificó como cancerígenas las píldoras que combinan estrógeno y progestina. Cáncer de cuello de útero, mamas e hígado. (Northrup, 2010).

⁴⁷⁹ “Dile adiós a las pastillas anticonceptivas” en línea <http://tantrasurbanos.com/dile-adios-las-pastillas-anticonceptivas-parte/>, Agosto, 2014. “Rompiendo con la medicina controladora: Hierbas anticonceptivas” (2012) Por ABC de la Destrucción, en línea <https://abcdeladestruccion.wordpress.com/2012/05/06/la-anticoncepcion-1ra-parte/>, Mayo, 2014. “Los efectos secundarios de la píldora anticonceptiva son muchos” Entrevista a Alexandra Pope. Enero, 2012 Ginecología Natural. <http://demujeresdepartosyotrashierbaslp.blogspot.mx/2012/06/la-pildora-anticonceptiva-entrevista.html>. Noviembre, 2013.

⁴⁸⁰ Se ha descubierto que el rastro de residuos de hormonas sintéticas que deja la píldora, el parche y los anillos vaginales es imposible de filtrar. De la orina y las basuras va a las aguas residuales y de ahí a la cadena trófica. Se han observado deformaciones en los órganos sexuales de peces expuestos a los estrógenos y anulación de su capacidad reproductiva. “Hay evidencias para afirmar que la exposición a estrógenos en el medio ambiente puede tener efectos adversos en los humanos. Por ejemplo, descenso del número y calidad del esperma, el aumento en la incidencia de cáncer en órganos reproductivos como el pecho, próstata, la pubertad prematura, y el aumento en la incidencia de endometriosis” (Alexandra Pope, 2012).



La Carpa Roja

Muchas mujeres piensan que la píldora anticonceptiva es sinónimo de liberación. Otras pensamos que fue la liberación para muchas, pero los efectos secundarios que experimentamos nos hacen cuestionarla. Por eso nos gusta tanto la posición de Alexandra Pope.

Hoy en día la píldora se considera sinónimo de la anticoncepción. Desafortunadamente existe una gran ignorancia sobre otras formas anticonceptivas, así que cuando se cuestiona la píldora parece que estamos cuestionando la contracepción misma, y de ahí la reacción. Es muy triste que no se anime a las mujeres a conocer el funcionamiento de su propio ciclo menstrual, negándoles así la oportunidad de experimentar el método anticonceptivo más poderoso, el conocimiento de su propia fertilidad. Con dicho conocimiento las mujeres tienen verdadero control sobre sus cuerpos, y la capacidad de elegir desde su posición de poder. Se asume hoy en día que las mujeres son incapaces de manejar su fertilidad por sí mismas y que tienen que ser controladas por la medicina.



De Mujeres, De Partos y Otras Hierbas en LP: La píldora anticonceptiva - Entrevista a Alexandra Pope

Espacio donde la mujer puede acudir en busca de información acerca de la maternidad y las distintas maneras en que sus hijos...

DEMUJERESDEPARTOSYOTRASHIERBASLP.BLOGSPOT.COM

Recorte de pantalla 35. Post de la Comunidad Carpa Roja (ahora vulva Sapiens). Febrero, 2014.

Las mujeres de la espiritualidad femenina y del cuidado de la salud holística femenina, convocaron a talleres para enseñar la anticoncepción natural. Los conocimientos que se comparten en estos talleres, están enfocados al autoconocimiento del cíclico fértil, y al uso de métodos⁴⁸¹ y plantas para evitar (o lograr) la concepción. Aquí la imagen de una invitación a un taller llevado a cabo en Chile:

⁴⁸¹ En los talleres se comparten diversos métodos, entre estos: El método de Lunacepción: método creado en 1971 por Louise Lacey, basándose en los estudios de la relación entre la luz reflejada por la Luna y los ciclos menstruales femeninos, realizados por año 1971 por el físico Edmond M. Dewan del año 1965. El Método de la Ovulación usa la observación del flujo y reflujo del moco cervical de una mujer para determinar los días fértiles e infértiles en su ciclo menstrual. El Método Sintotérmico observa además del moco cervical, la variación en la temperatura basal corporal para determinar los días fértiles o infértiles en una mujer. El Método Justisse de Manejo de la Fertilidad, cartografiando el ciclo menstrual. Es un sistema estandarizado para optimizar el aprendizaje y uso del Método de Fertilidad Consciente, se toma registro del moco cervical y la temperatura basal, además “está diseñado para que las mujeres desarrollen Literacidad del Cuerpo, es decir que tengan las habilidades necesarias para saber leer e interpretar las señales del cuerpo” y saber cómo está funcionando el sistema hormonal.

Taller de Fertilidad Consciente

Tomando las riendas de nuestra fertilidad



Antara Yoga
Yécora 132,
Melipilla

sábado 12 de abril
10:00 a 17:00



- ♥ Aprende el método anticonceptivo sinto-térmico, una alternativa natural y confiable, sin necesidad de hormonas y basado en un conocimiento profundo de nuestros ciclos
- ♥ Aprende a reconocer tus días fértiles
- ♥ Conoce herramientas para optimizar tus oportunidades de embarazo
- ♥ Disfruta de tu sexualidad con consciencia



Impartido por:
Elena Sofía Zambrano, facilitadora de talleres de
sabiduría menstrual y de fertilidad consciente,
de círculos de mujeres y Carpas Rojas, Moon Mother.
www.jardinentaluna.com

inscripciones:
elena.sofia@jardinentaluna.com

valor: 20.000
Incluye termómetro digital de
temperatura basal y material impreso

Recorte de pantalla 36. Invitación Taller de Fertilidad Consciente. Melipilla, Chile, Abril 2014.

En Guadalajara Nadia Ávila y la colectiva IxChel convocan a talleres de Fertilidad Consciente, aquí la imagen de la invitación lanzada en redes sociales en verano del 2017:

GESTIONA TU FERTILIDAD
NATURALMENTE

Taller de Anticoncepción
Herbal y otros saberes

2017.18.02 SABADO
CASA LIBERTALIA
INSCRIPCIONES EN
IXCHEL.ALTERNATIVAS@GMAIL.COM

Recorte de pantalla 37 Invitación al Taller de anticoncepción herbal. Guadalajara, Febrero, 2017.

Así mismo, Nadia ofrece consultas personalizadas a las parejas que deseen adentrarse y comprometerse a la labor de la fertilidad consciente; que incluye el autoconocimiento, los métodos naturales de no concepción y las prácticas herbolarias.

Además, los manuales de Ginecología que circulan en la red virtual, abordan los métodos naturales para la fertilidad y para la anticoncepción natural; también aportan información y tratamiento para cómo “inducir el período” después de una relación de riesgo.

En México, Ediciones Yeztli de Jimena Chalchi publicó una Guía de Fertilidad Consciente, como una herramienta, para “ejercer nuestro derecho de autoconocimiento, fortalecer nuestra conciencia y asumir el compromiso que tenemos como pareja sobre nuestra fertilidad. Como mujeres somos responsables de las puertas de la vida, que se encuentran ubicadas en la entrada del útero”. Chalchi sistematiza conocimientos para la no concepción, la ginecología, la autoobservación y lectura de signos, la rueda cíclica femenina y de la naturaleza, herbolaria y presenta las guías de registro:



Yeztli: Gyn-ecología activa compartió un enlace.
Hace 7 horas

Este es uno de nuestros tesoros 😊😊 Una guía de fertilidad consciente ❤️
❤️ Hay oro puro en sus páginas 😊 La nueva edición está ya disponible en nuestra tienda online 😊😊 ¡Ven por la tuya!

Guía de Fertilidad Consciente « Ginecología natural
yeztli.com

Guía práctica de bolsillo que explica el Método de Observación de la Fertilidad (MOF) con un enfoque para la planeación familiar natural. Anímate a conocer más tu ciclo y cuidar tu misma de tu fertilidad.

Recorte de pantalla 38. Post del Facebook de Yeztli, Agosto, 2014.



Ixchel
eco alternativas

Ixchel alternativas Orgánicas y Ecológicas a través de Ovatel México
¿Cómo te cuidas de un embarazo no deseado? 😊 Nosotras estamos encantadas con Ovatel, un microscopio que te ayuda a monitorear tu fertilidad analizando tu saliva. Es muy fácil de usar, y completamente seguro. ¡Checa este video! Si te interesa, envíanos un inbox! ¡Ovatel ya está en Gdl!

MI FERTILIDAD ACOMPAÑADA DE OVATEL – OvaTel México

MI FERTILIDAD ACOMPAÑADA DE OVATEL
Aprende cómo funciona tu r fertilidad y cómo detectarla con Ovatel, el microscopio para detectar la ovulación a través de la saliva. ¡Lo más novedoso en tests...

Recorte de pantalla 39. Post de Facebook de la Colectiva Ixchel. Lanzamiento y campaña de información Ovatel. Noviembre, 2013.

Entre el año 2013 y el 2014, en la comunidad virtual de México y Guadalajara, circuló el lanzamiento de un microscopio detector de ovulación, como método de observación de la

fertilidad; Ovatel es el microscopio⁴⁸² portátil y personal, para detectar los días fértiles con la cristalización de la saliva. El método es 100% natural dando el 98% de eficacia en determinar los días fértiles.⁴⁸³ La farmacéutica mexicana Mavi, tuvo la distribución exclusiva del microscopio estadounidense Ovatel en México.⁴⁸⁴ Mavi contrató a Jimena Chalchi (creadora de la marca LunaCup y del proyecto educativo Yeztli) en alianza con la colectiva IxChel, para llevar la campaña de información, atención al cliente y redes sociales por un año; aquí una post de Facebook de la campaña:

Al año de terminar el contrato, la farmacéutica no tuvo los resultados esperados en ventas y se recogió el proyecto; a la fecha, no ha reaparecido en redes sociales. En la página de la farmacéutica Mavi, el detector de ovulación Ovatel está en el catálogo de productos “otros”. Aquí la foto del microscopio:



Fotografía 42. Microscopio Ovatel.

Cabe preguntarse cuáles son las razones e intereses para que un dispositivo económico⁴⁸⁵ con alto porcentaje de fiabilidad en detectar la ovulación,⁴⁸⁶ no sea difundido y esté invisibilizado por los métodos anticonceptivos convencionales, hormonas sintéticas que alteran la ginecología. Aún queda mucho trabajo de difusión y popularización de las alternativas naturales y conscientes,

⁴⁸² La lente del microscopio tiene una magnificación de 54x lo cual permite ver los patrones con claridad. Se acompaña de instructivo que distingue los diseños de la saliva cristalizada para ser interpretada como fértil o no fértil.

⁴⁸³ El fundamento de OvaTel es el fenómeno humano natural llamado fenómeno hormona-saliva. Durante el período de ovulación, hay un incremento de estrógenos que hace que la saliva (y el moco cervical) se cargue de sales, que cristalizadas se pueden observar en el lente.

⁴⁸⁴ El microscopio está aprobado por la FDA y COFEPRIS.

⁴⁸⁵ En el año 2017, encontré muy pocas páginas que ofrecían el Ovatel, entre ellas “Farmacias San Juditas” en el Estado de México, cuyo costo estaba rebajado de \$520 a \$350 y en la tienda en línea de “Yeztli” con un costo de \$585.

⁴⁸⁶ 98% de fiabilidad.

que permita la descolonización profunda, la desmedicalización y la autonomía corporal femenina.

La práctica de la Fertilidad consciente natural está basada en el autoconocimiento, y también, revela una perspectiva en relación con las tecnologías del yo. La atención somática/reflexiva orienta al cuerpo/ser, para trascenderse a sí mismo. Los conocimientos y las prácticas de la autogestión femenina permiten que los empoderamientos y las cosmovisiones se encarnen, como lo expresó la Colectiva IxChel en su página de Facebook en Julio del 2014:

5.2.3. La sanación del aborto

En los círculos de mujeres, las atmósferas sororales inspiran para poder hablar de las experiencias de aborto. Las mujeres compartieron sus emociones en torno a los abortos voluntarios e involuntarios que habían padecido. Como lo expresó una mujer en la Carpa Lunar en San Pancho Nayarit, en torno al aborto:

Es un tema tabú pero nos toca a todas muy de cerca, y pues ahora me toca sanar esa parte de mi vida y que nos ayudemos para que ese tema no sea tabú, que también es parte de nuestro útero, de las decisiones que tomamos, que no tomemos la moral o el miedo de que si me van a juzgar o que si soy espiritual, que no tenía que haberlo hecho y me castigo, que podamos abrir a temas fuertes como un abuso, para así poder expresarlo y poder sanarlo... que trabajemos mucho la luz pero que también tengamos la capacidad para transformar.⁴⁸⁷

En la espiritualidad femenina, se hacen rituales y trabajos de respiración y meditación para sanar la experiencia del aborto. Las mujeres expresaron su necesidad de hacer trabajos rituales con esta intención, para poder sanar sus experiencias, agradecer y despedir a los nonatos.

Marianna de la comunidad española Arboleda de Gaia, ha impartido una ceremonia de “Sanación del Aborto” en varios países, Marianna ofrece esta herramienta para “sanar el trauma de aborto trabajando desde el arte y el ritual y con la resignificación simbólica de esta experiencia tan frecuente de la vida femenina, como poco compartida y relatada.” Así describe Marianna el ritual:

En la ceremonia ordenamos las heridas, gestionamos la culpa, asumimos nuestras responsabilidades y saldamos cuentas con las almas que habitaron en nuestro vientre. Así, al calor de un círculo de iguales donde todas estamos unidas por la misma herida, sanamos nuestra dolorida esencia femenina y despejamos el camino para que el amor,

⁴⁸⁷ Carpa Lunar, San Pancho Nayarit, Julio, 2013.

que todo puede contenerlo, haga florecer la esperanza en nuestras vidas y la sanación en nuestros corazones y vientres.

Por su parte, Sajeeva Hurtado⁴⁸⁸, creó una meditación sincrónica mundial de 9 días para sanar el aborto desde una perspectiva material y simbólica; el “aborto energético” es la vida que se ha perdido, puede ser un hijo físico, un proyecto, una relación, sueños, metas, “son los mecanismos de auto sabotaje y auto destrucción que todos los seres tenemos instaurados ya sean en el plano, material, físico, emocional o espiritual”. Estos abortos impiden el movimiento de la energía sexual creativa y por lo tanto se paraliza el concretar la creación y conectar con el gozo y la plenitud de estar vivos. El o los abortos desde esta perspectiva, trasciende la pérdida de la vida humana, para conceptualizarse como rechazo de la capacidad de contener la vida y de materializarla, debido a las desconexiones con la propia feminidad. El aborto como personalidad, es la mujer que aborta constantemente los sueños, proyectos, parejas, incluso la vida que se gesta en el útero. El trabajo de respiración ovárica sana aquello que se ha abortado. Sajeeva crea esta meditación con el fin de “generar fertilidad energética y física en la vida de miles de personas

⁴⁸⁸ Creadora del sistema respiración ovárica, Alquimia femenina con el fin de generar fertilidad energética y física

alrededor del mundo”. A continuación la imagen que Sajeeva circuló por correo electrónico, para las instrucciones de la meditación mundial en el año del 2015:



Recorte de pantalla 40. Invitación a la meditación mundial de sanación del aborto por Sajeeva. Correo personal.

El tema del aborto se empieza a abrir en los círculos de mujeres de la ciudad. A nivel global están emergiendo las ritualidades para sanar la experiencia de aborto en las mujeres. El aborto es resignificado para convertir la experiencia, y su sanación en una oportunidad para trascenderse a sí misma.

5.3. Prácticas terapéutico/espirituales uterinas

En estos tiempos vuelve a renacer con más fuerza que nunca, y es la mujer la que a través del cambio de conciencia en sí misma, volverá a ser un canal entre el cielo y la tierra, siendo su útero el transmutador de todo patrón negativo, dando a luz a la nueva humanidad.
Mujer Solar

Para Paul Heelas (2006), las palabras claves de la Nueva Era son “experiencia” y “práctica”, experimentar el “corazón de la vida” y prácticas para facilitar la búsqueda interior. Para Heelas la espiritualidad *new age* es una espiritualidad de mente-cuerpo-espíritu, una espiritualidad holística; la experiencia y la práctica espiritual de la Nueva Era se enfocan en el bienestar holístico. Desde la ontología holística, lo espiritual y lo físico son un continuo de energía-materia. Para Heelas y Linda Woodhead (2005: 26), las ideas centrales del holismo se pueden reconocer en lo que han llamado “lenguaje holístico”, que incluye palabras como: armonía, equilibrio, energía, fluir, integral, estar conectado, crecer, ir más allá, sanarse uno mismo, yo interior, verdadero yo. Las diversas prácticas terapéuticas o sanadoras asociadas a la *new age* se relacionan con la medicina alternativa y complementaria; sin embargo, en los círculos de mujeres, las prácticas terapéuticas/espirituales son aquellas que tiene que ver con la ritualización de lo femenino aspirando una sanación holística. Lo que las mujeres buscan es más que una “cura”; añoran una transformación espiritual que trae como consecuencia una salud física y emocional. Las prácticas rituales de los círculos de mujeres ofrecen una diversidad de experiencias con objetivos terapéutico/espirituales que pueden ser llevadas a cabo en lo individual o colectivo.

El útero como centro femenino se contempla como el lugar en donde se “guardan” situaciones, sentimientos y energías ancestrales y de las parejas sexuales; la energía bloqueada e inconsciente se traduce en síntomas y malestares; de ahí la importancia de encarnar la conciencia de limpieza y purificación de éste. Las prácticas terapéuticas y espirituales relacionadas con el útero que las mujeres crean y recrean de manera colectiva son diversas: visualizaciones, oraciones y bendiciones, meditaciones dirigidas, respiraciones conscientes que enraízan y centran a la mujer con su útero lo dotan de sensibilidades y de nuevos significados.

Las visualizaciones y meditaciones fueron el momento para reconocerse, para escucharse, oportunidad para transformar el cuerpo y ampliar sensibilidades. Las visualizaciones permiten, ver la sanación en cada órgano femenino, se trata de crear el equilibrio ginecológico con la luz y el amor que cada una puede imaginarse y darse:

Si vas a visualizar tu útero y tus ovarios llenos de luz, así los vas a crear, honra lo que ves, esas meditaciones son muy buenas, porque es lo que nos lleva a ir observarnos qué hay adentro y confiar en la intuición que lo que estás viendo es lo que hay, y agradecer y honrar la visión que tienes de ti misma.⁴⁸⁹

Como veremos, los discursos e indicaciones somato/reflexivas que acompañan a las visualizaciones y meditaciones son agradecimientos, honras y sacralizaciones del útero en símbolo, significado y sensibilidad. A continuación describiré tres prácticas terapéutico/espirituales que las mujeres en círculo elaboran y que se han difundido en el contexto de la espiritualidad femenina: la “bendición de útero”, la “respiración ovárica” y el uso del huevo de obsidiana

5.3.1. Bendición de útero

La bendición de útero es una canalización de energía para “conectar con la Diosa en la Tierra y con la Diosa en el cielo que es la luna y poder anclarlas en el corazón y en el útero”, es una práctica terapéutico/espiritual propuesta por la terapeuta, artista y escritora británica Miranda Grey.⁴⁹⁰

La Bendición permite “limpiar el vientre”, “limpiar y liberar patrones del linaje” y permite “activar energías femeninas”. La bendición de útero es convocada y llevada a cabo por las *Moon Mothers*, es decir por las mujeres iniciadas por Miranda Grey⁴⁹¹ para realizar este trabajo; aun así, las meditaciones y las instrucciones para hacerla, están dispuestas en su página en línea para que cualquier mujer pueda llevarlas a cabo.

⁴⁸⁹ Entrevista con Rocío Shekinah, Junio, 2014.

⁴⁹⁰ Miranda Grey comenzó a escribir y enseñar sobre el ciclo menstrual en 1985. Es escritora, artista, maestra de Reiki Shanihi y facilitadora de talleres para mujeres. Sus libros *Luna roja: Emplea los dones creativos, sexuales y espirituales del ciclo menstrual* y *Momentos óptimos de la mujer* han sido traducidos a varios idiomas. Miranda Grey, ofrece talleres en diversos países de Europa y América, cursos para convertirte en facilitadora de talleres de Luna Roja, talleres de “Reiki de la Diosa” y talleres de formación para ser *moon mother*.

⁴⁹¹ Para verano del 2015, en México había 140 *Moon Mothers* certificadas y autorizadas por Miranda Grey, cuyos datos se encuentran en línea: <http://www.wombblessing.com/moonmothers.html#mexico>.

Introducción a la Bendición del Útero



¿Qué es una sintonización de Bendición del útero?

Una Sintonización de Bendición del Útero es un regalo de energía desde lo Femenino Divino para la sanación del “Grial femenino” – el útero – y para la sanación y fortalecimiento de tu conexión personal y la encarnación de lo Femenino Divino, a la Luna y a la Tierra que están dentro de ti. También ayudará a restaurar el espíritu femenino al Mundo.

Una “sintonización” es una técnica energética que conecta a la gente a una energía sanadora y la Bendición del Útero es una manera para hacer llegar esta hermosa energía

Recorte de pantalla 41. Explicación de ¿Qué es una sintonización de bendición de útero? Página electrónica.

Miranda Grey hace el llamado para que las mujeres se “sintonicen” cinco veces al año para realizar la Bendición al mismo tiempo, en la luna llena de febrero, de mayo, de agosto, de octubre y diciembre. En la página de internet de la bendición de útero (traducida en catorce idiomas), se anima a que las mujeres se registren de manera individual. En mayo del 2015, según datos de la página electrónica, se registraron cerca de 95,000 mujeres de 130 países, y en agosto del 2017, fueron más de 160,000 mujeres de más de 150 países alrededor del mundo. Miranda pide a que las mujeres que se registren porque de esa manera ella puede “canalizar” la energía a cada una, aunque el registrarse no es obligatorio y cualquier mujer puede hacer la meditación y recibir la energía:

[...] es necesario que las mujeres se registren para que yo les pueda mandar personalmente la energía de sintonización / iniciación. Para la Bendición, imprimo todos los nombres, países y horas y los uso como un foco para crear la sintonización / iniciación de bendición de útero individual. [...] Sin embargo, cualquier mujer que haga la meditación se abre a sí misma a lo Femenino Divino, a Su amor y a sus energías sustentadoras. Usar la meditación tiene un efecto muy poderoso y puede que quieras hacerla como parte de tus prácticas espirituales diarias.⁴⁹²

Previa a la bendición de útero se hace la meditación guiada del “Árbol del Útero”. Se usa el arquetipo del Árbol de la Luna como una manera de conectar con el útero; antes de empezar la meditación se sitúa al útero abajo del ombligo y se dice a las mujeres que aunque no vean las imágenes, “la energía sigue a la intención”, se invita a que sean conscientes de sus estados

⁴⁹² Página de internet, en línea Mayo 2015. <http://www.wombblessing.com/spanish-aboutblessing.html>.

emocionales y somáticos, y se anuncia que podrán tener sensaciones cálidas o de presión en el útero, en el corazón o en las manos, esto debido a la energía que empieza a “fluir y a abrir esos centros”. A continuación presento el texto obtenido de la página de Miranda Grey, que leen las mujeres que dirigen la meditación “Árbol del Útero”:

Cierra los ojos y lleva la conciencia a tu cuerpo.
Siente tu peso en la silla, el peso de tus brazos sobre tu regazo. Toma una respiración profunda y siéntete centrada dentro de ti misma.
Lleva la conciencia a tu útero.
Ve, siente o imagina que tu vientre es un árbol con dos ramas principales, con hermosas hojas y frutas rojas y brillantes como joyas colgando. Las raíces del Árbol del Útero se extienden hacia abajo profundamente en la Tierra, conectándote y enraizándote a sus energías y, mientras te enraizas, puedes sentir o ver sus energías fluyendo hacia tu útero. Te sientes centrada y equilibrada.
Ahora permite que la imagen de tu Árbol del Útero crezca hasta que las ramas del árbol se separen a la altura de tu corazón. Mientras te conectas con esta imagen, siente cómo tu centro del corazón se abre y la energía fluye hacia tus brazos, hacia tus manos y hasta tus dedos. Siente la conexión amorosa entre la Tierra, tu útero y tu corazón.
Relájate. Siente llena de fuerza, de amor y de poder.
Para finalizar la meditación, deja que la imagen o la sensación de tu Árbol del Útero se recoja de nuevo hasta tu útero, pero conserva la conciencia de las raíces bajando profundamente hasta la Tierra, dándote su fuerza y su estabilidad.
Trae de nuevo la conciencia a tu cuerpo, a tu peso en la silla y al peso de tus manos sobre su regazo.
Mueve suavemente los dedos de las manos y de los pies y abre los ojos.
Ahora comunica esa energía de la Diosa al mundo.

Posterior a la meditación de “El Árbol del Útero”, se hace otro ejercicio previo a la sintonización, “para despertar el centro del útero y recibir las energías de la sintonización”. A continuación el texto de la meditación guiada:

Lleva tu conciencia a tu útero, que está justo por debajo de tu ombligo.
Imagina que un gran caldero dorado descansa en tu zona pélvica, lleno de preciosa agua cristalina. Imagina que tomas una enorme cuchara plateada y empiezas a revolver las aguas de este caldero que está en tu interior. Haz formas en el agua con tu cuchara y remueve las energías.
Haz esto durante unos cinco minutos y entonces coloca tus manos sobre tu útero durante otros cinco minutos. Puede que experimentes sensaciones físicas en tu útero o emociones o pensamientos restrictivos mientras las energías se desatascan.
Bébetelo un vaso de agua después de este ejercicio para contribuir a apoyar cualquier proceso de desintoxicación que pueda estar produciéndose.

La Bendición o sintonización del útero es la canalización de energía de la Diosa. La energía se canaliza por medio de la meditación que se lee, y permite conectar y abrir a las mujeres a la “energía de la Diosa”, a la “energía femenina”. Hay cinco meditaciones distintas propuestas por Miranda Grey, que tienen una estructura y un movimiento secuencial y cíclico, según los meses y hemisferios, basado en los 4 arquetipos femeninos y las 4 estaciones del año: Renovación del útero, Sexualidad, Abundancia, Madres ancestrales, Círculo de Hermanas,⁴⁹³ son las temáticas y la energía que guía la canalización de energía. Aquí la representación gráfica de las meditaciones del año:

Meditaciones arquetípicas femeninas adicionales para el hemisferio norte:



Luna llena	Bienvenida	Meditación
Febrero	Doncella en primavera	Renovación del útero
Mayo	Madre en verano	Sexualidad
Agosto	Hechicera en otoño	Abundancia
Octubre	Anciana sabia en invierno	Madres ancestrales
Diciembre	Todos los arquetipos	Círculo de hermanas

Recorte de pantalla 42. Esquema de las meditaciones de la Bendición o sintonización de útero.

⁴⁹³ Las Meditaciones están disponibles en 21 idiomas en la página de Miranda Grey, <http://www.wombblessing.com/wb.html>.

Al terminar la meditación, de la Bendición o sintonización de útero, Miranda Grey sugiere hacer otra meditación que dura 15 minutos, llamada “Compartir la Bendición”. Así dice el texto:

Una vez más, sé consciente de la Luna sobre tu cabeza y deja que su energía te bañe con su luz. Siente la luz en tu cabeza y en tu corazón y cómo fluye hacia abajo por tus brazos y tus manos.

Deja que la energía fluya de tu corazón y tus manos hacia el Mundo.

Siente cómo fluye hacia otras tierras, cambiando la vibración hacia la de lo Femenino Divino.

Siéntela sanadora, amorosa, calmante y nutriente para todo el mundo.

Siente la presencia de otras mujeres alrededor del mundo que se conectan también con esta energía en este momento. Envíasela a ella y recíbela de ellas, en amor, en comunión, compartiendo.

(Pausa larga)

Ahora deja que la energía de la Luna que está encima fluya desde la cabeza, bajando al corazón, bajando hacia el útero y bajando hacia tu Tierra.

Deja que la energía se despierte y sane la sacralidad de la Tierra y de la Diosa en la Tierra.

(Pausa larga)

Lleva de nuevo la conciencia a tu cuerpo.

Siente tu peso en la silla y mueve suavemente los dedos de las manos y de los pies. Toma una inspiración profunda y abre los ojos.

Cabe destacar que previo a la práctica de la bendición de útero, se da el contexto histórico-corporal femenino, se explica cómo hemos encarnado patrones negativos y patologizantes de nuestro cuerpo/ser debido a la cultura patriarcal.

Las meditaciones guiadas permiten llevar la conciencia colectivamente hacia las visualizaciones y sensaciones somáticas para hacer cambios en las concepciones y experiencia del cuerpo/*self* de las mujeres. Las meditaciones se centran en sensibilizarse al útero, conectar con él, visualizar el vínculo útero/corazón/tierra, aportándole vida y movimiento. Las visualizaciones tienen la intención de activar la conciencia somática para que las mujeres se “conecten” y “anclen” a la Tierra para “recibir toda esta energía nutridora y sanadora de la madre Tierra”, para sentir “el flujo de energía amorosa y sanadora” y cómo la Madre Tierra “abraza” y “contiene”. También la visualización busca la conciencia somática de cómo la luz de la luna “entra por la coronilla y limpia e ilumina” el cuerpo y el ser de cada mujer.

Así, mismo se hace la invocación y evocación de las ancestras para sanar recuerdos y memorias ancestrales albergadas en el útero. Para finalizar la meditación se pide que las mujeres pongan las manos sobre la Tierra -o el piso- para “honrar, agradecer y bendecir” el trabajo que cada una hizo, se agradece que cada mujer pudo haber sido un canal de energía para que “vaya

hacia los lugares en donde todavía hay mujeres esclavizadas, mujeres sufriendo, mujeres enfermas de cánceres, de miomas y de enfermedades que nos han sido heredadas por no saber fluir con nuestra energía, por no recordar lo sagrado que es nuestra energía sexual femenina”. Se visualiza la energía sanadora fluyendo a través de cada mujer y hacia el “alma colectiva femenina del planeta” para que se multiplique hacia todos los seres, para que “la energía femenina y masculina sea equilibrada en amor y armonía”. En las meditaciones y visualizaciones se agradece y bendice al propio útero y al útero de todas las mujeres del planeta, como lo expresa una meditación de “bendición de útero” dirigida por Claudia:

Respira esa luz profundamente, llevándola hacia todo tu ser, hacia tu corazón llevándola hacia tu útero sagrado, a través de nuestras manos, bendecimos y agradecemos a cada uno de los úteros vivos de este planeta, palpitanes, y agradecemos la gran dicha de ser mujeres y de portar un útero corazón dentro de nosotras.⁴⁹⁴

Al finalizar la meditación, las mujeres toman el agua contenida en una o varias copas de cristal dispuestas en el altar del centro del círculo, para recibir el agua que fue bendecida con la energía de todas. Después, cada una expresa sus sensaciones, sentimientos y visiones que coinciden con sentimientos de paz, tranquilidad, alegría, sensaciones somáticas en el útero o el cuerpo como calor, temblores, movimiento, dolor, inflamación, punzadas, palpitaciones, calambres, visiones de luz, de colores, presencias de ángeles, vírgenes o seres de luz; también las mujeres expresaron intuiciones de remociones y sanaciones, sensaciones de conexión con la luna, con la Madre Tierra, con la Diosa.

La energía de la bendición de útero es canalizada por las *Moon Mothers*, el acto consiste en imposición de manos y soplo de energía. Lizette Mercado,⁴⁹⁵ es una *Moon Mother* certificada en la ciudad de Guadalajara, ella convoca a Bendiciones de útero. En la Luna de Mayo del 2014 la cita fue en el Centro Holístico “Puerta al Corazón”, la aportación monetaria fue de 200 pesos. En total éramos alrededor de 20 mujeres, quienes nos presentamos en un círculo de la palabra antes de empezar la meditación, después Lizette hizo el *Diksha* de iluminación,⁴⁹⁶ y posteriormente hicimos las meditaciones del “Árbol de Útero” y la de remoción de energías uterinas, después, cada una recibió la Bendición, de manera personalizada; cada mujer tuvo su turno para acudir a la silla que se encontraba a un lado del altar, en el centro del círculo. Lizette,

⁴⁹⁴ Círculo de mujeres en Centro Tlazokamatli, Mayo 2014.

⁴⁹⁵ Lizette ofrece experiencias rituales de “Iniciación en lo Sagrado Femenino”, talleres teórico/vivenciales de fin de semana; también convoca a “bendiciones” y realiza “sanaciones de útero”.

⁴⁹⁶ Es una imposición de manos personalizada de un minuto que permite limpiar y desbloquear la energía, y despertar la conciencia.

hacia la imposición de manos y los soplos de energía, “conectada a la Diosa”, visualizó y sintió la energía de la luna llena sobre sí y sobre la mujer quien recibía la Bendición. Lizette con la conciencia somática y energética, visualizó tener el útero enraizado con la Tierra para recibir la energía de la Madre Tierra; también se conectó con la luz de la luna llena, para desde ahí hacer los “soplos de luna” que es inhalar toda la energía de la luna y trasmitirla a la mujer. Lizette explica cómo hace los soplos y la correlación con lo que sucede en el cuerpo de la mujer que los recibe:

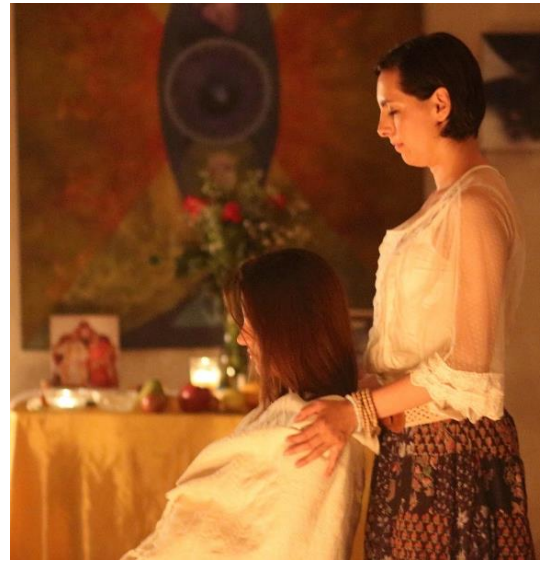
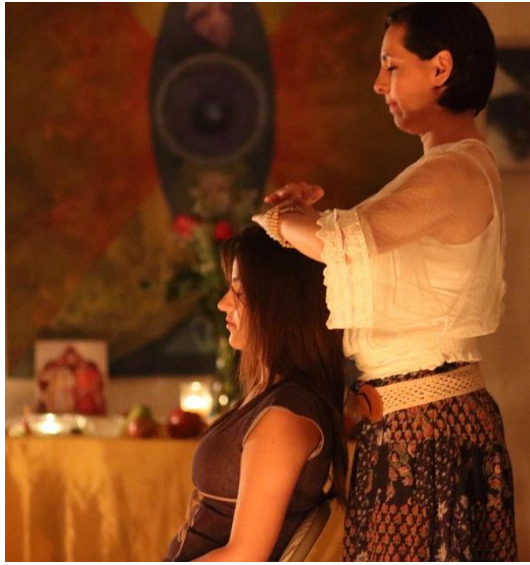
[...] la energía entra primero por la coronilla que es donde activamos toda la red neurobiológica y también activamos la frente, la glándula pineal, que es el centro de la intuición, que en el caso de la mujer, es un centro de poder muy fuerte, la intuición; después conectamos con el corazón que es como activar toda esa energía de la madre, despertando el corazón femenino y después enviamos toda la energía al vientre, activando, limpiando y bendiciendo el caldero, útero, ovarios, todo lo que es el aparato de la matriz y entonces al final, tocamos los pies enraizando a la mujer, enraizándola al vientre de la madre y finalmente les ponemos un chal que significa la presencia de la madre divina acogiéndolas, cubriéndolas, amándolas, y permanecemos detrás de la mujer haciendo una oración, es un trabajo muy intuitivo en la que de alguna forma me conecto con la mujer y le doy lo que necesita.⁴⁹⁷

A continuación presento una imagen de aquel círculo de Mujeres convocado por Lizette Mercado para la bendición de útero, en la Colonia Providencia de la ciudad de Guadalajara, y una secuencia de cuatro fotografías que muestran el acto del soplo de energía lunar realizado por Lizette Mercado a una mujer participante:



Fotografía 43. Bendición de útero, Puerta al Corazón. Mayo, 2014

⁴⁹⁷ Entrevista con Lizette Mercado. Mayo 2014.



Fotografías 44. Serie sopro de energía lunar realizado por Lizette Mercado. Bendición de útero. Puerta al Corazón. Mayo, 2014.

El ritual de la bendición de útero puede ser individual o colectivo, pero es preferible que sea en colectividad ya que se potencializa la energía cuando se está en círculo, también se recomienda la práctica individual por ser personalizada y recibir “más directa la energía”.

Según Lizette, cada *Moon Mother* sigue los lineamientos y las formas aprendidas en la certificación al llevar a cabo el ritual, pero cada una le imprime su manera de ser. Para ella, el ritual de bendición de útero es como una iniciación a lo sagrado femenino y le entrega simbólicamente a la Gran Madre a su hija, la súplica ritual de Lizette dice: “aquí está tu nueva hija, gracias por recibirla por abrazarla y de ahora en adelante tú le vas a mostrar el camino del

sagrado femenino”. Ella “entrega” a la Tierra y a la Luna una hija iniciada para que la Madre le muestre el camino de lo femenino, que es el amor incondicional. Como práctica terapéutico/espiritual, Lizette enfoca su trabajo a la sanación de útero que cada mujer necesite manifestar:

Vas a estar escuchando y vas a pedirle a tu divinidad, lo que tu creas que es tu divinidad, Dios, Jesús, Jehová, la Virgen, vas a pedirle esa sanación que hoy quieres recibir, que limpie, que desbloquee, que se lleve las cargas que impiden la sanación en tu útero y vas a visualizar el resultado, visualiza ese embarazo, visualiza esa cita con el doctor diciéndote que estás sana, visualiza esa pareja con la que compartes tu sexualidad, visualiza eso que hoy quieres, sabiendo que la divinidad está aquí para entregarte ese regalo a manos llenas.⁴⁹⁸

También, durante el trabajo de campo encontré círculos en donde, como parte de la ritualidad, se sincronizaron con la meditación mundial de bendición de útero. Las mujeres que guiaron las meditaciones y visualizaciones no estaban certificadas como *Moon Mothers* y no hicieron un trabajo personalizado de Bendición, ni de soplos de Luna. A continuación, algunas imágenes de aquellos círculos de mujeres que practicaron la bendición de útero convocados por Claudia Gómez y Emi Escalante, en la luna llena de Mayo del 2014, ambas reuniones estuvieron ubicados en el centro de la ciudad.



Fotografía 45. Círculo convocado por Claudia Gómez, meditación de bendición de útero. Centro Tlazokamati. Guadalajara, Mayo, 2014.

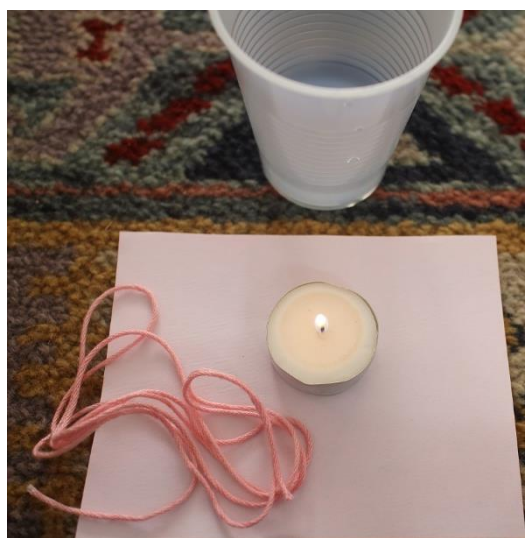
⁴⁹⁸ Lizette Mercado, bendición de útero, Puerta al Corazón, Guadalajara, Mayo, 2014.



Fotografía 46. Bebiendo el agua bendecida en la meditación de bendición de útero. Centro Tlazokamati. Guadalajara, Mayo, 2014.



Fotografía 47. Copa-útero y velas en el altar de la meditación de bendición de útero. Centro Tlazokamati. Guadalajara, Mayo, 2014.



Fotografía 48. Vaso-útero y vela en el altar personal en la meditación de bendición de útero. Círculo Ritmos Femeninos, Mayo, 2014.



Fotografía 49. Meditación de bendición de útero. Círculo Ritmos Femeninos, Mayo, 2014.

Así mismo, Lizette me cuenta cómo fue diagnosticada con una enfermedad en su útero y cómo entró en confusión con su vida porque se cuestionó la eficacia en la salud del trabajo espiritual, sin embargo se propuso a no tomar medicamento y a darse ella sola las Bendiciones del útero. Le pidió a la Gran Madre que le mostrara cómo sí sanaba y curaba este trabajo, y al cabo de un tiempo, la siguiente visita con la doctora comprobó que ella se había curado:

Ha sido una de las experiencias más fuertes, yo la viví, a mí me curó, a mí me sanó y yo vengo a dar testimonio que si estamos enfermas, o tenemos quistes, o tenemos dolores, la pastilla no nos va a curar definitivamente, es nuestra fe en nosotras mismas, es nuestra reconexión con lo femenino, con nuestros órganos, es el aceptarnos como mujeres, es el aceptar nuestro ciclo, aceptar nuestro poder, aceptar toda nuestra sabiduría, empoderarnos y en el amor de la madre no hay dolores, no hay sufrimiento, no hay enfermedades, para mí es la mayor enseñanza y aprendizaje.⁴⁹⁹

El trabajo de la bendición de útero, tiene una eficacia holística porque se trabaja a nivel energético, simbólico o psíquico y somático. Hay algunas indicaciones que se dan para ayudar a que la energía y la sanación se completen. Es preciso ayudar a la “limpieza de viejos patrones y energías” ya que la “nueva energía” es la que sana y provoca cambios en el cuerpo de las mujeres.

⁴⁹⁹ Entrevista con Lizette Mercado. Mayo 2014.

Se pide que se coma sano y se tome mucha agua antes, durante y después del ritual para ayudar a limpiar y desintoxicar. Se previene a las mujeres que puede haber malestares físicos, emocionales o transformaciones en las vidas de cada una, y se comprenden como manifestaciones de que algo bueno está por suceder: “son los dolores de parto de tu nuevo tú”, dice Miranda Grey. Se pide ser “amable y nutritiva” consigo misma. Las experiencias de constantes bendiciones, permiten estar cada vez más relajada y abierta para recibir la energía y cada vez se podrá ir profundizando en las experiencias de conciencia somático/reflexiva y en las experiencias y sensaciones de bienestar y sanaciones. Cada Bendición “fortalece nuestra conexión con lo Femenino Divino y nuestra conciencia de Su presencia en nuestras vidas”. Se busca la práctica y la experiencia espiritual en lo cotidiano, enraizadas en el útero, la Tierra y la Luna. Además, las mujeres se hacen partícipes de un movimiento de Bendición y Sanación de lo colectivo femenino mundial, al cual se suman cada vez más mujeres a la experiencia.

Desde el acercamiento de los *modos somáticos de atención*, los procesos reflexivos y somáticos, constituyen a los objetos culturales; en este sentido las visualizaciones y el discurso de sanación, conexión y bienestar que configura el sentido ritual de esta práctica, son dispuestas al colectivo, y cada mujer interpreta y da sentido a sus sensaciones somáticas e intuiciones, para hacer conciencia somática/reflexiva, resituarse y encarnar las nuevas sensibilidades y significados.

5.3.2. Respiración Ovárica

La respiración ovárica es una práctica que se ha difundido entre las mujeres de la espiritualidad femenina y la medicina holística femenina. En los círculos, talleres y carpas lunares, se hacen ejercicios de respiración ovárica como parte de la práctica terapéutica/espiritual femenina. La práctica es compartida por las mujeres que han estudiado y se han formado en un curso de certificación que ofrece la colombiana Sajeeva Hurtado, creadora del “Sistema de Sanación Femenina y respiración ovárica, Alquimia Femenina”; Sajeeva ha vivido y viajado por más de 26 países, estudiando y compartiendo su conocimiento.⁵⁰⁰ Algunas mujeres que convocan a círculos y rituales femeninos en la ciudad de Guadalajara, como Laura Salinas, Lizette Mercado, Nubia

⁵⁰⁰ Se graduó en Medicina Tradicional China en Barcelona. se mudó a China y se instaló en la ciudad de Nanjing, donde se especializó en Patologías Femeninas. “Sajeeva propone un trabajo basado en el cuerpo, en el arte, en la celebración y la danza, como camino para la comprensión de planos más complejos como son la mente, las emociones y el espíritu” <https://www.respiracionovarica.com/sajeeva>

Rodríguez y Nadia Ávila se han certificado en respiración ovárica con Sajeeva y comparten esta práctica en los círculos que ellas convocan.

Según la medicina tradicional china, los órganos respiran, toman la energía o Qi del entorno y sueltan desechos y toxinas, también puede ser la energía estancada, emociones negativas o calor. La respiración ovárica es un intercambio de energía entre los ovarios y el resto del cuerpo. Los ejercicios de respiración y visualización pueden hacerse sentadas o acostadas; su práctica ayuda a tonificar las hormonas y a incrementar la energía.

La certificación⁵⁰¹ y formación en “respiración ovárica y Alquimia Femenina” que ofrece Sajeeva Hurtado,⁵⁰² es en un diplomado de 50 horas de práctica y conocimiento, dirigido a terapeutas, médicas (os), psicólogas (os), doulas, yoguis, meditadores, enfermeras, y a “todas las personas que trabajen y estén en contacto con mujeres y quieran aportar en el proceso de desarrollo de estas, y a mujeres que lo quieran hacer simplemente por su propia sanación y desarrollo.” La formación, aporta el conocimiento de las distintas disciplinas (tántricas y taoístas) con las cuales está diseñada la técnica, da nociones básicas de la Medicina Tradicional China y su práctica, así como herramientas para hacer diagnósticos y tratamiento. La formación también busca, “impulsar a cada una a inyectar su dosis personal, descubrir su talento y misión e integrarla en su propia práctica, respetando los conceptos básicos de la técnica.”

Como sucede con la bendición de útero, cuando se comparte alguna técnica de la respiración Ovárica, se da el contexto histórico-corporal femenino, explicando cómo hemos encarnado los patrones negativos y patologizantes que nos disocian. Así, la práctica constante de la meditación busca “alquimizar y depurar las capas mentales, emocionales y físicas que nos alejan del ser”, busca la unificación de los cuerpos para ser capaces de dar y recibir la energía del Amor. Nadia Ávila, así explica la técnica de respiración ovárica a un círculo de mujeres:

Este sistema de respiraciones lo que nos invita hacer es que a través que de nuestra respiración, nuestro motor vital, nos pueda meter a estados de consciencia, en los que podemos cortar con energías que habitan en nuestro cuerpo, en centros poderosos de nuestro cuerpo y darle aliento de vida a nuevas energías, ya desde la conciencia poniéndole luz a todo aquello que estaba oscuro, lo vamos a hacer consiente, esto quiere decir que nos vamos a respirar conscientemente, vamos a canalizar toda la energía

⁵⁰¹ Para poder recibir el certificado y trabajar con la técnica en consulta y en el desarrollo de grupos es necesario tener el 100% de las horas de trabajo realizadas, más la entrega de trabajos y una tesina.

⁵⁰² Sajeeva también convoca a meditaciones masivas *on line*, basadas en la práctica de la respiración ovárica en secuencia de 9, 18, 21 o 40 días, según el tema y objetivos: “la sanación del aborto” (2014), “Alquimia femenina” (2015), “Sexo amor y conciencia” (2016), según los comunicados se conectaron y siguieron la meditación 18,000 personas; “Matrimonio interior” (2017), en donde según, se sumaban “más de 700 Círculos en 29 países y más de 2.000 personas de 53 naciones.” (Correo personal, respiración ovárica, Julio, 2017).

positiva y energía luminosa que viene del cielo, vamos a visualizar que entra así por nuestra cabeza por nuestra corona y va bajando así por un canal luminoso, precioso de nuestro cuerpo y va llegar al útero y que en esta parte de nuestro cuerpo, esta energía que estamos bajando del cielo, va a transformarse, va a dar vueltas en espiral, va a empezar a limpiarlo todo y luego va a salir otro vaso de energía a través de nuestra vagina y va a enraizarse al centro de la tierra y así enraizadas a las dos energías energía del cielo y la tierra vamos a respirar conscientemente, estamos convirtiéndonos en un canal que está recibiendo únicamente luz, únicamente energía positiva, únicamente energía en su cualidad más divina y más sagrada, que va a entrar a través de nosotras para ayudarnos a poder limpiar y luego al volver a inhalarnos y respirarnos de una manera más consciente [...] eso que ustedes acaban de ver en la meditación, vamos hacerlo, que se fortalezca que cobre vida dentro de nosotras, que lo materialicemos a través del aliento que le vamos a dar con la respiración.⁵⁰³

La respiración y las visualizaciones de la meditación activa centran al cuerpo y al útero como el centro de unión de la forma más “pura y divina” de la energía dorada del Cielo y la energía azul que radica en lo más profundo de la Madre Tierra. Se inhala la energía del Cielo y se exhala en la energía de la Tierra; la unión de la polaridad y la “Madre Tierra nos va a ayudar a transformar”. Las visualizaciones y las respiraciones de la práctica de respiración ovárica, están acompañadas de movimiento corporal, uniendo la voluntad, la fuerza corporal, para activar la energía con imaginación, movimiento, respiración y sonido. Se busca que las inhalaciones y las exhalaciones estén acompañadas de la conciencia somática para ver y sentir la energía, la luz. Las visualizaciones y la unión de ambas energías (cielo-tierra) permiten la renovación de las energías corporales, revitalizan al útero y aportan las transformaciones para “renovar todas las energías que habían anidado dentro del cuerpo y que no nos permitían avanzar y evolucionar en nuestro pasos consciente de ser mujeres.” La respiración ovárica busca hacer un trabajo simbólico, consciente y energético de transformación femenina.

La hiperventilación y el movimiento corporal/emocional provocan los estados alterados de consciencia que permite la eficacia somático/simbólica para las transformaciones. El estado alterado de la consciencia permite las brechas para encarnar otras maneras de sentir el cuerpo y de encarar y transformar patrones negativos. Experiencias que se materializan en la transformación de subjetividades y corporalidades; se busca que el reciclaje de esta energía prevenga y corrija irregularidades menstruales y hormonales/emocionales. Así, la práctica regular de la respiración y el reciclaje de la energía concentrada de los ovarios y del cuerpo, ayudan a

⁵⁰³ Nadia Ávila, carpa Lunar, Teopantli Kalpulli, Septiembre, 2014.

tener una mayor vitalidad, posibilitan el rejuvenecimiento, la estabilidad emocional y un mayor poder mental.

En la práctica de respiración ovárica compartida por Nadia Ávila, en una Carpa Lunar, al finalizar el trabajo de movimiento/sensibilización corporal y respiraciones, Nadia invitó a las mujeres a hacer un trabajo creativo, con crayolas de colores y en hojas blancas nos pidió que hiciéramos el dibujo de nuestro útero, siempre visualizándolo “resplandeciente”, “palpitante”, “lleno de luz”, la indicación fue dibujar el útero adornado y cargado de bendiciones, de decretos, de salud; cada mujer, en estado meditativo, realizó su meditación creativa, su “útero-rezo”. Posteriormente, Nadia nos pidió que inhaláramos la imagen que cada una había creado, que lo integráramos en nuestro ADN, en nuestra sangre, haciendo consciente la propia energía, el útero unificado, armonizado, lleno de amor, en una experiencia de plenitud con la existencia.

Al finalizar la práctica, Nadia cerró el ritual terapéutico agradeciendo a las energías femeninas y masculinas que habitan el lugar en donde nos encontrábamos (Teopantli Kalpulli), agradeció a los úteros y al útero que permitió la oportunidad de sanar con la plena conciencia de voluntad. Nadia explicó que el trabajo actúa de manera profunda y los cambios y transformaciones iban a sentirse poco a poco y con la práctica continua. Nadia comprende que la respiración ovárica es una práctica poderosa, porque además del estado alterado de consciencia que ella lo asimila con el estado alcanzado con plantas psicoactivas, son las energías puras y sanadoras las que se hacen fluir por el cuerpo hacia el desbloqueo mental, físico y emocional. Aquí una fotografía del momento previo a la respiración ovárica en Teopantli Kalpulli:



Fotografía 50. Carpa Lunar, antes de la respiración ovárica. Teopantli Kalpulli. Septiembre 2014.

Para finalizar con el apartado de la respiración ovárica como práctica terapéutico/espiritual, presento el siguiente mantra creado por la cantautora española Tamara Hernández tras hacer respiración ovárica. El mantra dispuesto en su página de *Youtube*, tiene “la intención de sanar y limpiar las memorias antiguas de nuestro útero, tanto nuestras, como de nuestras antepasadas, abriéndonos a las relaciones sexuales plenas, sanas y satisfactorias, con bases como el amor, el respeto y la conciencia de nuestro cuerpo como templo de las diosas que todas y cada una de nosotras somos”. Tamara Hernández creó en el 2015 el álbum llamado “Sha-la”, los cantos y mantras fueron canalizados por Tamara, “La intención es reeducar el subconsciente e inconsciente, crear nuevos tarareos y patrones en la mente reemplazando la basura mental, a través de las auto-afirmaciones positivas ayudando a mantener una correcta gestión emocional, creando nuevos automatismos a la vez que sanamos nuestros corazones...” Así como Tamara canalizó el mantra, después de un trabajo de “desprogramación energética femenina”, ella crea su propuesta de: “alta programación mental de los principios de la energía femenina para poner en acción mecanismos psicológicos, mentales, físicos, energéticos que ayudarán a mejorar sus esferas de vida: personal, relaciones, familia, trabajo y dinero” a través de los mantras, aquí la letra del que canalizó después de su proceso de respiración ovárica:

Vientre Sagrado, centro de Poder
Que guardas las memorias de todo el ayer
Limpio mi pasado, vuelvo a renacer
Floritura hermosa ábrete al placer⁵⁰⁴

Así, la respiración ovárica, como práctica terapéutica/espiritual eficaz en las transformaciones, desbloques y reconexiones, impulsó creaciones para los procesos de bienestar y sanaciones individuales y colectivas.

5.3.3. Osiris: el Huevo de Obsidiana

El huevo de obsidiana, es una práctica que se ha difundido en los círculos de mujeres de la ciudad y también en otras partes de México. El huevo de obsidiana⁵⁰⁵ es “un instrumento terapéutico natural” que ayuda a sanar enfermedades como quistes, miomas, endometriosis, vaginitis y otras

⁵⁰⁴ <https://www.youtube.com/watch?v=TWUd8Ep4bbs>

⁵⁰⁵ En los círculos de espiritualidad femenina, también circulan los huevos intravaginales de otras piedras como cuarzo rosa y jade. Aun cuando el uso de los huevos vaginales ayudan a equilibrar los niveles energéticos y emocionales, la práctica holística trae consigo un re-descubrimiento de la femineidad y poder contenidos en los órganos sexuales y el útero, permiten una reconexión con este centro energético, aumentando la autoestima y la energía femenina. Sin embargo, me centro en el huevo de obsidiana por involucrar un trabajo psíquico/emocional inconsciente, diferente y diría yo, más profundo.

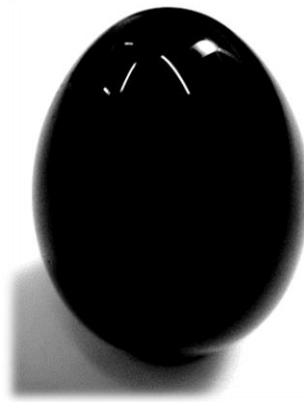
afecciones físicas; sin embargo, aunque cura enfermedades físicas, el huevo de obsidiana tiene su fundamento en la transformación espiritual y como un instrumento iniciático de sabiduría que trae como consecuencia la salud (Serrano, 2007: 282). El huevo de obsidiana trabaja como “medicina vibracional”, es decir, sana cuerpos sutiles, ya que desde esta visión, la enfermedad no se genera en el cuerpo físico, sino es un desequilibrio energético, un “bloqueo de energía que ha quedado reprimido en el inconsciente y que obstruye el correcto flujo del sistema” (Serrano, 2007: 15). Ana Silvia Serrano, terapeuta y creadora de sistema de sanación con geometrías de obsidiana, parte de que en el inconsciente femenino se encuentra albergada la historia colectiva dispuesta en arquetipos, entendidos como lo negado o rechazado por las mujeres en la cultura patriarcal.

La obsidiana es considerada una “piedra psíquica” con cualidades físicas y energéticas, “míticas y místicas” que permite entrar al aspecto del inconsciente y poder conocer y sentir los arquetipos para poder trabajarlos y liberarlos. El huevo de obsidiana “ayuda al trabajo energético para liberar la sombra femenina”⁵⁰⁶ y propone liberar la energía comprensiva, sanadora, incluyente, sabia y creadora a nivel individual y colectivo, con el objetivo de equilibrar la energía masculina exacerbada del patriarcado. La sanación con el huevo se fundamenta en la autosanación al reconocer y liberar emociones y recuperar la autonomía del ser. El tratamiento consiste en colocarse un huevo de obsidiana de aproximadamente cinco centímetros intravaginalmente, para que desde ahí empiece a desbloquear a nivel físico, psicoemocional y energético; la geometría del huevo representa la semilla, la unión de lo femenino y masculino. El tratamiento del huevo tiene varias prescripciones y cuidados de la piedra, es necesario limpiarla energéticamente, cargarla de energía de la luna, y protegerlo en una bolsita de color rojo. La colocación del huevo es un momento ritualizado ya que se le pide a la piedra, a la “abuelita obsidiana” que ayude para sanar y se le agradece que “retira la energía de enfermedad”, también se invoca a Miguel Arcángel para que ayude en ese proceso cortando los patrones generacionales y para que proteja a quien utiliza el huevo, y a todos los seres que habita en la misma casa. El tratamiento tiene tiempos específicos de aplicación y descanso, seis días de aplicación por uno de descanso, tres semanas de aplicación por una de descanso y tres meses de aplicación por uno de descanso; el tratamiento completo son más de nueve meses para lograr un trabajo profundo

⁵⁰⁶ “La obsidiana negra abre procesos de la sombra, nos muestras las cosas que necesitamos trabajar, ya sea parte de nuestro ser que necesitamos pulir o dones, regalos, virtudes que tenemos ahí que no hemos visto por eso están en la oscuridad” (Rocío Shekinah, círculo Mujeres de Obsidiana, Marzo, 2014).

con la sombra, el autoconocimiento y la “sabiduría femenina”. Se sugiere llevar un registro de los procesos reflexivos, los sueños, las sensibilidades, las manifestaciones y transformaciones.

La obsidiana es un vidrio de origen volcánico. Ana Silvia Serrano hace la comparación simbólica de que la obsidiana ayuda a que “erupcionen” los recuerdos y vivencias contenidos en la psique y en lo más profundo. El efecto físico tiene que ver con el contenido ferromagnético de la obsidiana, que actúa en el campo magnético y en la vagina “acelera los iones que componen el espacio-tiempo de la materia afectándola de manera benéfica” (Serrano, 2007: 136). Asimismo absorbe de “energías densas” como emociones reprimidas que se podrían cristalizar como enfermedades del cuerpo físico. Si el tratamiento con el huevo se hace de manera adecuada, las mujeres pueden lograr una transformación en el cuerpo/ser. Esto se entiende como una transformación que sucede desde la afectación energética (resintonización energética) que trae como resultado la salud física, incremento en la energía y la alegría, equilibrio emocional, energía de creación, claridad mental, en suma un cambio en el sistema de creencias (Serrano, 2007: 148). Según Serrano, el cambio se manifestaría primero a nivel energético, que se refleja a nivel celular a través del cambio vibracional, para después manifestarse en lo físico, en los órganos y los sistemas. A continuación una imagen del huevo de obsidiana:



Fotografía 51. Huevo de obsidiana de uso intravaginal.

En la ciudad de Guadalajara, hay un círculo de mujeres llamado “Mujeres de obsidiana”, convocado desde el 2013 por Rocío Shekinah, el objetivo de la comunidad en Facebook y de las reuniones en Casa Caracol, tienen como objetivo hacer un trabajo colectivo y de acompañamiento para aquellas mujeres que tienen interés o se han iniciado en el trabajo con el huevo de obsidiana. Rocío es terapeuta Gestalt y holística, ella sugiere un acompañamiento ya sea del círculo o de un terapeuta durante el tratamiento del huevo de obsidiana ya que “se

mueven” elementos estructurales de la personalidad, así como emociones y recuerdos que son importantes trabajarlos, darles sentido y sanarlos.

Rocío hace de las reuniones un acto ritual, prende y evoca al “Abuelo Fuego”⁵⁰⁷ y sitúa el tiempo/espacio a través del “Saludos a las Siete Direcciones”; también prende la copalera, se sahúma el espacio y a las mujeres presentes, y se ofrece tabaco al Fuego. Una vez sentadas todas las mujeres alrededor del fuego, Rocío da la bienvenida y explica:

Hay diferentes geometrías de la obsidiana, trabajamos principalmente dos, hay quienes trabajan con una tercera. En general nos sensibiliza, nos permite sentir, que es lo que verdaderamente nos lleva a sanar, el darnos permiso de sentir todo aquello que no es para nuestro máximo bien, que son síntomas físicos, emocionales o psicológicos, son las emociones que están atoradas, muchas veces ni siquiera las notamos, de pronto podemos decir estoy súper bien, pero he traído insomnio, gastritis he estado de genio, [...] eso refleja que ahí hay una emoción que no ha sido reconocida, que no ha sido expresada y la obsidiana, de las cosas que hace, nos permite sentir, sentir de verdad, y tanto sentir la emoción de la energía, de la paz, del amor, como también la tristeza, el enojo, los miedos y siempre es para que lo podamos tener aquí afuera, en nuestras mano y lo podemos pulir y convertir en una herramienta para nosotras.⁵⁰⁸

Así, el trabajo de la piedra de obsidiana, lo que permite es la revelación del inconsciente femenino albergado en el cuerpo, historias personales y colectivas se remueven para que salgan a la mente consciente y al cuerpo sensible. Por esta razón, es de vital importancia el trabajo de acompañamiento para significar y trascender los procesos enfermedad/sanación, que en muchos de los casos son procesos de profunda introspección y de sensibilidades emotivas/corporales. El acompañamiento psicoemocional y el trabajo colectivo se hace en las reuniones rituales y por medio de la comunidad de Facebook que tiene más de 650 miembros. Un ejemplo del seguimiento y acompañamiento, es este post que Rocío hizo, justo después de un ritual femenino del Equinoccio de primavera del 2014:

Hola queridas!
Mañana es luna nueva. Es ideal para limpiar sus obsidianas.
Y a las que fueron a la ceremonia de equinoccio, les recomiendo que mañana antes del amanecer prendan sus velas abre-caminos. Las que energetizamos esa noche. Prepárenlas

⁵⁰⁷ En los rituales y ceremonias en donde está presente un Fuego Sagrado, hay personas quienes lo “cuidan”, en las tradiciones de América, se les llama “Hombre de fuego” (cabe destacar que es hasta este movimiento de transformación cultural/espiritual femenina/feminista, que en algunos círculos las mujeres están “cuidando” los Fuegos ceremoniales. En las reuniones, Rocío anima a las mujeres para que aprendan a cuidar el Fuego (ya que tiene su técnica ceremonial y requiere de un esfuerzo mental y corporal para llevarlo a cabo), en la reunión que estuve presente, el Fuego fue “cuidado” por Luna, una niña que vivía en Casa Caracol y su conocimiento y seguridad eran evidentes.

⁵⁰⁸ Rocío en círculo Mujeres de Obsidiana, abril 2014

con aceites y lo demás que les ayude en su siembra. Préndanlas con cerillos de madera de preferencia.

Hermosa luna nueva para todas!

El trabajo ritual permitió tejer conocimientos y experiencias, para dar seguimiento, compartir conocimiento y aprovechar al máximo las energías colectivas y cósmicas. El acompañamiento y la guía facilitaron el trabajo consciente con las emociones que busca el reconocimiento y la autorregulación de sí misma. La experiencia de la práctica del huevo de obsidiana, permite hacer conscientes emociones negativas, para que éstas no dominen la vida y el actuar. La práctica del huevo de obsidiana, es una herramienta para el autoconocimiento y el cuidado de sí; práctica ritual que moviliza en lo individual y colectivo.

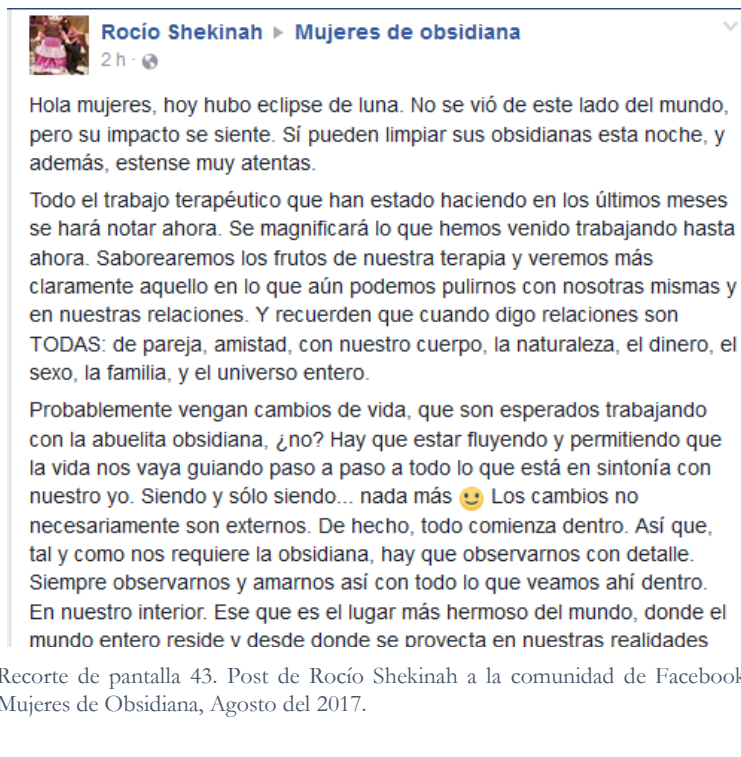
Rocío Shekinah vivió una experiencia de sanación con el uso del huevo de obsidiana, a ella le habían diagnosticado un quiste en un ovario; estuvo en tratamiento con medicamento pero no tuvo reacción alguna, después de nueve meses de trabajarlo con el huevo y con la autoobservación, el quiste desapareció. Ella nos compartió su buena noticia el día de la reunión, en Marzo del 2014:

No es suerte se llama huevo de obsidiana, estoy muy feliz y contenta y para mi es también trabajar mi parte de darle su tiempo a la medicina y darme mi tiempo a mí, para darme cuenta de algunas cosas; esto es uno de los tantísimos testimonios de sanación de la obsidiana y la chamba *Aho!* Agradeciendo a la Diosa.

Rocío se refiere a “la chamba” al trabajo profundo de introspección, de conciencia y de accionar para hacer los cambios y las transformaciones necesarias que dicta el útero, la voz intuitiva, el *self*. Así como Rocío, Areli Fraga tiene muchos años usando el huevo de obsidiana y por periodos lo usa y lo guarda; ella comenta que ha utilizado el huevo para trabajar un aborto que tuvo y también ha trabajado el desapego con su pareja. Para Edith Torres, el trabajo con el huevo de obsidiana fue el reconocer que tenía que darse un tiempo y espacio para ella misma, para escucharse y no estar bajo el tiempo de los demás. Claudia Gómez, me compartió que con el tratamiento del huevo de obsidiana, pudo limpiarse de metales a través de su sangre menstrual; ya que ella pasó un proceso de tener un aroma desagradable, a tener una sangre brillante, ella se lo atribuye al trabajo profundo que hizo con el huevo. Jessica Álvarez usa el huevo como herramienta para sanarse, ella siente la “fuerza de hacer este tipo de ceremonias”, porque reconoce la vital importancia del trabajo con el útero para estar y vivir mejor, ella así me narró algunas experiencias que tuvo cuando empezó su trabajo con el huevo de obsidiana:

El primer día, luego luego sentí cómo sacó la sombra, y muy reflexiva y consciente, salió la ira, ¿Qué te está haciendo enojar? y sí fue de pensar mucho ¿Qué estaba haciendo con mi vida? ¿Qué onda con mi trabajo? ¿Qué onda con mi relación? Terminé mi día muy satisfecha de mi trabajo y sí fue como agradecer y darme cuenta que la sombra me estaba pidiendo eso, analízalo, si falta algo ¿Qué es lo que falta? ¿Cómo puedo adquirirlo? Me gustó porque ya me podía dar una respuesta, y decía -acuérdate que estás trabajando la sombra para empoderarte de ti, estar en tu centro y levantarte, hacerte fuerte-... En otra noche que tuve sueños con novios que había tenido y según yo eso había sido de una vez, pero ahí estaba bien presente y para mí fue ¡Órale! y el día siguiente estuve meditando, y pues lo estoy trabajando, limpiando... Me gusta la visualización con el Arcángel y trabajar por objetivos y cómo te lo va manifestando. Siento esta conciencia de empoderarme, de estar firme. He sentido que es una limpieza y una consideración al útero.⁵⁰⁹

La práctica del huevo de obsidiana tiene que ver la relevancia del autoanálisis y revela una perspectiva en relación con las tecnologías del yo. Los procesos de subjetivación y del cuidado de sí que se movilizan con el tratamiento de obsidiana ponen en relieve las prácticas reflexivas y la capacidad de agencia que las mujeres activan para hacer transformaciones en su emocionar, en sus prácticas y en sus relaciones. La práctica terapéutica y ritual del huevo de obsidiana permita revitalizar conexiones y vínculos cosmogónicos, para que se manifieste y materialice la realidad deseada por cada mujer, como lo expresó Rocío Shekinah a la comunidad de Facebook Mujeres de Obsidiana, en el eclipse total de sol de Agosto del 2017:



Rocío Shekinah ▸ Mujeres de obsidiana
2 h · 🌐

Hola mujeres, hoy hubo eclipse de luna. No se vió de este lado del mundo, pero su impacto se siente. Sí pueden limpiar sus obsidianas esta noche, y además, estense muy atentas.

Todo el trabajo terapéutico que han estado haciendo en los últimos meses se hará notar ahora. Se magnificará lo que hemos venido trabajando hasta ahora. Saborearemos los frutos de nuestra terapia y veremos más claramente aquello en lo que aún podemos pulirnos con nosotras mismas y en nuestras relaciones. Y recuerden que cuando digo relaciones son TODAS: de pareja, amistad, con nuestro cuerpo, la naturaleza, el dinero, el sexo, la familia, y el universo entero.

Probablemente vengan cambios de vida, que son esperados trabajando con la abuelita obsidiana, ¿no? Hay que estar fluyendo y permitiendo que la vida nos vaya guiando paso a paso a todo lo que está en sintonía con nuestro yo. Siendo y sólo siendo... nada más 😊 Los cambios no necesariamente son externos. De hecho, todo comienza dentro. Así que, tal y como nos requiere la obsidiana, hay que observarnos con detalle. Siempre observarnos y amarnos así con todo lo que veamos ahí dentro. En nuestro interior. Ese que es el lugar más hermoso del mundo, donde el mundo entero reside y desde donde se proyecta en nuestras realidades

Recorte de pantalla 43. Post de Rocío Shekinah a la comunidad de Facebook Mujeres de Obsidiana, Agosto del 2017.

⁵⁰⁹ Entrevista con Jessica, agosto 2014.

De esta manera, vemos cómo el carácter holístico de estas prácticas terapéutico/espirituales facilitaron la confluencia de las partes disociadas por el dualismo; el cuerpo, la mente, las emociones, las sensaciones, el espíritu, el cosmos fueron entretejidos en la vida de las mujeres. Así, se entreveraron prácticas subjetivas de sentido espiritual, con la auto-observación, el interés en el conocimiento y la transformación del sí misma con la eficacia de las reconexiones conscientes con y del cuerpo con el todo, la curación de la enfermedad.

La experiencia sensible del cuerpo/útero/corazón, lograda a través de los procesos de enculturación, aprendizaje encarnado, por medio de la ritualidad que abre a la sensibilización intra y extrasomática. Las mujeres aprendieron a afectarse, en términos de Latour (2004), siendo interfaz de las conexiones con el todo. El útero/corazón como centro femenino adquieren relevancia, sensibilidades y poder que se materializa en el realismo vital de las mujeres; autotrascendiéndose a sí misma para transformarse en mayor sensibilidad, consciencia y voluntad. El realismo agencial, que considera la creación de la realidad como el entreverado de actores heterogéneos y diferentes, humanos y no humanos, puede ser observado en cómo el colectivo de espiritualidad femenina conforma y expresa las experiencias de estas co-influencias biofísicas, sensitivas, simbólicas, energéticas y cósmicas, propias de las prácticas terapéutico/espirituales; las mujeres en círculo son quienes encarnan este realismo vital, para la transformación y sanación.

CAPÍTULO 6

MENSTRUACIÓN Y EL PODER DE AMAR LA SANGRE

Hay que recuperar la transmisión por vía oral de la verdadera sabiduría, de una sabiduría hecha de experiencia, complicidad y empatía visceral; es decir, una sabiduría gaiática, que se comunica por abajo, al margen de las relaciones de Autoridad, que fluye con la sinfonía de la vida, que se derrama con el deseo, que sabe sin saber que sabe prácticamente todo acerca de la condición femenina escondida en el Hades, y reconoce lo que es bueno y lo que es malo para la vida humana.
Casilda Rodríguez

La menstruación fue uno de los primeros fenómenos cíclicos que hombres y mujeres del neolítico pudieron observar. Chris Knight (1991) en su obra *Las relaciones de sangre: la menstruación y los orígenes de la cultura* plantea que las hembras humanas utilizaron su poder de negociación colectiva para motivar a los machos a la caza y compartir sus presas, utilizando la negación de las relaciones sexuales. La solidaridad de las hembras facilitaría la sincronización menstrual, como una muestra de fuerza colectiva. Knight plantea que las mujeres tuvieron (tenemos) la capacidad de sincronizar los ciclos menstruales como estrategia evolucionaria, usando la luna para mantener a todas en fase. Para el autor esta solidaridad biológica femenina fue el inicio de la cultura, causante del fenómeno conocido como “revolución humana”. La aparición de la menstruación parece ser una estrategia biológica que ofreció numerosas ventajas.⁵¹⁰ Según Marianna García⁵¹¹ (2010) escritora y facilitadora por más de 25 años de círculos de mujeres en España, las humanas son las únicas mamíferas que menstrúan, a diferencia de las otras mamíferas⁵¹² que su celo depende de la luz solar y es necesaria para atraer al macho y que se produzca la cópula. El cambio evolutivo y hormonal por el cual las hembras dejaron estar determinadas por la luz solar, para vincularse con los ciclos de la luna, multiplicó las posibilidades de embarazo y permitió que cada mujer tuviera descendencia en un momento distinto al del

⁵¹⁰ Strassmann, Finn y Emera sugieren que la menstruación humana es un subproducto accidental de la evolución de la reproducción (Dasgupta, 2015).

⁵¹¹ Fundadora de la comunidad española Arboleda de Gaia: “Un espacio femenino en beneficio de la madre Tierra y de todos los seres sintientes”. <http://www.arboledadegaia.es/>

⁵¹² En realidad, los monos, simios, murciélagos y musarañas elefante son las únicas mamíferas, además de las humanas, que menstrúan. Erika Irusta estudia los “cuerpos menstruantes”, para matizar las determinaciones biologicistas, y dar cuenta que personas transexuales menstrúan.

resto de mujeres del grupo, también se desvinculó la sexualidad de la reproducción. En este sentido, García cita a la escritora y activista Zsuzanna Budapest, que plantea que:

Nos convertimos en humanos cuando separamos el proceso de reproducción de la receptividad sexual. Nos convertimos en humanos cuando nos sensibilizamos hacia los rayos de la luna en lugar de dejarnos dominar por la luz del sol que provoca el celo en los demás mamíferos. Nos convertimos en humanos cuando pasamos a ser los únicos animales con menstruación o, mejor dicho, cuando finalmente, gracias a la menstruación, dejamos de ser animales.

La vinculación de la menstruación con la reproducción humana fue invisible para muchos grupos y culturas humanas. Se cree que la idea de considerar a la menstruación como un peligro se inició en la época prehistórica, cuando se asoció con la atracción de animales hambrientos contra los cazadores. En Grecia (600 a.C.), fue considerada como una forma de eliminación de sustancias dañinas del cuerpo de la mujer, después este concepto se mezcló con las ideas populares y mágicas de la medicina romana (Siglo I d.C.), convirtiéndose en un elemento peligroso para las personas, plantas y animales. Las ideas médicas griegas acerca de la menstruación perduraron hasta mediados del siglo XIX, cuando lograron determinar la influencia del ovario sobre la menstruación, como un proceso fisiológico de preparación mensual del útero para un posible embarazo (Iglesias-Benavides, 2009).

El tabú menstrual fue una excusa en muchas culturas para excluir y alejar a las mujeres de la vida pública y social. Thomas Buckley y Alma Gottlieb (1988) muestran cómo el tabú menstrual mantiene la idea de que las mujeres menstruantes son definidas como peligrosas y ofensivas; condición asociada a las restricciones sociales y al bajo estatus femenino. En la tradición judeo-cristiana, el libro bíblico de Levítico fue un texto influyente en postular reglas que tienen que ver con la limpieza y la inmundicia, en el libro se expone que durante la menstruación, la mujer sería considerada impura durante siete días y todo el que tocara también sería inmundo; es a lo que la antropóloga británica Mary Douglas, llama “pureza y peligro” (1973). Douglas plantea la menstruación como sinónimo de “impureza” y “suciedad”, en diversas sociedades aún, pone a las mujeres, sobre todo las menstruantes, en situación marginal.

El tabú menstrual está presente en el mito, el imaginario y en las prácticas de hombres, mujeres y sociedades enteras. Desde la antigüedad se ha asociado la sangre con el mal presagio,

la suciedad, el pecado; las mujeres menstruantes fueron apartadas de la comunidad, de los hijos, de las cosechas, de los ritos y los lugares sagrados.

En diferentes culturas se tienen registros de la reclusión y aislamiento de las mujeres menstruantes. James Frazer (1981) interpreta el aislamiento como prueba de que el tabú menstrual existe en varias regiones, y contribuyó a que el tabú se tomara como verdadero y universal. Sin embargo, es muy posible que las lecturas sobre estos hechos sean desde una mirada etnográfica colonialista. Buckley y Gottlieb (1988) señalan que al cambiar la perspectiva de la aproximación sobre la reclusión y el aislamiento menstrual, en algunos contextos puede significar espacios de descanso y autonomía femenina, pueden representar espacios de empoderamiento y resistencia, al contrario de ser considerados imposiciones masculinas, significadas por el bajo estatus de las mujeres. Los autores proponen que el tabú menstrual no es universal, más bien, los estudios comparativos interculturales muestran un amplio espectro de reglas y prácticas asociadas a la menstruación, que dan cuenta de objetivos y significados diversos.

Históricamente desde los modelos médicos, que inferiorizan al cuerpo femenino, se ha percibido a la menstruación como una fuente en sí misma de contaminación, con consecuencias negativas para el cuerpo/ser de las mujeres. Asimismo, se correlaciona la menstruación con la salud mental de las mujeres, si hay desajustes en el ciclo menstrual, también hay desórdenes mentales.⁵¹³ Esta percepción da cuenta de una necesidad de controlar los cuerpos menstruantes. En la modernidad se ha invisibilizado la sangre y el capitalismo y el consumismo ha hecho del tabú menstrual una fuente de riqueza; la ciencia médica ha patologizado el estado menstruante e incluso ha tratado de suprimirlo con biotecnologías patentadas.

A pesar de ser una experiencia cíclica y cotidiana en la vida de las mujeres, la menstruación ha sido invisibilizada durante siglos. Una manera de no hacerla presente, es no nombrarla, la menstruación ha recibido numerosas denominaciones para ser ocultada en público.⁵¹⁴ Hasta mediados del siglo XX, la mayoría de las mujeres quedaban embarazadas desde la primera menstruación en la adolescencia y casi no volvían a tenerla durante su vida reproductiva porque estaban embarazadas o en periodo de lactancia. Sólo hasta mediados del siglo XX la biomedicina inició estudios sobre el ciclo fértil, la menstruación y las hormonas; con

⁵¹³ La histeria como síndrome femenino se popularizó junto con la idea de incapacidad femenina de controlar su cuerpo y la necesidad del tratamiento médico para lograrlo.

⁵¹⁴ Algunas de estas denominaciones en México, pueden ser: “el periodo”, “el mes”, “estoy mala”, “estar en «esos días»”, “tener la cuenta”, “estar indispuesta”, “estar enferma”, “andar con la marea roja”, “andar con Andrés”.

el objetivo de producir medicamentos anticonceptivos (Valls-Llobet, 2006). Suecia y Dinamarca fueron países pioneros en hacer estudios médicos que indican las pautas normales del ciclo. En la década de los ochenta se iniciaron con mayor fuerza los estudios que mostraron los efectos del ciclo en todo el cuerpo, así como las bases neuroendocrinas de la fase premenstrual. Sin embargo, en la práctica, la biomedicina sigue estigmatizando los síntomas, alteraciones y sensaciones en las mujeres atribuyéndolas a un carácter “histérico” (Valls-Llobet, 2006).

Actualmente existe entre las mujeres una gran ignorancia por el ciclo menstrual. La desconexión de las mujeres con su cuerpo se ve reflejada en el desconocimiento de su ciclo, de los cambios que se manifiestan en él, desconexión que se manifiesta en el rechazo y el malestar a la menstruación. Para Carmen Valls-Llobet (2006) el rechazo a la menstruación y la “no armonía” con el propio cuerpo, es una manifestación de la persecución de “la igualdad” entre los géneros, así también la “abolición bioquímica de la menstruación” es vista como un planteamiento progresista, sin embargo esto no refleja nada más que la falta de respeto y conocimiento del cuerpo de las mujeres, por las consecuencias hormonales y personales que esto ocasiona.

En las sociedades contemporáneas occidentales, la menarquía o primera menstruación es un momento paradójico por la transición social que debe de guardarse en secreto. El impacto emocional en las niñas es negativo, porque está acompañado de mensajes destructivos en torno al ser mujer y menstruar. De acuerdo con Joan Brumberg (1998) la medicalización de la menarquia apareció a finales del siglo XIX, así la autoridad médica eclipsó la influencia y el consejo materno. En México la información generalizada y popular que las madres aportan a sus hijas en el momento iniciático de la menarquia, se enfocan en el sufrimiento, el malestar, el peligro y la desdicha de ser mujer.

Kate Millet, escritora feminista, señala los vínculos entre esta cultura menstrual hegemónica-patriarcal que violenta el cuerpo femenino, hasta el punto de la encarnación del rechazo al propio cuerpo y a sus procesos:

La jerga contemporánea denomina la menstruación como *The Curse* (“la maldición”). Existen considerables evidencias de que las molestias que las mujeres sufren durante su período a menudo es probable que sean psicósomáticas más que fisiológicas, culturales más que biológicas, en su origen.... Contextos y creencias patriarcales parecen tener el efecto de emponzoñar las propias sensaciones físicas de las mujeres sobre sí mismas,

hasta que a menudo esto se convierte verdaderamente en la carga que se dice que es... (1970: 47).

Después de siglos en los que se ha invisibilizado la menstruación, actualmente el tema ha cobrado auge. El movimiento por la salud femenina de la década de los setenta es precursor del apogeo que ahora se vive en torno al tema. Según Chris Bobel (2013), escritora y activista menstrual, las pioneras en el movimiento por la visibilidad menstrual fueron “feministas-espirituales” en Estados Unidos en la década de los setenta, que empezaron a divulgar la menstruación como fuente de poder femenino para la autotransformación y propusieron el cambio conceptual a través del ritual y las creaciones artísticas. Como veremos en el presente capítulo, las resignificaciones de la menstruación están siendo difundidas por el movimiento de espiritualidad y salud holística femenina, por mujeres asumidas como ecofeministas, por activistas menstruales, así como por promotoras y distribuidoras de ecoalternativas menstruales. Las mujeres en círculo están divulgando prácticas materiales y discursivas que reivindican la sangre y el estado menstruante; como veremos, estas prácticas menstruales se anclan en experiencias de bienestar y sanación, posibilitan encarnar cosmovisiones y en algunos casos desarrollar prácticas activistas y feministas.⁵¹⁵

En 1977 un grupo multidisciplinario de mujeres, fundaron “*The Society for Menstrual Cycle Research*”, pioneras en la comprensión de la centralidad de la investigación del ciclo menstrual en la salud de las mujeres; a la fecha se constituyen como un grupo interdisciplinario de investigadoras, profesionales de la salud, responsables políticos, y estudiantes que comparten interés por los temas que se asocian con el ciclo menstrual. Sin embargo, de manera global, pocas estudiosas y feministas han centrado su atención en la menstruación para revelar valores culturales e identidades asociadas, así como para visibilizar las implicaciones sociales y personales que el ciclo conlleva. El asunto de la política de la menstruación causa rechazo en algunos círculos feministas, esto por la somatofobia y que aún se asocian la menstruación con los esencialismos de género. A pesar del rechazo a la temática, el tema de visibilizar la menstruación y llevar a cabo estudios multidisciplinarios ha sido paulatino desde la década de los setenta y vemos como el tema cobra auge y relevancia; a nivel global, en distintos espacios y colectivos la

⁵¹⁵ Según el análisis que hace Bobel (2013) las prácticas espirituales por la resignificación de la sangre menstrual en Estados Unidos, carecen de un componente político. En las reivindicaciones latinoamericanas y locales encontramos elementos políticos por la visibilización de la sangre y un tipo de activismo menstrual.

menstruación está siendo resignificada práctica y discursivamente, y las mujeres están encarnando otras sensibilidades y entendimientos.

Feministas de diversos lugares del mundo, ocupadas en la autogestión del cuerpo femenino, han centrado su atención en develar tabús menstruales como parte de su activismo. Así como también se han enfocado en mostrar las influencias que la menstruación tiene en las estructuras y dispositivos de poder, y cómo sus efectos exceden a la superficie corporal, llegando a tener implicaciones en el mercado, la política y la violencia simbólica. Estas perspectivas son críticas a los sesgos androcéntricos de la biomedicina, a la patologización de la menstruación, a la medicalización del cuerpo femenino y a la venta y consumo de productos para la “higiene íntima”.

La biomedicina define la menstruación de una forma patológica y la medicaliza, lo que suma al tabú presente en nuestra cultura (Houppert: 2000, Esteban: 2001, Valls-Llobet, 2006). De manera sistemática los(as) ginecólogos(as) convencionales recetan fármacos y anticonceptivos para el dolor o para “regular el ciclo”, sin proporcionar información adicional sobre sus riesgos, ni consecuencias a mediano y largo plazo.

También las posturas feministas, señalan que la industria de la “higiene íntima” agrega al tabú por sus discursos de ocultamiento y la sanitización de la sangre. La industria de la “higiene” femenina estigmatiza la sangre y la menstruación para vender sus productos desechables cuyos componentes sintéticos y sus procesos de fabricación se les han asociado con cáncer, síndrome de shock tóxico, endometriosis, y otros problemas de salud en las mujeres (Scranton, 2013). Asimismo, los productos comerciales no son biodegradables, lo que represente un alto índice de contaminación del ambiente.

Chris Bobel y Elizabeth Arveda (2011) señalan que centrar la atención en la menstruación es parte de un proyecto feminista complejo y duradero, proyecto para aflojar el control social del cuerpo de las mujeres, para desplazar los cuerpos de las mujeres de objeto a sujeto. Así las mujeres como agentes activas que se resisten a saberse y vivirse en los discursos de la cultura menstrual hegemónica, están produciendo discursos y prácticas alternativas, iniciativas artísticas y culturales para reivindicar la menstruación y el cuerpo femenino. De tal forma que, están

surgiendo de manera global una producción de obras culturales⁵¹⁶, literarias⁵¹⁷, audiovisuales⁵¹⁸, proyectos fotográficos⁵¹⁹, digitales⁵²⁰, pictóricos, musicales⁵²¹ y obras de arte con sangre menstrual⁵²² que promueven una cultura menstrual alternativa.

“El poder de amar la sangre” se manifiesta en la vida de las mujeres, cuando viven el trabajo profundo que conlleva conectarse con la/su ciclicidad; es decir el conocimiento reflexivo y encarnado del flujo cambiante de su ser/cuerpo en sincronía con sus hormonas, la luna, la tierra y las demás mujeres. En el presente capítulo abordaré las experiencias de los procesos de las mujeres en círculo de conocer y vivir su ciclicidad; los cambios prácticos y discursivos que las mujeres comparten en torno a la ciclicidad y la menstruación y las repercusiones en sus procesos de autoconocimiento, bienestar y salud. De cómo las mujeres están re-significando y revitalizando la ciclicidad que fluye en el cuerpo, sincronizada con la ciclicidad de la naturaleza.

⁵¹⁶ Museo de la menstruación inaugurado por Harry Finley en 1995, New Carrollton, Maryland, en los Estados Unidos. Desde el 2013 se celebra el 28 de mayo, como el día de la higiene menstrual a nivel mundial, apoyada por más de 45 organizaciones. En el ámbito hispanohablante, en el año 2014 se celebró el “Festival virtual Somos la Luna” convocado por Elena Sofía Zambrano. En México, en ese mismo año, se celebró “El 1er Concurso de pintura y arte menstrual” y una Convocatoria de Mail Art “Luna Roja”. En el 2015 se celebra la “1era Cumbre Hispanoamericana por la Cultura Menstrual”, con diez participantes en un evento en línea con programas presenciales paralelos en cada país. En ese mismo año hubo una convocatoria sobre “Creación colectiva de Sabiduría Femenina”: palabras, imágenes, poemas, canciones y cuentos respecto a la sexualidad, el ciclo menstrual y el amor, convocado por Carla Trepát.

⁵¹⁷ El libro pionero de Lara Owen, *Her Blood Is Gold: Awakening to the Wisdom of Menstruation* (1993). La obra de Miranda Gray *Luna Roja: Los Dones Del Ciclo Menstrual*. La obra de Houppert, K. (2000) *La menstruación, desmontando el último tabú femenino*. La obra de Chris Bobel (2013) *New Blood: Third Wave Feminism and the Politics of Menstruation*. El fanzine de Chella Quint *Adventures in Menstruating zine*. El libro pedagógico de Anna Salvia (2013) *Viaje al Ciclo Menstrual*.

⁵¹⁸ Los documentales aclamados de Diana Fabianova *La Luna en ti: un secreto muy bien guardado* y *Monthlies*. El documental de Giovanna Chesler *Period? The End of Menstruation* de. Así mismo, se han organizado algunos festivales en línea de cortos audiovisuales acerca de la menstruación como “CRANKYFEST”.

⁵¹⁹ La exposición visual interdisciplinaria de 38 artistas de 10 países *Widening the Cycle: A Menstrual Cycle & Reproductive Justice Art Show*. La serie fotográfica *Red Is the Colour* de Ingrid Berton-Moine. Colección de fotografías y videos *Beauty in Blood* de Jen Lewis. Serie fotográfica *Period* de la poeta Rupí Kaur, que causó polémica ya que fue censurada de Instagram en Marzo del 2015. Serie de retratos de mujeres en la vida cotidiana menstruando *There Will Be Blood* de Enma Arvida Bystrom. Serie de fotografías caleidoscópicas de sangre menstrual: *Isilumo Sijaluma* de Zanele Muholi. Obra fotográfica de gran formato de Isa Sanz *Sangro pero no muero*. Serie fotográfica de Chanel Baran *Womb Illumination*. Los autorretratos y videos de la artista filipina May Ling titulados *On my Period*.

⁵²⁰ En la red existen gran cantidad de blogs que abordan la menstruación desde una perspectiva integral, sus contenidos va desde lo pedagógico hasta lo espiritual y simbólico. Basta googlear “menstrual blog” o “menstruación consciente” y aparecen miles de resultados.

⁵²¹ La cantautora española Rosa Zaragoza, tiene un tema llamado *Sangre de Vida*. La rapera guatemalteca Rebeca Lane, en sus canciones *Mujer Lunar* y *Conflicto*, hacen referencia al estado menstruante. La cantautora Mexicana Paola Sucúlma, gana beca del FONCA para producir el disco *Mujer Torbellino* (2016), en su sencillo *Mujer Torbellino*, la letra dice “mi sangre la entrego a la tierra”. El proyecto musical Lulacruza menciona el sangrar y la sangre en varios temas de sus álbumes *Do Pretty!* y *Circular Tejido*.

⁵²² Ochenta y ocho pinturas ilustrativas menstruales *Menstrala* de Vanessa Tiegs. Las pinturas con sangre menstrual de Pink-porcupine (*Woman's red dress*). La obra de la artista chilena Carina Úbeda, *Paños bastidores* y tela de algodón con manchas de sangre y bordados. La obra de Cecilia Vicuña *Quipu menstrual*, que incorpora tres disciplinas artísticas: land art, performance, y poesía y literatura. El proyecto de Urzula Kluz *Filuteria*.

También, en este capítulo veremos cómo la menstruación desde una perspectiva holística, es parte esencial en la cosmovisión de las mujeres en círculo; cómo las practicas rituales entorno a la menstruación crean conciencia de género, conciencia del cuerpo y de lo femenino. También en este capítulo, elaboro la noción de “espiritual menstrual”, para aproximarme a cómo la menstruación se le asocia con aspectos y experiencias trascendentes de sanación personal y colectiva. El capítulo pretende mostrar cómo la experiencia de ciclicidad femenina consciente, es camino para acceder al conocimiento del cuerpo femenino, para tener experiencias de bienestar y sanación, para crear y recrear ritualidades y para experimentar empoderamientos y estados espirituales.

6.1. Ciclicidad encarnada

Como mujeres de agua debemos saber y sentir como se mueve
nuestra marea interna...
En cada fase lunar nuestra marea danza de una forma distinta,
moviendo nuestras emociones, pensamientos y cuerpo.
Reconocer esta danza nos otorga sabiduría, pues nos volvemos
conscientes de nuestro propio ciclo, que es un reflejo del ciclo lunar.
Si tienes el conocimiento, ya puedes ser consciente... y si tomas la
decisión y TE COMPROMETES CONTIGO MISMA... puedes
recuperar tu poder de mujer cíclica... apropiándote de tus momentos
óptimos para crear, compartir, reflexionar y soltar...
¡despertar tus dones!
SER LA CREADORA CONSCIENTE DE TU REALIDAD ES TÚ
DECISIÓN.
Cuando una mujer conoce, vive y experimenta la sabiduría del ciclo
lunar y además se conecta con su ciclo menstrual desde su corazón,
recupera su poder femenino ancestral y su Diosa se manifiesta.
Carolyn Hodges Correa

La fisiología humana y animal está sujeta a los ritmos estacionales, lunares, y circadianos. Se ha documentado cómo la luna rige el flujo de los líquidos en las mareas, las plantas y los seres vivos. Los ciclos macrocósmicos de la naturaleza, las fases de la luna, los flujos de las mareas y los cambios de estación del ciclo solar se reflejan en el ciclo menstrual del cuerpo/ser femenino. La Luna y las mareas interactúan con el campo electromagnético del cuerpo humano influyendo en los procesos fisiológicos internos (Zimecki, 2006).

Aún en las ciudades, con intensa luz artificial y en donde las personas vivimos desconectadas de los ritmos de la naturaleza, el ciclo fértil y el parto está influidos por la luna (Lacey 1975; Cohen, 2005). La palabra “menstruación” está relacionada etimológicamente con

“luna”; los términos “menstruación” y “menstruo” se derivan del latín *mensis* -meses-, que a su vez se relaciona con la palabra griega *mene* -luna- (Allen, 2007). En algunas culturas han llamado “lunares” a los periodos menstruales; también, en el contexto de la espiritualidad femenina, las mujeres llaman “luna” a la menstruación y a la sangre menstrual.

La ciclicidad femenina, es un fenómeno complejo en donde intervienen muchos factores internos y externos al cuerpo de la mujer. Durante el periodo de tiempo comprendido entre la menstruación y la ovulación (llamado “fase folicular”), crece y se desarrolla un óvulo; en el plano psíquico y creativo, esta primera mitad del ciclo es también un buen momento para iniciar nuevos proyectos. La ovulación, que ocurre a mitad del ciclo, viene acompañada por un aumento del nivel de estrógeno lo que se relaciona con un aumento de la actividad del hemisferio cerebral izquierdo (fluidez verbal) y una disminución de la actividad del hemisferio derecho (capacidad visual y espacial). La ovulación representa la creatividad en su grado máximo; la base biológica de ello podría ser la oleada de hormonas que la acompaña (Northrup, 2006). Según Christiane Northrup antes de la ovulación estamos extravertidas y animadas; durante la ovulación estamos muy receptivas hacia los demás, y después de la ovulación (antes de la menstruación) estamos más introvertidas y reflexivas. Las semanas siguientes a la ovulación conducen a la menstruación; a nivel psíquico este es un periodo de evaluación y reflexión, en que se puede contemplar lo que se ha creado y los aspectos negativos o difíciles de la vida que se necesitan cambiar o modificar. La fase oscura de la luna, se relaciona material y simbólicamente con la menstruación, porque es un momento en donde la fuerza vital está disminuida, lo que permite un estado de introspección; estado en donde la energía psíquica está trabajando intensamente. El “velo” que separa lo consciente de lo inconsciente es más delgado, es decir, se tiene acceso a partes inconscientes del yo que son menos accesibles en otros momentos del mes. Altemus y Wexler (1989) demostraron cómo antes de la menstruación se activa más el hemisferio cerebral derecho, es decir, la parte relacionada con el conocimiento intuitivo, mientras que disminuye la actividad del hemisferio izquierdo; así como también aumenta la comunicación entre los dos hemisferios.

Northrup señala que debido a que culturalmente sólo se valora lo que se entiende racionalmente, muchas mujeres tienden a bloquear el flujo de la “información lunar” inconsciente que les llega antes de la menstruación o durante ella; la información lunar es reflexiva e intuitiva. Para diversas autoras (Pinkola, 1998; Northrup, 2006; Gray, 2010;) cuando se bloquea esta información se presenta como “síndrome premenstrual” o “locura menopáusica”. La sabiduría cíclica femenina, es una guía orientacional interior que de no ser

escuchada, se manifiesta con síntomas de malestar y dolor antes y durante la menstruación. Esto quiere decir que es preciso que la mujer se dé el tiempo para sí, haciendo caso a su estado energético y psíquico, para poder escuchar -y encarnar- esa sabiduría cíclica y menstrual. De ahí las prácticas culturales de las chozas lunares y las carpas rojas en la antigüedad, como el espacio y el tiempo para que las mujeres se reunieran a menstruar; a descansar a nivel físico de las actividades cotidianas, para estar sensibles a los mensajes y la sabiduría psíquica/intuitiva, para encontrar sentido y solución a situaciones personales y de la comunidad.

Erika Irusta lleva a la crítica patriarcal y capitalista el margen estrecho para “ser cíclica, sin remordimientos, ni angustias” Irusta apela por la necesidad de hacer comunidad y sororidad para vivir la ciclicidad:

Yo reivindico tomar un descanso (o dos o tres o cuatro) cuando nuestro cuerpo (nosotras) lo pida. Apoyarnos entre nosotras y reformular el calendario y sus horarios. No descansamos porque estemos enfermas (la menstruación es síntoma de salud) sino porque nuestro cuerpo así lo dicta. Nosotras si descuidamos el descanso en esta fase estamos atentando contra nuestra salud física, emocional y mental. Esto que muchas reclamamos no es una utopía, en la China Popular por ley se marcaban 2 días de descanso para cada mujer en cada ciclo. Hasta los años 80 ha estado vigente, con la llegada del capitalismo esto ya ha cambiado. No podemos hablar de acabar con el patriarcado si seguimos sacrificando nuestro cuerpo cíclico. El sistema laboral nos pide que anulemos nuestros ciclos sexuales (ciclo menstrual- menopausia y maternidad) para que nos entreguemos a la producción de bienes y servicios (2014).

La reivindicación de la ciclicidad femenina permite también, una crítica al tiempo lineal impuesto por un sistema económico de producción; en donde tanto hombres como mujeres se les exige la capacidad de siempre ser y estar activos y productivos.⁵²³ Con estas prácticas y concepciones, se busca reconocer y recuperar el tiempo del propio cuerpo.

El planteamiento de Paw Orozco, es hacer cambios a nivel mental, relacionados con la linealidad y rigidez cognitiva y optar por maneras más creativas y cíclicas de pensamiento. Para ella, la comprensión y vivencia de la ciclicidad tiene que ver con una concepción transpersonal y espiritual:

⁵²³ En Países como Japón (desde 1947), Taiwán (desde el 2014), Indonesia, Rusia, Corea del Sur (desde el 2001), tiene por ley día de descanso menstrual al mes o al año. Con posturas polémicas en torno a las consecuencias que pueden representar un atraso en la lucha de igualdad e incidir-aún más- en la discriminación femenina, más países (China, Italia, Chile, Honduras, se siguen sumando a la propuesta para otorgar el descanso menstrual. En México, las personas que trabajan en Tribunal de lo Contencioso Administrativo y Fiscal del Estado de México, a partir del 2017, tienen una prestación, se trata de un día de descanso extra al mes, para recuperarse en casa de “complicaciones de tipo fisiológico”, específicamente “dolor menstrual intenso, así como los malestares asociados con la “adultez madura”: menopausia y andropausia.”

Hay una sincronicidad entre la Luna y la Tierra que se siente como si todo está en orden, como si todo está en su lugar, y tú eres parte de eso, y yo siento que eso nos da un empoderamiento, por eso es la llave que nos guía hacia lo que deseamos, que es algo más íntegro, más completo, que nos reúne, tal cual, que nos religa, pero desde este contexto interno, del origen de lo sagrado, de lo femenino, de la vida, la sangre es vida, es este flujo que corre por nuestras venas como representación de la totalidad de la vida.⁵²⁴

La propuesta de Paw Orozco para reivindicar la ciclicidad, es que las mujeres la reconozcamos ya que es evidente y material en el cuerpo femenino; para que así, también los hombres puedan incluir esa ciclicidad a sus vidas, porque como seres naturales que somos “nos caracteriza”. Paw reconoce que es de vital importancia “reunirnos” en esta ciclicidad.

Desde tiempos antiguos, los seres humanos vinculamos el macrocosmos sagrado y el microcosmos corporal; relacionando la vida humana material y la divina inmaterial. Así, vemos cómo la ciclicidad femenina holística, se correlaciona con la concepción del cuerpo-tierra-luna, en donde las fluctuaciones femeninas son re-entendidas para el empoderamiento, la autotransformación y trascendencia. Beatriz Andrade, que tiene varios años llevando su ciclicidad de manera consciente, así reconoce la potencialidad femenina:

Las mujeres nos morimos y renacemos cada 28 días; saber que en nuestros cuerpos también sucede esto es increíble, primavera, verano, otoño, invierno, 28 días, por eso no nos cuesta trabajo entender que las cosas cambian si vivimos cambiando. Nos han hecho creer -gracias señor Freud- que esas son histerias y demás, no es cierto, jese es nuestro potencial! en la medida que yo lo tomo como un poder y no como una vergüenza, el orden del mundo va cambiando, nosotros también somos Tierra.⁵²⁵

Paw Orozco, como las demás mujeres que al sentir el movimiento cíclico cósmico dentro de sí y encarnarlo, se sienten “parte de un todo”, de “un universo completo y perfecto”, que les da sentido de sí y de su vida.

Las mujeres en círculo comparten saberes y experiencias en relación con la vivencia de cada fase del ciclo menstrual/lunar; pero también proponen que cada mujer encuentre su propia manifestación y expresión en cada etapa. Pues el ciclo fértil es “algo vivo” que se ve influido por cuestiones emocionales y es necesario tomar conciencia de cómo reacciona su cuerpo y su

⁵²⁴ Entrevista con Paw Orozco. Junio 2014.

⁵²⁵ Entrevista con Beatriz Andrade. Enero 2014.

psique. El autoconocimiento del ciclo fértil es la oportunidad que permite a las mujeres comprender los cambios cíclicos de su cuerpo; las mujeres encuentran una “llave” para el empoderamiento, la salud y el bienestar en el entendimiento somático y reflexivo de la ciclicidad femenina.

6.1.1. Entre dos lunas

Se ha planteado la correlación entre la luna y los ciclos femeninos, y se ha intentado precisar si la correlación luna-menstruación tiene componentes fisiológicos⁵²⁶ o se trata de una conexión de orden simbólico. De acuerdo con Marcela Morales,⁵²⁷ se trata de que hay un poco de ambas cosas: a nivel físico, se ha demostrado que la luna influye en el movimiento del agua en los mares y las plantas; en el cuerpo humano, al estar formado por un alto porcentaje de agua, se produce un impacto. Se ha demostrado que la intensidad de la luz del plenilunio impacta en el funcionamiento de la glándula pineal y la producción de melatonina.⁵²⁸ Si consideramos que la glándula pineal tiene una función neuro-endócrina, es decir, que influye, en la producción de hormonas, entonces la luna influye en nuestro “reloj biológico” (Morales, s/a). Simbólicamente, las mujeres del movimiento de espiritualidad y salud holística femenina han re-creado la asociación entre las fases lunares y las fases del ciclo menstrual, configurado viejos y nuevos símbolos, arquetipos y estados relacionados al ciclo menstrual y a las fases lunares. Lo que permite dimensionar el ciclo femenino completo, “la relación es simbólica y pedagógicamente útil para explicar(nos) y aprender a observar nuestros ritmos” (Morales, s/a). Los siguientes post de Facebook hacen referencia a este entendimiento cíclico:

⁵²⁶ El físico Edmond M. Dewan en el año 1965, estudió la relación la luz reflejada por la Luna y los ciclos menstruales femeninos. En años recientes, Alejandro Martínez Gallardo, explora la cronobiología de la relación antro-po-bio-cósmica a través de un método para aumentar el desempeño cognitivo y la productividad basado en la sincronización entre la mente y la Luna: *El cielo en el cerebro: la fascinante relación entre la Luna y los neurotransmisores* (2015).

⁵²⁷ Marcela es antropóloga feminista y co-creadora del colectivo morelense “Vulva Sapiens”.

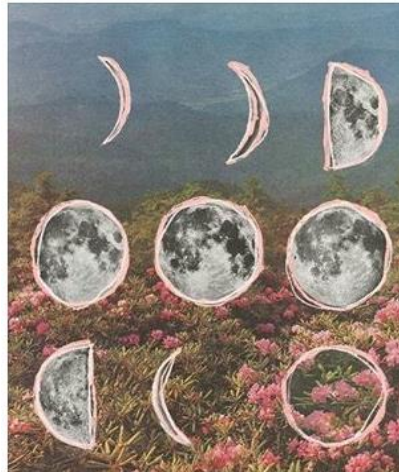
⁵²⁸ Hormona producida en la glándula pineal que participa en una gran variedad de procesos celulares, neuroendocrinos y neurofisiológicos.



LunaCup Mexico

2 h · 🌐

Cada una de sus fases encaja perfecto con las fases de nuestro ciclo menstrual, esa relación nos permite entender de otra forma nuestra naturaleza. Hoy honramos esa sincronía y celebramos la llegada de abril, con una bella luna que crece 😊



Recorte de pantalla44. Post de Facebook de LunaCup. Abril, 2014.



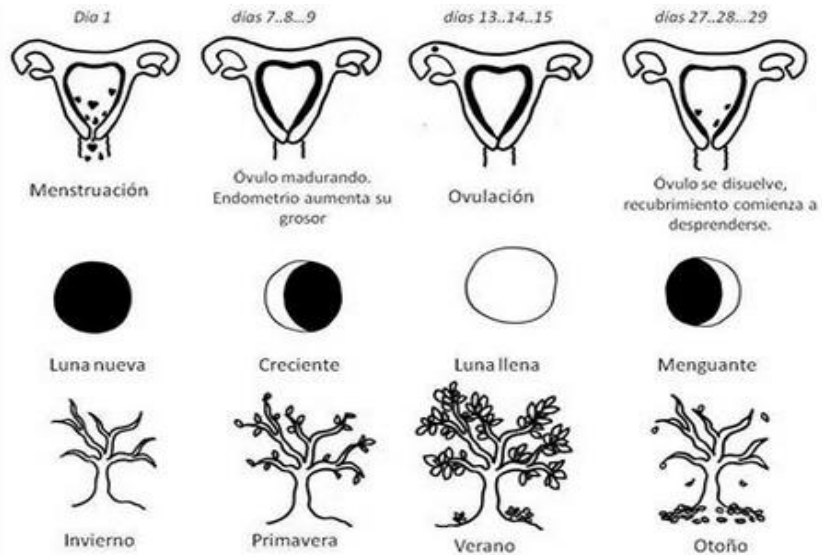
Cántaro sagrado

24 de agosto 🌐

Igualitas ❤️

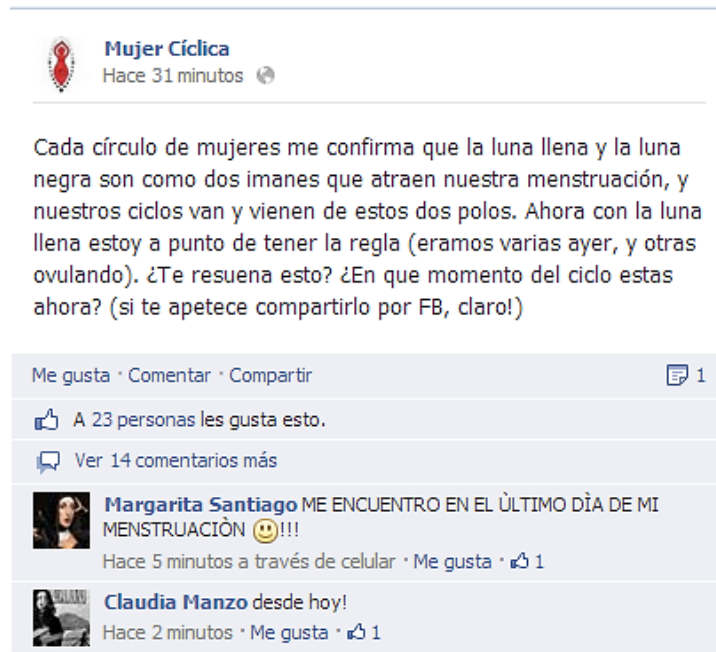
Mujer

Mamita tierra



Recorte de pantalla 45. Post de Facebook de la Comunidad chilena Cantaro Sagrado.

Cuando las mujeres viven en ambientes naturales, su ovulación tiende a ocurrir durante la luna llena, y la menstruación durante la fase oscura de la luna (Lacey; 1975; Shuttle & Redgrove, 1988; Cohen, 2005; Zimecki, 2006). Esta ciclicidad hormonal no es estática, también se ve influenciada por el ciclo estacional y es particular en cada mujer; sin embargo, cada vez más mujeres reportan⁵²⁹ que la luna nueva o llena, se comporta como un imán que atrae los fluidos menstruales. Como lo expresa este post de Facebook y los comentarios al respecto:



Recorte de pantalla 46. Post de Facebook de la comunidad Mujer Cíclica, Noviembre, 2014.

Las mujeres en círculo, aquellas que viven sus ciclos lunares/menstruales de manera reflexiva y corporalmente sensibles, encuentran relaciones somáticas, simbólicas y energéticas en su ciclo y el ciclo de la luna; por esta razón ellas se dicen estar “entre dos lunas”. Luz Herrera, tiene cinco años viviendo de manera consciente su ciclicidad, ella vive en San Pancho Nayarit, en contacto con la naturaleza; ella ahora reconoce que antes estaba “desconectada” de la sensibilidad cíclica, porque vivía en la ciudad y llevando a cabo actividades “muy racionales”, ya que se encontraba estudiando un doctorado en España, ahora desde que vive en San Pancho y va al círculo de mujeres, siente la influencia de la luna y los ciclos en su cuerpo y en el de otras mujeres:

⁵²⁹ De acuerdo a mis registros etnográficos, las mujeres que en el proceso de hacer conscientes sus ciclos menstruales/lunares y que no consumen hormonas sintéticas, perciben y expresan este comportamiento.

(...) lo que pasa ahora que entre mujeres nos conectamos y estamos al mismo tiempo con la luna [menstruación], siento a la luna muchísimo más que antes, los efectos que causa en mis aguas, en mis emociones, esa sintonía con el universo finalmente, porque es la capacidad de sentir la luna, pero también es la capacidad de sentir los ciclos dentro de mí y toda esa sabiduría natural; no es una sabiduría para presumir, sino es para reconocer y para aprovechar que la tenemos, que está en el cuerpo también, que es eso... somos parte de un cuerpo mayor y si siento esas conexiones en mi cuerpo.⁵³⁰

La experiencia corporal/reflexiva de vivirse entre dos lunas, lleva a las mujeres a ser sensibles a los flujos emocionales y energéticos tanto de la luna satélite como de su luna menstrual. El entendimiento del flujo de “las aguas” influido por la luna que ellas encarnan, tiene que ver con la explicación física de que el cuerpo humano está compuesto en gran porcentaje por agua y la luna influye en ésta. También reconocen que la psique y el cosmos están unidos como lo han propuesto autores como Carl Jung y Richard Tarnas (2009), ambos afirman que los arquetipos planetarios -y lunares- tienen una influencia en la vida humana.

Las mujeres de la espiritualidad femenina, están encontrando conocimientos, saberes, prácticas y experiencias para hacerse sensibles a las ciclicidades desde la reflexividad encarnada (intelecto, emoción, sensación). Paulina Oviedo, así comparte esta perspectiva:

Lo primero que les digo y les comparto es que comiencen a darse cuenta qué está pasando con sus estado de ánimo en relación a la luna satélite, cómo es lo que está pasando contigo en la luna llena y que anotes, qué es lo que está pasando contigo en la luna menguante, cómo está tu energía cuando crece, qué pasa a tu alrededor cuando esto sucede, cómo está tu compañero cuando está por llegar la luna.⁵³¹

El conocimiento de la influencia energética y psíquica o simbólica de la luna en nuestro cuerpo/vida, es desde donde se parte para que cada mujer encuentre sus propias referencias. Así lo expresa Chandra Santiago desde sus procesos de reflexividad encarnada:

Estoy muy atenta las fases de la luna, está nueva, está creciendo y entonces yo también exploro, a ver cómo estoy pensando, cómo estoy sintiendo, porqué estoy media estancada, es como ponerte en la sincronía de la luna, antes no lo hacía, pero teniendo el conocimiento de las fases de la luna, que cada fase tiene su lado psíquico y su lado de acción, su lado de acción y calma y digo pues sí, estoy así o me siento así, porque la luna está así y es como esa sincronidad.⁵³²

El autoconocimiento es preciso para ser autoreferenciales de la propia normalidad cíclica. Las mujeres encontraron y encarnaron la propia ciclicidad y la de la naturaleza (ciclo lunar y

⁵³⁰ Entrevista con Luz, San Pancho Nayarit, mayo 2014

⁵³¹ Entrevista con Paulina Oviedo. Diciembre, 2013.

⁵³² Entrevista con Chandra Santiago. Agosto, 2014.

solar/terrestre que son las cuatro estaciones), los arquetipos, símbolos y energías que acompañan a cada fase solar, lunar y vital femenina. Andrea Ibarra explica cómo fue su proceso para encarnar su tiempo cíclico:

Siento que hay muchos misterios de la naturaleza, hay energías presentes y hay que ejercitarlas, me pareció bien ejercitar mi conexión con la luna, el libro que leí fue *El clan de la luna* de Chamalú, me pareció contundente y ahí fue cuando relacioné, luna llena con madre y menstruación con muerte, y entonces dije sí me quiero sincronizar con la luna, y todas las noches me quedaba a verla y pensar en qué tenía esa luna creciente para mí, y meditar, no sacaba conjeturas de nada; era un espacio que podía sincronizarme con ella, de repente sí vi que estaba menstruando muy cerca de la luna llena y seguía yendo a temazcales de mujeres, y empezaba a tener esta relación, tampoco me inquietaba ser exacta, entonces con la luna fue cuando comprendí la ciclicidad y el tiempo en mi cuerpo.⁵³³

Virirse entre dos lunas de manera reflexiva, tiene que ver con un trabajo interior, una labor de conciencia y documentación⁵³⁴, que permite reconocer y sensibilizarse a los altibajos emocionales, psíquicos, cognitivos, energéticos, para fluir con lo que el cuerpo/ser desea, puede y necesita, para ello es preciso el autoconocimiento, como lo expresa Rocío Shekinah:

Escribir cómo estas durante varias lunas, es súper revelador, te da mucha información sobre ti misma, te cachas y puedes prever, si sé que voy a entrar a mi luna llena, y que se va a juntar con la luna llena, voy a andar como loba porque ya me conozco, a la mejor esos días me voy preparando y dejo de tomar cosas que sean irritantes para yo ayudarme en mi luna llena si voy a andar en mi luna nueva y además está la luna nueva y estoy haciendo mi agenda, sé que no voy a querer salir y voy a querer estar conmigo o voy a querer venir al parque sola a leer, a escribir, a pintar.⁵³⁵

La autoobservación, el autoconocimiento, la guía del *self*, la voluntad y las agencias entramadas, permiten gestionar el propio tiempo cíclico de las mujeres, tarea nada sencilla en la linealidad patriarcal, colonialista y capitalista. Las mujeres de la espiritualidad y del bienestar holístico femenino tienen un posicionamiento crítico ante la pérdida de la concepción y la vivencia del tiempo cíclico y de la imposibilidad de vivir el tiempo para sí -sin culpas-. El patriarcado trajo consigo la ruptura de la visión del tiempo como espiral, lo convirtió en una línea. Es preciso crear nuevas rupturas de las concepciones y vivencias del tiempo; saber que el tiempo natural es cíclico, permite sensibilizarnos y buscar reflexiva y somáticamente las

⁵³³ Entrevista con Andrea Ibarra. Septiembre, 2014.

⁵³⁴ Los diarios, las guías de fertilidad, las agendas, los sincronarios, las bitácoras menstruales y los mandalas lunares son los medios para documentar los cambios, las transformaciones, los flujos somáticos, psíquicos, emotivos.

⁵³⁵ Entrevista con Rocío Shekinah. Junio, 2014.

ciclicidades, permitiendo vivir el cuerpo y la vida desde otros significados y potencialidades; Como lo expresa este post de Facebook:



Recorte de pantalla 47. Post de Facebook de la comunidad Menstruación alternativa. Octubre, 2014.

El vínculo con la luna se crea y se fortalece poco a poco, para encarnar reflexivamente la conexión con la “Abuela Luna” las mujeres se sensibilizaron a sus estados somáticos, emocionales y psíquicos, Luz Herrera describe sus experiencias al respecto:

Mi relación con la luna es bien intensa; por ejemplo, cuando la luna está sincronizada con la luna llena, pues si detecto que mi estado emocional y físico es de una forma, de por sí, cuando yo estoy en mi luna están súper potencializadas algunas emociones o algunas intuiciones, pues con la luna llena pues más, de por sí la luna me despierta, pero si además estoy en mi luna, más.⁵³⁶

Miranda Gray, en su libro *Luna roja: Los Dones Del Ciclo Menstrual*, nombra a la menstruación en luna llena como “luna roja” y la menstruación en luna nueva, como “luna blanca”. Cada experiencia, tanto de menstruación en luna llena o nueva, tiene su conjunción de características y cualidades. La menstruación fluye de una luna a otra, haciendo distinta cada experiencia lunar/menstrual, en donde coinfluyen los aspectos somáticos y energéticos que nos conectan con la luna, como Claudia Gómez lo expresa:

⁵³⁶ Entrevista con Luz Herrera, Mayo, 2014.

Es maravilloso que con la luna vamos moviéndonos todo el tiempo y es cambiante, siempre está cambiando, voy de luna roja a luna blanca y cambio, la luna rige todo el líquido del planeta, es muy sabido, somos 80 % de agua ¿Por qué no nos va regir a nosotros? no es nada mágico, ni místico, es algo bien físico, cambian las mareas y cambiamos nosotros, traemos otra energía con los periodos de luna; es bien bonita la relación y una unifica a la otra, nos conecta cielo y tierra, eso sería el ideal estar conectadas a la luna y a la tierra.⁵³⁷

Las mujeres buscaron el espacio ritualizado para vivir la ciclicidad, las reuniones en luna nueva o llena recordaron el tiempo que nos vincula, nos reconecta, nos convoca. La ritualidad colectiva e individual se creó como una necesidad de reconectar con la luna (o el tiempo solar), Luz Herrera, narra la necesidad que tuvo de hacerse de espacio/tiempo ritualizado para pasar una luna llena:

Justamente a luna pasada, hicieron circulo de canto [en San Pancho, Nayarit], yo estaba en el DF con mis papás y si me dio tristeza pero bueno, yo estaba antes del eclipse como ansiosa, cenando con mis papás y qué hago... veo tele, no, no quiero ver la tele, estaba nubladísimo, pero se abrió el cielo a media noche y dije sí, eso es lo que tengo que hacer, hice un tabaco... sí lo que necesito es conectarme, estoy acostumbrada a esto, ya me sentí, ofrecí el momento, lejos de mis hermanas pero conectadas, me puse a cantar. Era una luna especial porque te hablaban de que era una luna de cerrar muchos procesos y de abrir muchos procesos, entonces ahí estuve en azotea hasta que terminó mi propia ceremonia y baje bien tranquila y lo disfruté mucho.⁵³⁸

Los conocimientos y las ritualizaciones de la encarnación del tiempo cíclico lunar y hormonal, permitió la creación de significados y el aprovechamiento de las energías corporales, psíquicas y cósmicas que se presentan en cada fase de los ciclos. Edna como terapeuta y acompañante de mujeres, reconoce que aprovechando la luna, se puede “fluir mejor y caminar mejor por la tierra”, Edna, como muchas otras mujeres de la espiritualidad femenina, consideran que la vivencia somática/reflexiva de los ciclos, es una “bendición”, porque “es pura sanación”, ya que somos agua y estamos influenciados por la luna; entonces, como veremos más adelante, las mujeres de la espiritualidad femenina aprovechan las energías lunares/menstruales (y solares/terrestres) para que “resulten los proyectos”, para que “fluyan los procesos”, “para iniciar transformaciones”. Encarnar las ciclicidades lunares y menstruales, tiene que ver con experiencias de bienestar holístico y espiritualidades, experiencias de sincronicidad, de flujo, de sentido y de creación de realidades.

⁵³⁷ Entrevista con Claudia Gómez. Mayo, 2014.

⁵³⁸ Entrevista con Luz Herrera, Mayo, 2014.

6.1.2. Mujer cíclica: los arquetipos

Soy cuatro mujeres, cuatro colores, caminando en espiral.
El agua de mis emociones sube, se expande, decrece y se aquieta.
Soy yo misma la rueda medicinal, los cuatro rumbos, los cuatro
elementos para que algo nazca.
En mí habita el misterio, en mí el Universo abre su esencia, que late y
resuena, que se abre y se cierra, que vibra y vibra hasta que todo es
creado y también bendecido.
Ana Lahak

La medicina tradicional no ha terminado de comprender toda la
historia, no conecta los puntos que ligan este descubrimiento
moderno con la larga historia de las religiones matriarcales y del
conocimiento ancestral de los poderes de renovación que vienen del
vientre femenino. Este poder biológico que por siglos se reconoció
como la Fuente de la Vida, la Fuente de la Juventud. Así comenzamos
a reconocer esos poderes ancestrales, esperemos que también empiece
a restaurarse el honor y el respeto que el útero y lo femenino se
merecen
Azra Bertrand

Las fases del ciclo menstrual son arquetipos que evidencian la danza de las hormonas que acontecen en el cuerpo. Que el cuerpo esté inundado por los estrógenos genera estados físicos, psíquicos y anímicos distinto a si es la progesterona la que está fluyendo por nuestras venas. En la ciclicidad vital/sexual, las mujeres somos cambiantes, las hormonas y la energía uterina afectan las expresiones intelectuales, sexuales, espirituales y creativas. Esta experiencia es posible si la farmacéutica no está interfiriendo en el flujo natural de las hormonas, normalizando y medicando el ciclo, como bien expresa este post de Facebook, que además, puntualiza en la responsabilidad de género en el tema de la no concepción:



Círculo de Mujeres, Sanación Matriz

8 h · 🌐

La verdad es que no hay un ciclo perfecto e igual, por más que al patriarcado le encantaría que seamos más ordenadas y lineales, no es real. Las pastillas nos meten esa linealidad y el costo es alto. Muy alto. En nuestro ciclo intervienen de forma directa las hormonas, las hormonas son reguladoras y generadoras de estados de humor, sensaciones, sentimientos, instinto. Todo este movimiento, que se vincula directamente con la existencia, lo ponemos en juego con los tratamientos hormonales. Y sumale los efectos colaterales que ya están más que comprobados...Será cuestión de empoderarse en los procesos, si una pareja no quiere bebés entonces es un trabajo de a dos. Eyacular a veces es el árbol que tapa el bosque. Tal vez si las mujeres dejamos de cargarnos solas la anticoncepción los varones comiencen a indagar más en su sexualidad.

Recorte de pantalla 48. Post de Facebook de la comunidad Círculo de Mujeres, Sanación Matriz. Junio, 2017.

Por su parte, las filosofías y las medicinas orientales explican los flujos de energía Yin - Yang en los ciclos. En el caso femenino, la menstruación y ovulación son los opuestos complementarios. El ciclo comienza en el día 1 de la menstruación, es el momento que la energía yang trasmuta a yin, con lo cual los siguientes días serán de cualidades yin⁵³⁹: serán momentos de descanso, reflexión e introspección mientras le damos tiempo al cuerpo y generamos energía para la siguiente transformación. Los últimos días de esta etapa empieza a cambiar, la energía yin se hace presente en el cuerpo. En el momento de la ovulación el yin se transforma en yang y a partir de entonces, nuestra energía será de cualidades yang: mayor vitalidad, ganas de hacer cosas y una tendencia hacia lo exterior (Thesz, 2013). Marcela Thesz (2013) explica que desde el día 1 de la menstruación al día de la ovulación, pasan arquetípicamente, 14 días de cualidad yin. En ese período menor también se da una trasmutación energética. Los primeros 7 días, los días en los que menstruamos, son yin y los 7 días restantes, hasta que ovulamos, son yang. Aquí la gráfica de estos ciclos:

⁵³⁹ Aunque la naturaleza yin es descendente y oscura, eso no signifique que carezca de potencial o de fuerza. “Aprovechar el máximo yin como elemento característico femenino es lo mejor que podemos hacer. Serán días de transformación, sanación y magia interna” (Thesz, 2013).

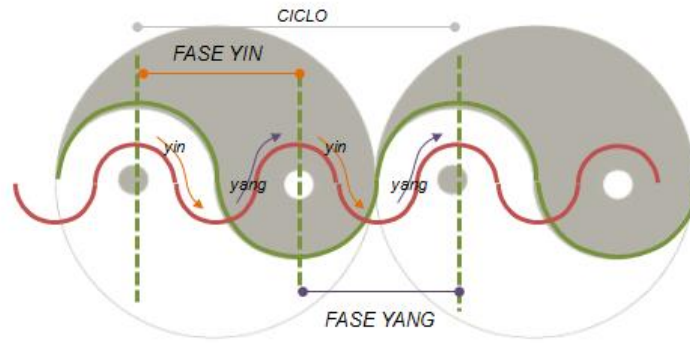


Ilustración 24. 1El segundo ciclo de energía femenina: dos ciclos menores (Thesz, 2013).

En este sentido, el ciclo completo está marcado por cuatro fases arquetípicas,⁵⁴⁰ arquetipos femeninos cíclicos que significan la totalidad del ciclo hormonal. Los arquetipos relacionados con cada fase del ciclo sexual/vital son referentes psíquicos y emocionales para las mujeres, inspiración y guía para una objetivación y encarnación del *self*. Carl Jung (2004) expone que los arquetipos son representaciones colectivas que designan contenidos psíquicos no elaborados conscientemente por el *self*. Y en este caso, han funcionado para reconocer, despertar y reivindicar los aspectos de lo femenino que están ausentes en las sociedades occidentales.⁵⁴¹

Diversas autoras (Esther Harding, 1988; Shuttle & Redgrove, 1988; Pope, 2001; Budapest, 2001; Northrup, 2006; Gray, 2010; Fuentes, 2010; Noble, 2010; Irusta, 2014) hablan de cómo aprovechar la potencia de cada fase del ciclo menstrual/lunar. Ellas han nombrado lo que ya en tribus cazadoras-recolectoras se ha venido haciendo desde la antigüedad: reconocer y seguir el flujo de la vida, que es el ciclo hormonal de las mujeres. El ciclo menstrual y los ciclos creativos, energéticos, perceptivos y psíquicos femeninos están influenciados por la ciclicidad de la naturaleza, el ciclo solar y de manera más evidente por el ciclo lunar. Las autoras proponen arquetipos para diferenciar las etapas de los ciclos naturales y femeninos; para entretrejer los planos biofísicos, hormonales, sensitivos, simbólicos, energéticos, psicoemocionales y cósmicos, sincronizadas con las cuatro fases lunares y las cuatro estaciones solares. A continuación presento una tabla ilustrativa que condensa las propuestas de diferentes autoras de las cuatro fases cíclicas y sus correspondencias:

⁵⁴⁰ En los conocimientos que las mujeres comparten hacen referencia a las cuatro posibilidades cíclicas: Erika Irusta las nombra como “Las cuatro mujeres que soy”. Sophía Style como “Las cuatro lunas mi”.

⁵⁴¹ Estados fértiles o infértiles, activos o inactivos de la totalidad del ser mujer que han sido estigmatizados e invisibilizados, por sobrevalorar el arquetipo de la madre-mujer.

	Menstruación	Pre-ovulación	Ovulación	Pre-Menstruación
Estación Fase Lunar	Invierno Luna Nueva	Primavera Luna Creciente	Verano Luna Llena	Otoño Luna Menguante
Hormonas	Estrógenos	Estrógenos	Progesterona	Progesterona
Emoción-acción	<u>Energía pasiva</u> Introspección Interiorizar	<u>Energía activa</u> Dinámica, Radiante, Confianza en sí Renovación Crecimiento Firme Ambiciosa Afronta desafíos de la vida mundana Cambio Encarar nuevos proyectos	<u>Energía activa</u> Criar Fortalecer Pierde interés por su propia persona Asume responsabilidades Nutrir proyectos	<u>Energía pasiva</u> Perspicacia Inspiración Facilidad para la palabra/escritura Transformación Descenso Retiro
Pisco-emocional	Transformación Mundo espiritual Intuitiva Interacción con sueños Percibe su configuración esencial Eleva su espiritualidad Sabiduría Entendimiento	Autonomía Intelecto Inspiración Concentración Alegría	Sustento Protectora Irradia amor Creatividad Madurez	Energías destructivas internas Conciencia de sus misterios Se percata de su magia Disminuye su concentración Intuición Locura Verdad
Social-sexual	Frena el ritmo vida exterior Energías e instintos primitivos	Entusiasma el mundo exterior Sociable Diversión Júbilo	Atrae a los demás Ayuda y apoya Experiencia de amor profundo Deseo de compartir	Intolerante a lo mundano
Arquetipo	Bruja-Anciana	Virgen-Doncella	Madre-Reina	Hechicera-Chamana
Apropiado	Dormir Pasear Mimarse	Planificar Emprender Pasar a la acción Deporte	Nutrir Relacionarse Desinhibirse	Marcar límites Destruir-crear Bajar el ritmo

Tabla 5. Ciclo sexual/vital y correlaciones. Elaboración propia con Referencias de Gray (2010), Irusta (2014), Northrup (2006).

En la red global circulan diversidad de diagramas de las tendencias de las mujeres en cuanto a las correlaciones lunares, menstruales, arquetípicas. A continuación, uno de estos diseños:

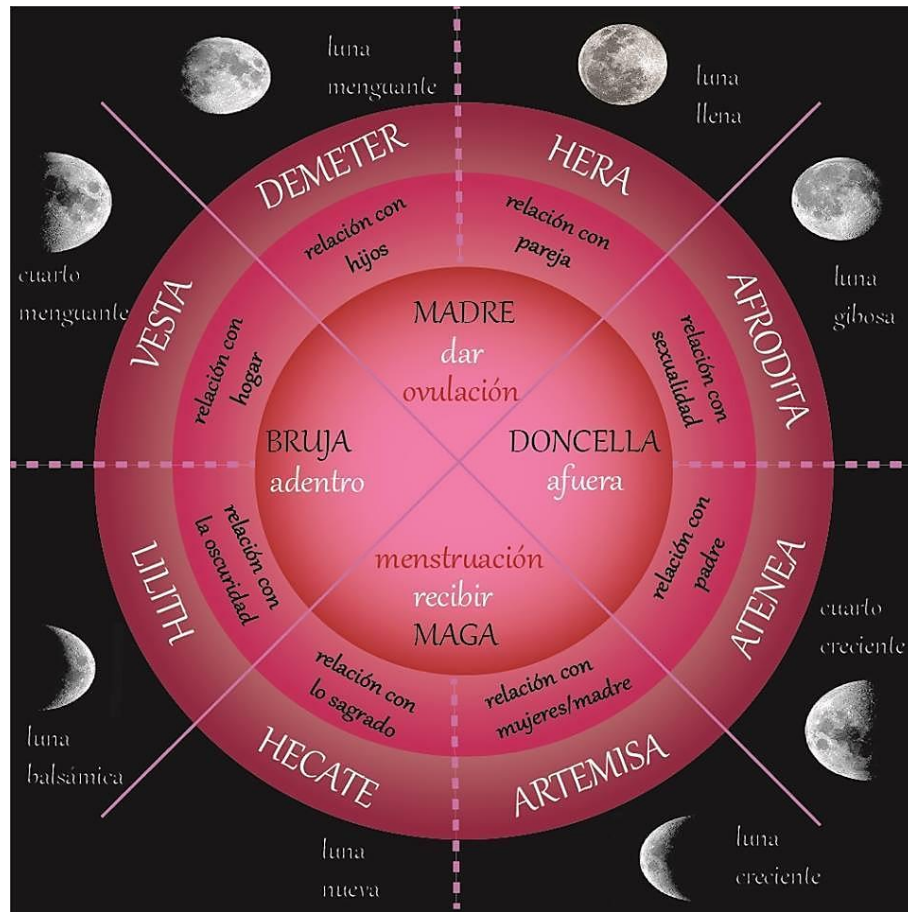


Ilustración 25. Mandala de correlaciones hormonales, arquetipos, prescripciones, Diosas y las fases lunares. Se desconoce autoría.

En este sentido, Areli Fraga sabe y ha sentido cómo los arquetipos y rituales le dan orden a su psique y a su vida, “los rituales y los arquetipos nos ayudan a recordar quiénes somos como mujeres, quienes hemos sido en la historia y para qué estamos aquí”. Los arquetipos son abstracciones y tipificaciones que “nos ayudan a conectar y darle sentido y orden a eso que existe dentro de nosotras y que viene acumulado a través de la historia de todas las vidas que hemos vivido”, los arquetipos son “fuerza” y conocimiento que guían “hacia dónde vamos como humanidad”, los arquetipos funcionan como “portales, puentes con una conexión histórica, divina y colectiva”, entonces se “accede a ese conocimiento, a esa magia, a esa medicina”.

Para Beatriz Andrade, el vivir los arquetipos femeninos conforme a cómo su ciclicidad transcurre, es una manera de ver cómo lo “arquetípico y espiritual se engarzan con lo de diario”, para ella, la comprensión de sí y de lo arquetípico es una manera de ser y situarse en el mundo, como si fuera una “danza” de movimiento, de fluctuaciones; ella así ha encarnado los arquetipos:

(...) hay veces que si tengo que ir a encarar alguna cosa y me doy cuenta que estoy en mi oscura, no dejo que el arquetipo me coma, sé que estoy en mi oscura; estoy con todo el poder del mundo, le tengo que bajar de decibeles porque puedo lastimar a alguien; o que si me voy exponer a algo muy emocional, estoy muy abierta, me auto protejo.⁵⁴²

Se busca que en el entendimiento arquetípico de las fases, el ser/estar fluya con las necesidades emocionales, pero también que se hagan las autorregulaciones necesarias para no ser “dominadas” por el arquetipo; es decir, que la sombra no se apodere de la persona.⁵⁴³ Se requiere hacer de los arquetipos “guías aliadas”, aunque éstos parezcan ser negativos socioculturalmente, como lo es la Hechicera o la Bruja., como Claudia Gómez comenta que el arquetipo de la Hechicera que ha sido “muy mal entendido, porque estamos irritables y es cuando nuestro ser está haciendo los cambios más importantes”, es el momento del ciclo en donde la energía transformadora y destructora, “nos lleva a un cambio interno y a través del sangre menstrual, se desahoga todo eso que hemos venido elaborando en el mes”.⁵⁴⁴ En este sentido, las mujeres llaman a reconocer que estas energías y simbolismos arquetípicos, ayudan a la reconfiguración y la objetivación del sí mismo.

6.1.2.1. Modos cíclicos de atención/acción

El saberse y vivirse como mujer cíclica es una manera de reconocer, utilizar y favorecerse de las capacidades y deseos que se tiene en cada fase, una manera de hacer cuerpo y existencia lo compartido en el colectivo, lo llamado “sabiduría femenina” que hormonal e intuitivamente se “asoma” al cuerpo y a la pisque y que conforman las maneras de estar en el mundo. Lizette Mercado tiene varios años llevando conscientemente su ciclicidad y ella ha encontrado sus propias tendencias cíclicas:

(...) mes con mes, ves que hay una constante, ciertos días no puedo ni pensar, ciertos días me siento más creativa, más introspectiva y empiezas a descubrir tu propio patrón;

⁵⁴² Entrevista con Beatriz Andrade. Enero 2014.

⁵⁴³ Recordemos que la sombra es aquello que permanece inconsciente, dormido; muchos de los aspectos que tenemos en la sombra como pueblo femenino, tiene que ver con aquello aniquilado, desacralizado y estigmatizado por la cultura patriarcal.

⁵⁴⁴ Entrevista con Claudia Gómez. Mayo 2014.

en mi caso empiezo a ver cuáles son los días para trabajar, para descansar, para escribir, dependiendo creo un patrón conductual y veo qué días me favorecen y también con la luna llena o nueva y a veces no necesito ver ni las hojas, nada más necesito ver la luna para entender cómo estoy. A mí me ha servido mucho para entenderme, para ser más gentil conmigo y dejar de juzgarme, entiendo que es temporal cuando me siento cansada y que en dos, tres días llega toda la energía y voy a poder trabajar, porque tengo toda la energía, toda la inspiración.⁵⁴⁵

Al tener el conocimiento de los arquetipos y desde la sensibilidad somática, emotiva, psíquica, las mujeres accionaron para fluir con éstos y con sus potencialidades, gestionando sus emociones, actividades, su tiempo, sus preferencias, sobre todo en la fase menstrual (como veremos más adelante), Claudia Gómez, comparten cómo viven y aprenden de sus ciclos:

Primeramente reconocer mi ciclicidad, es el primer paso, a través de la observación... de ahí de reconocerla aceptarla y respetarla, por ejemplo los días que tengo mucha energía hasta la forma de vestirme me divierte mucho... procuro esos días no hacer citas, estar en mi interior, si estoy más adentro son días propicios de escribir algo, cuando uno se conoce y tiene la fortuna de establecer sus actividades a partir de tus ciclos es maravilloso, tengo años haciéndolo y lo recomiendo muchísimo, es respetarte; cuando estoy más hacia afuera, hago mis citas. Es bien importante reconocernos, respetarnos y sobre todo utilizar nuestra energías, favorecernos de ellas, todas son favorables, cada parte del ciclo, cada una es diferente pero si sabes utilizar esa energía hasta la hechicera es una gran aliada.⁵⁴⁶

La encarnación de la ciclicidad dio sentido y sensación de bienestar, poder y plenitud en las mujeres. La vivencia de la ciclicidad permitió la experiencia de orden y flujo con las sensaciones, con las capacidades y las emotividades; las mujeres consiguieron reconocerse a sí mismas y encontrar una manera más fluida de estar en el mundo, como lo expresa Karina Fuentes:

Hubo un tiempo que por esa misma confusión de no saber quién era, de no saber que era cíclica, pensaba o creía que tenía que estandarizarme a lo que la sociedad me pedía y que no alcanzaba a cubrir esa necesidad, me sentía triste todo el tiempo. Y ahora he podido darme cuenta que inclusive sin que me cauce conflicto pongo límites, si algo no me gusta digo -no lo quiero hacer-, o si algo me atrae digo sí, lo voy a hacer-, me doy una libertad a mí misma que antes no me daba porque quería cumplir con expectativas del trabajo, de los jefes, de lo que yo creía que mi familia me pedía y se me había perdido de vista quién era yo.⁵⁴⁷

Para Karina, reconocerse como mujer cíclica le permitió un campo de libertad a las exigencias que limitaban su subjetividad. El objetivarse como una mujer cíclica le permitió

⁵⁴⁵ Entrevista con Lizette Mercado. Mayo, 2014.

⁵⁴⁶ Entrevista con Claudia Gómez. Mayo, 2014.

⁵⁴⁷ Entrevista con Karina Fuentes. Junio 2014.

agenciar sus recursos y habilidades para el dominio de sí. El imperativo de libertad, fue impuesto por ella misma, de acuerdo a su propio sistema de verdad. El autoconocimiento del ciclo, permite un espacio de libertad para la construcción de una misma en sentido holístico. La ciclicidad encarnada permite el conocimiento y la autogestión del emocionar y actuar de una manera consciente de sí, rechazando el discurso médico de que las mujeres “son presas de sus cuerpos y hormonas”. Areli Fraga, tiene cinco años llevando el entendimiento de sus ciclos, así narra sus sensibilidades cíclicas:

Sé que en cierto periodo de mi luna me siento de tal forma y entonces sé que estoy más sensible a ciertas cosas, entonces, me tengo más consideración -tranquila porque estás viviendo esto hormonalmente-, de esa forma vivo mis ciclos, desde la conciencia de reconocer mis pensamientos, mis emociones, mi influencia y las circunstancias en el ambiente y cómo eso se relaciona con mis ciclos internos, con mi menstruación; ya sé que cercano a mi luna me pongo más acá, y luego tengo otro periodo que estoy más fuerte y tengo ganas de hacer cosas, me tengo más paciencia a mí misma, me estoy sintiendo.⁵⁴⁸

Areli como muchas mujeres que son conscientes de la ciclicidad, ha encarnado los *modos somáticos de poner atención* a su cuerpo, ellas saben/sienten cómo están emocionalmente de acuerdo a su ciclicidad. También conocen cómo estarán con antelación y les permite activar sus *tecnologías del yo* en voluntad para el bienestar consigo mismas y con su contexto inmediato.

Las mujeres han encontrado una fuente de poder en el autoconocimiento cíclico, han encontrado una manera de usar sus propias capacidades para la vida, incluso en la sensibilidad cíclica, han encontrado estados alterados de consciencia que les permite tener revelaciones de sí mismas y de la vida. Como el caso de Georgina que al llevar sus diarios cíclicos y al ponerse “en sintonía” con sus habilidades hormonales-lunares, se activó dentro de sí la memoria corporal de sus visiones con mezcalina, logrando así un sentido de bienestar, empoderamiento y plenitud de sí misma y de su vida:

Si estoy ovulando me pongo creativa, porque aquí lo único que se va a fecundar es una gran intención y una gran idea, ponerme en esa sintonía y sentir unos *rush*⁵⁴⁹ de alguna ceremonia en mezcalina, sentir esas cosas bien fuertes pero no estaba la sustancia presente, sino está la memoria corporal, empiezo a sentir estas conexiones muy fuertes, empiezo a conectarme más y hacerlo más, a llevar mis diarios, ¡Llegó un momento en que me sentía yo... divina, bella, buena, amorosa, inteligente, poderosa... bien a gusto!,

⁵⁴⁸ Entrevista con Areli Fraga, Junio 2014

⁵⁴⁹ Término utilizado en el contexto del consumo de sustancias psicoactivas, que hace referencia a un tipo de evocación o recuerdo corporal sentido en estado alterado.

es cuando digo qué bendición que cada quien seamos como somos, en donde nos tocó estar, con el cuerpo que tenemos, qué bendición!⁵⁵⁰

Así, la ciclicidad ofrece una “modalidad de acción” que permite agenciamientos desde un perspectiva amplia; la vivencia del ciclo lunar/menstrual como “tecnología del yo”, como un modo de adquirir habilidades y actitudes que permiten la conciencia de sí y la autotransformación. La ciclicidad encarnada ofrece la posibilidad de la construcción del sujeto femenino desde sus propias capacidades y habilidades para potencializarse a sí misma en cada ciclo. Las mujeres están resignificando estados hormonales, fluidos, arquetipos, estados psíquicos/energéticos del cuerpo, para el empoderamiento propio y colectivo, modalidades en las que se están construyendo subjetividades, corporalidades y maneras de ser mujer.

6.1.2.2. Tiempo Espiral

El espiral simboliza el proceso de crecimiento y evolución. Representa el proceso de volver al mismo punto una y otra vez, pero en un nivel diferente, de este modo que todo se ve con una nueva luz.

Angeles Arrien

La característica del ciclo, lo que lo mueve, es la conjunción de elementos hormonales, simbólicos, energéticos y cósmicos, que siempre en flujo y sincronía, dan la oportunidad de “volver a empezar” y volver a tener la oportunidad de transformarse. La ciclicidad reflexiva permite trabajar intenciones u objetivos para llevar a cabo en cada ciclo, en cada periodo se conjugan y ponen en marcha las tecnologías del yo y las ritualidades cíclicas personal y colectivas para el cambio y la sanación. Así, el ciclo menstrual/lunar es una posibilidad de autotransformación, que a través de recursos hormonales/corporales, psicoemocionales, espirituales y colectivos⁵⁵¹ conforman una práctica ascética en términos de Foucault (1984). Para el autor, la ascética es “el ejercicio de sí sobre sí por el cual uno intenta elaborarse, transformarse y acceder a un determinado modo de ser”; para Foucault la ascética no tiene connotaciones de una actitud de renuncia o mortificación, sino es la actividad del cultivo de sí para transformar al sujeto en fuente de autosuficiencia y placer, en tanto sujetos, sujetos de acción y sujetos de conocimiento verdadero, “para alcanzar un objetivo espiritual definido” (2005: 388). Las mujeres

⁵⁵⁰ Entrevista con Goergina Navarro, Junio, 2014.

⁵⁵¹ Los recursos colectivos, es la oportunidad de ser parte de una comunidad de mujeres asumidas como cíclicas (comunidades virtuales, amigas, círculos de mujeres, hermanas, comadres, maestras, terapeutas).

que han encarnado la ciclicidad reflexiva, buscan hacer de su vida un camino congruente con los entendimientos que les proporciona la misma reflexividad. Para Andrea Ibarra la ciclicidad y la menstruación son un medio para hacer de su vida una obra: “Empecé hacer un diario, anotaba lo que soñaba cuando menstruaba y lo que dejaba ir, y empecé a ver la menstruación como un compromiso con mi cuerpo, ahí fue donde yo le encontré el poder principal, que es como un compromiso con tu cuerpo y contigo”.⁵⁵² Lizette Mercado encuentra la vivencia de la ciclicidad como un crecimiento en espiral que se conecta con lo espiritual de la vida:

La menstruación nos conecta con este espiral de la evolución que lo dicen muchas filosofías y culturas, cada año nos permite subir y crecer, entonces cada mes cuántos espirales no hemos subido, al ser conscientes y el hacer meditación. La introspección en cada ciclo nos permite crecer y crecer, por eso el ciclo menstrual es un ciclo “espiri-tual” que nos conecta con nuestra sabiduría y nos conecta con el espíritu y le pedimos al espíritu que nos muestre qué es lo que hay que limpiar, sanar, crecer, fortalecer, (...) hacer lo que necesitamos por limpiar y o través salir a la luz del día y empezar con este ciclo.⁵⁵³

Areli Fraga, vive su tiempo cíclico entretelado con ciclos mayores que le permite la autoobservación y la retrospectiva de cómo vive su vida:

Mi ritmo va lunar: con la luna de arriba, con la luna interna y con mis circunstancias, mi pareja, mis hijos, la situación de casa, y por otro lado, también vivo mis ciclos al año, mis 13 lunas al año y que estoy viviendo en el año y también en ciclos más grandes de 7 de 13, ya me voy observando hacia atrás y cómo voy creciendo y como un espiral hacia arriba, creciendo y todo se va mezclando porque todo es ciclo, todo lleva un ritmo en la vida, ciclos más grandes, ciclos más chicos y hasta la ciclicidad del día.⁵⁵⁴

Con el conocimiento de las fases del ciclo de la vida, las mujeres en círculo pudieron integrar la ciclicidad en varios aspectos de su vida. Edna Martínez comprendió y pudo entender los ciclos de sus relaciones, cómo empiezan, evolucionan y terminan, cualquier relación, cualquier proyecto y ella misma, comprendió que va renaciendo y muriendo.

6.1.2.3. Superficies, profundidades y trascendencias

El trabajo psico/emocional/corporal colectivo profundo con los arquetipos, ha permitido procesos de sanación en las mujeres. Varias mujeres que convocan a círculos en la ciudad, llevan

⁵⁵² Entrevista con Andrea Ibarra. Septiembre 2014.

⁵⁵³ Entrevista con Lizette Mercado. Mayo, 2014.

⁵⁵⁴ Entrevista con Areli Fraga. Junio, 2014.

a cabo el trabajo de profundizar en los contenidos de la sombra y los arquetipos, Claudia Gómez, comenta al respecto:

En el círculo trabajamos un proceso de dos o tres meses, nos reunimos cada semana, y creamos un trabajo profundo porque para llegar a ellos sí se necesita un trabajo previo, se necesita profundizar, reconocer muchas cosas y necesitamos quebrarnos y no siempre es fácil y rapidito, no siempre es fácil; y detrás de todo los arquetipos hay una gran fuerza, cada arquetipo tiene su sombra, son trabajos hermosos pero sí debemos de hacerlos con cuidado, entramos en procesos fuertes y hay que tener una persona acompañando para contener y ayudar al proceso, hay que reconocer a la sombra, porque nos han metido falsas creencias del bien y el mal y no, la sombra ahí está y está para hacer su servicio y para enseñarnos un montón de cosas.⁵⁵⁵

Para Edna Martínez, la asimilación y la encarnación de los arquetipos como la Cuatlicue, Pachamama, Guan Yin, Tara, se puede “encontrar la sanación, el amor a la Madre Tierra, el amor a la madre, cada una representa muchos regalos”. Edna me comparte que el trabajo que ella ha encarnado le ha permitido “acceder tanto a la información” que hay en su interno, su “maestra interna”, su “sanadora interna”, como para abrirse y respetar a cada mujer. Accionando también un mecanismo de autoobservación constante en equiparación con los arquetipos conocidos.

La comunidad de la cultura cíclica a nivel global, hace acompañamientos sororales entre mujeres que socializan la sangre menstrual y la vital importancia de encarnar la ciclicidad en todos los aspectos de la propia vida, experiencias que trascendieron el espacio doméstico. La comunidad de la cultura cíclica, tiene manifestaciones diversas, un ejemplo, hasta cierto punto mercantilista, son los proyectos de emprendedurismo -cíclico- femenino, en donde las mujeres comparten conocimiento, la formación y los casos de éxito para aplicar los conocimientos de la ciclicidad femenina como estrategias para emprender su proyecto económico de vida. Por ejemplo, Sophia Style y colaboradoras son creadoras de la comunidad “Mujer cíclica”⁵⁵⁶, y ofrece un curso de formación on line para emprender en femenino, acompaña a las mujeres por nueve semanas para emprender “conscientemente” su proyecto, enraizado en la pasión y los deseos de cada mujer. “trabajar en algo que tenga sentido”, “honrando los valores y sueños”, y que se convierta en una pequeña empresa de la que se pueda vivir. “Una de las intenciones de este curso es integrar y alinear a la mujer soñadora y visionaria con la mujer emprendedora y práctica.” Andrea Secchi, diseñadora de la web Mujer cíclica, hace acompañamiento a mujeres en sus proyectos online, desde la conciencia y conexión con la naturaleza cíclica, Andrea “ayuda a las

⁵⁵⁵ Entrevista con Claudia Gómez. Mayo, 2014.

⁵⁵⁶ Comunidad virtual presente en Facebook, página electrónica y blog. La antropóloga Sophia Style y su grupo de colaboradoras ofrecen herramientas, acompañamientos y formación presencial y en línea.

mujeres a cultivar la confianza, definir su identidad y encontrar su manera única de usar la comunicación”.

La terapeuta, escritora y mentora Carmen Paz en su “Escuela de Evolución Femenina” ofrece recursos, herramientas, acompañamiento y formación para “crecer profesionalmente como emprendedoras espiritualesTM”. Carmen Paz, desde una visión profundamente espiritual y conectada con la ciclicidad femenina y natural, guía a las mujeres para emprender y aprovechar las fuerzas y posibilidades cíclicas para “crear una práctica profesional próspera y alineadas como emprendedoras espirituales”. En la práctica del emprendedurismo femenino consciente, el conocimiento y la práctica va conformando las redes y las agencias entramadas.⁵⁵⁷ Las mujeres están materializando sus proyectos productivos y económicos, centrados en el cuerpo/ser femenino, en la espiritualidad y la ciclicidad.⁵⁵⁸

El reconocimiento de la ciclicidad dentro del contexto de la espiritualidad femenina es de vital importancia para la sanación de las mujeres, los hombres y nuestras relaciones. El entendimiento del cuerpo/ser a través de la ciclicidad es “reconectarse con el ser mujer”, “entonces cuando nos permitimos ser mujeres, al hombre les permitimos ser hombres y hay un equilibrio y un balance”.⁵⁵⁹ Así, el re-conocimiento de la sabiduría cíclica nos conecta y sana como humanidad en esta tierra, como lo expresa este post de Facebook que cita “La voz de las 13 Abuelas”.⁵⁶⁰

⁵⁵⁷ Los testimonios de éxito de mujeres que emprenden desde esta perspectiva, son mostrados como herramienta mercadológica, y son una muestra de cómo, en la diversidad femenina está emergiendo la autonomía en la esfera económica y de realización del ser de las mujeres. Dos años después de trabajo de campo, me encuentro con proyectos nuevos: La comunidad y el “Programa de formadoras de productividad cíclica”, por Lily Yuste (Coach de Inteligencia Emocional y Terapeuta Menstrual). “Femenino y Plural: diseño gráfico en femenino” de la Española Laura Martínez Hortal, quien comparte talleres de ciclicidad y edita la *Agenda Mujer*.

⁵⁵⁸ En el análisis de esta diversidad del compartir el conocimiento cíclico, los fenómenos relativos a la lógica mercantilista, como el caso del emprendedurismo y las certificaciones o iniciaciones por lucro, se puede navegar en la delgada línea de la ética y es cuestionable aquello que no sea feminista, decolonialista y anticapitalista.

⁵⁵⁹ Lizette Mercado, Círculo de la Bendición de útero, Centro Puerta al Corazón. Mayo, 2014.

⁵⁶⁰ Las Trece Abuelas, es un Consejo Internacional de las Trece Abuelas Indígenas, integrado por 13 mujeres indígenas de diferentes partes del mundo, que se declaran guardianas de la tierra compartiendo la sabiduría de su pueblo para los temas actuales como educación, familias, cultivo de la salud, la violencia, la guerra y la pobreza. Las abuelas saben que “sus ancestrales formas de oración, de conciliación y de sanación son de vital importancia hoy día, y que las enseñanzas de nuestros antepasados iluminará el camino hacia el futuro incierto” (Schaefer, 2008).



Escencias de Afrodita

"Las mujeres guardan en lo más profundo de cada célula de su ser el antiguo conocimiento del divino femenino, aseguran las abuelas. Como sus cuerpos están sujetos a los grandes ciclos de la luna y las estrellas, la sabiduría de las mujeres está conectada con los mismísimos cielos. Su sabiduría natural respecto a los ritmos del nacimiento, la vida y la muerte es mucho más amplia que la de cualquier hombre, y no debería estar nunca sujeta a ninguna religión ni a las leyes judiciales. Recordad, dicen las abuelas, que las mujeres hemos sido bendecidas. Somos infinitamente sabias, creadoras y hacedoras de vida, las portadoras de la semilla de los niños de la Tierra. Debemos ser fuertes y caminar con nuestro poder y nuestro conocimiento innato bajo la protección de los cuatro puntos cardinales. Con el mundo al borde de la destrucción, las mujeres deben despertar esta gran fuerza que poseen y devolverle al mundo la paz y la armonía. Cuando hombres y mujeres pongan en movimiento esta inmensa fuerza transformadora femenina de amor incondicional que llevan dentro, se producirá el cambio y una gran curación."

La Voz de Las Trece Abuelas. Carol Schaefer.

Recorte de pantalla 49. Post de Facebook de la Comunidad Esencias de Afrodita. Noviembre, 2013.

Así, el autoconocimiento cíclico menstrual/lunar permite llevar a cabo las prácticas y experiencias a través de las cuales las mujeres pueden operar sobre sí mismas las transformaciones que les permiten acceder a su verdad como espiritualidad, poder y sanación. Las mujeres llaman a reconocer que esta energía y simbolismo psíquico ayudan a la configuración, la objetivación y la encarnación del sí mismo, en congruencia con un proyecto enraizado en la corporalidad, la sincronía y las cosmovisiones ecofemeninas.

6.1.3. Brújulas, Diagramas, Mandalas

En los círculos de mujeres, así como en talleres, charlas y medios digitales, se comparten herramientas para el autoconocimiento en el registro del ciclo hormonal/lunar. El “mandala lunar” o “diagrama lunar” es un formato para documentar los cambios y las transformaciones del ciclo. Penelope Shuttle y Peter Redgrove de su libro *The Wise Wound* (1988), proponen el mandala menstrual, como un diagrama para hacer anotaciones o dibujos que signifiquen las experiencias y cambios en el ciclo. Según los autores el mandala lunar permite que la mujer se conecte con los significados entre la mitología y la realidad, entre los sueños y los estados conscientes. Miranda Gray en su libro *Luna Roja* (2010) retoma la idea de Shuttle y Redgrove y propone el diagrama lunar, que es el diseño de un círculo que se subdivide en los días del ciclo

menstrual y se señalan las fases de la luna (ver anexo 3). En cada subdivisión se hacen las anotaciones diarias: el nivel de energía, las emociones, la salud, la sexualidad, los sueños y manifestaciones externas o sociales.

Las mujeres que llevan a cabo el diagrama van encarnando las manifestaciones del ciclo llevándolo a su vida diaria, cíclica y en espiral. Las mujeres que encarnan estos entendimientos, hacen de la ciclicidad una manera de ser/estar en su cuerpo y en el mundo. A partir de su ciclicidad gestionan sus emociones, su comportamiento y en la medida de lo posible sus agendas laborales y familiares. Algunas mujeres prefieren ciertos colores o tipo de ropa, alimentos y actividades, según la fase del ciclo en la que se encuentran. Andrea Ibarra expresa la guía orientacional que ella escucha y siente, llevando a cabo sus deseos, necesidades y su bienestar:

Los diagramas nos ayudan hacer consciente la ciclicidad, nos ayuda mucho a ir caminando con orden, con tranquilidad y en mi cuerpo, la ciclicidad la disfruto mucho, me ha enseñado a disfrutar mi cuerpo; de un tiempo para acá, alimentarme en función, y a ejercitarme en función, me ha ayudado a ser más creativa, cómo quiero ejercitarme si quiero yoga, danza o sólo bajarme en dos estaciones [del tren ligero] antes y caminar; me ha ayudado a disfrutar la danza hormonal y esto me ha ayudado a acompañar a las mujeres que están alrededor de mí, y ver en sus cuerpo sus diferencias a las mías, también en ellas he aprendido mucho, ver cómo unas andan con mucha pila y otras andan bien sensibles.⁵⁶¹

Paulina Oviedo comparte que para poder comprender y descubrir las fluctuaciones del ciclo es necesario hacer el registro mínimo de 13 lunas, que es un giro completo, un ciclo mayor. La herramienta del autoconocimiento y del diagrama lunar, permite la autotransformación “en espiral”, como dice Andrea, Areli y Claudia en su experiencia de hacer diagramas y observar su ciclicidad por varios años.

En la ciudad de Guadalajara se compartieron talleres para enseñar el uso de los diagramas lunares,⁵⁶² también la información se compartió de manera informal entre las mujeres. Aquí la invitación a un taller de diagrama como parte de las actividades de la Carpa Lunar:

⁵⁶¹ Entrevista con Andrea Ibarra. Septiembre, 2014.

⁵⁶² En el taller de Erika Irusta “Autoconocimiento del ciclo menstrual” y en el de “Gynecología autogestiva” de Jimena Chalchi se le dio un espacio para enseñar el uso y la importancia del uso de los diagramas lunares.



Nadia Avila ▶ Carpa Roja en nuestro vecindario
Hace 23 horas

¿Vas a unirse al Taller de Diagrama Lunar? 😊 ¿Y de qué va este taller? 😊 Bueno, pues este momento de la carpa será dedicado a trabajar con una herramienta bellísima que nos conecta con la Luna y con nuestro cuerpo, nos da la oportunidad de autoconocernos y respetarnos según nuestra biología cíclica. 😊 Un diagrama lunar es un calendario cíclico que nos permite a las mujeres registrar aspectos físicos, emocionales y sociales conectados con nuestro ciclo hormonal y menstrual. ¡Ven y aprende cómo hacer tu propio diagrama! 😊

Actividad programada a las 11:15 am
Comparten Andrea Ibarra y Sabina Gonzalista ❤️ ❤️

Ya no me gusta · Comentar · Recibir notificaciones · Compartir

👍 A ti, Nadia Avila, Karina Flores Magon G, Isis Lenina Gallardo Garcia y 13 personas más les gusta esto.

Escribe un comentario...

Recorte de pantalla 50. Post de Facebook de la invitación al taller de diagrama lunar en la Carpa Roja del Refugio, Guadalajara, Febrero, 2014.

Así mismo, la marca LunaCup de copa menstrual regaló diagramas en la compra de una copa. Los diagramas fueron diseñados por Andrea Ibarra y se mandaron pedidos de mayoreo a varias ciudades del país.

Yeztli: Gyn-ecología activa
El lunes

Chicas!!! estamos bien contentas de ya tener en nuestras manos el Diagrama Lunar que ofrece Lunacup 😊 POr cada Lunacup que compren regalamos uno. Quien quiere un apoyo para registrar su ciclo?? ❤️

LunaCup
La decisión natural.

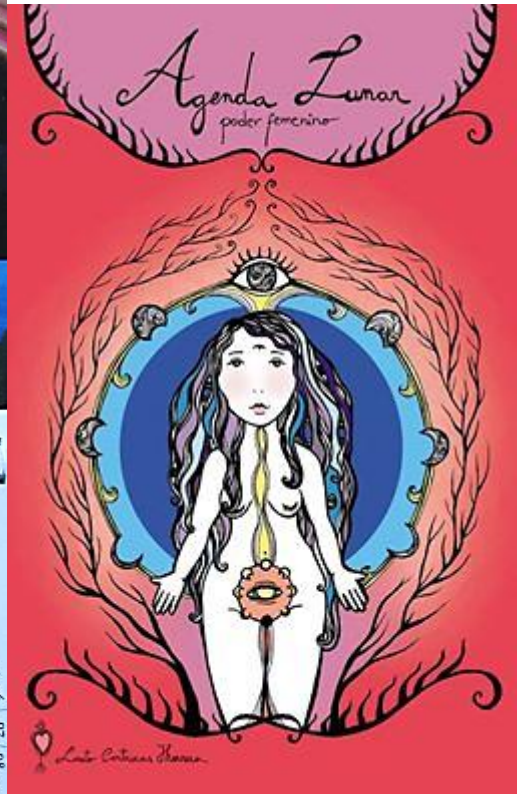
Recorte de pantalla 51.. Post de Lunacup. Marzo, 2014.

La práctica de los diagramas lunares, permitió reconocer el propio concepto de menstruación “regular-irregular”, las mujeres se sincronizaron armónicamente en sus manifestaciones cíclicas, cada mujer encontró sus propios parámetros armónicos. Las mujeres que encarnaron la ciclicidad, comentaron que habían armonizado sus ciclos, también debido a su asistencia a los círculos de mujeres, a los temazcales o con las ceremonias de plantas de poder. La armonía se reflejó en los diagramas del ritmo del ciclo, pero también en la sangre, en su color, textura y olor. Así conociendo la propia sincronía, fue (es) más fácil detectar cuándo hay un desbalance, en dónde se originó, si fue en el campo físico o emocional y accionar para recuperar el equilibrio. De esta forma el conocimiento encarnado de la ciclicidad permite acceder a modos de diagnóstico y sobre todo al restablecimiento del bienestar y la salud.

También, la práctica de los diagramas permitió reconocer el ciclo como “algo vivo” y que es sensible al todo holístico de la mujer; que la menstruación se puede adelantar o retrasar para llegar “como un regalo” en días especiales. Como en una ocasión le sucedió a Luz Herrera, que se le adelantó 7 días para llegar la mañana del día de su cumpleaños y ella dice: “me sentí súper afortunada porque fue de limpieza total”. A Edith Torres, le ha pasado como cuatro o cinco veces en su vida que “cuando está extremadamente alegre”, cuando tiene pareja nueva y se siente muy contenta, su menstruación llega cada 15 días, por cuatro meses.

“Conectarse con los ciclos femeninos” quiere decir reconocer la propia ciclicidad en conjunción con la luna; a las mujeres que ya no menstrúan se les hace la invitación a seguir sus flujos emocionales y energéticos por la influencia lunar. En las comunidades virtuales se anuncian las fases lunares, se distribuyen y circulan aplicaciones de teléfonos, calendarios y agendas lunares/menstruales para reconocer el estado de la luna y su influencia en el cuerpo/ser femenino.⁵⁶³ A continuación algunos ejemplos de estos productos que se ofrecen en la red de habla hispana:

⁵⁶³ Laura Martínez Hortal, edita en España la *Agenda Mujer* y la vende en línea. La artista y activista argentina Julia Larotonda (Juliario) edita una *Agenda Mujer* que vende en Brasil y por línea. Loreto Contreras de origen chileno edita *Agenda Menstrual*, para la edición de México, colaboró con la colectiva IxChel para imprimirla en México. El calendario <https://ginecologianatural.wordpress.com/2013/12/23/calendario-serpiente-circular-2014/>



Recorte de pantalla 52. Calendario Serpiente Lunar, 2014 editado en Chile. Agenda Lunar de Loreto Contreras, 2014 editada en Chile (en el 2017 se reimprimió en Guadalajara por la colectiva IxChel).

En este mismo contexto se difundió la práctica del uso de pulseras para identificar(se) en qué fase del ciclo se encontraban, Sanahí, creadora de una línea de pulseras en Chile, comparte su experiencia de usarlas:

Durante mi ciclo ocupo las pulseras del ciclo femenino que he creado con mucho amor, son más de 10 años llevando consiente-mente mi ciclo y noté que muchas dejamos de lado al marido durante el ciclo, algo así como es solo mío.... pero la sexualidad es compartida mis bellas, ellos hermosos hombres sirve que sepan en qué fase de tu ciclo estás... algunos se dan cuenta solitos, el cambio de estado se nota; la casa lo nota, la ropa cambia; por lo tanto para que se lleve con elegancia, y una feminidad bella, la pulsera rosa es para eso; cada vez que mi Marido me ve el cambio de pulsera algo en el también cambia, un caminar juntos se siente; a él le parece lindo; sirve como un medio de

comunicación con ellos; sólo el uso de la pulserita y bueno una tarde charlando con el también ayuda un montón; ellos son parte si están contigo;

Encontramos pues, que en la práctica del diagrama lunar y el (auto)conocimiento cíclico, las mujeres encarnaron sensibilidades y conciencia por las influencias hormonales, energéticas y simbólicas de cada fase arquetípica, de la luna y del útero/corazón/cerebro. Los *modos somáticos de atención* se centraron en las necesidades, los deseos, las intuiciones, la propia sabiduría en vínculo con la tierra, la luna y las demás mujeres.

Las fases del ciclo menstrual y del ciclo lunar son potentes fuerzas y posibilidades simbólicas, energéticas y vitales para fluir en sincronía con éstas, acudiendo a la propia sensibilidad/reflexividad.

6.2. Estados menstruales

Tengo la "enfermedad"
De las mujeres.
Mis hormonas
están alborotadas,
me siento parte
de la naturaleza.
Todos los meses
esta comunión
del alma
y el cuerpo;
este sentirse objeto
de leyes naturales
fuera de control;
el cerebro recogido
volviéndose vientre.
Gioconda Belli

Sanar nuestro ciclo menstrual es clave para nuestro auto desarrollo.
No importa cuánta terapia hagas, o cuántos libros leas, o cuántos talleres tomes, nunca vas a lograr vivir tu vida de la mejor manera posible si no trabajas en tu relación con tu ciclo menstrual primero.
Jo Macdonald

La industria de la higiene íntima ha invisibilizado la menstruación con imágenes y lemas que dicen que “en esos días no pasa nada”, que puedes hacer tus actividades sin parecer o mostrar que estás menstruando. Para muchas mujeres vivir sus días de menstruación como si no pasara nada es una exigencia corporal y psíquica que causa malestar y disgusto emocional. El desconocimiento y la desconexión de la experiencia consciente y somática del fluir de las

hormonas femeninas con las exigencias de la vida urbana lineal y productiva, generan estrés y malestar personal, social y familiar. La analista junguiana Clarissa Pinkola señala:

Mi experiencia en el análisis de las mujeres me lleva a pensar que buena parte de los trastornos premenstruales de las mujeres modernas no es sólo un síndrome físico sino también una consecuencia de su necesidad insatisfecha de dedicar el tiempo suficiente a revitalizarse y renovarse (Pinkola, 1998: 229).

El estado menstrual resignificado desde esta perspectiva, es entenderlo y vivirlo desde la fase del ciclo en donde se hace una pausa; la menstruación es la terminación de un ciclo y está dando lugar a un nuevo ciclo. La pausa es vital para volver a comenzar.

Las mujeres en círculo comparten que en el ciclo menstrual se alberga potencia y sabiduría; para acceder a ella, es necesario sintonizarse con la naturaleza cíclica arquetípica y celebrarla como fuente de poder femenino. La danza de las hormonas y con ella los flujos de creativities ofrecen estados -menstruales- para ahondar en el saber interior, profundo y trascendente. Las mujeres en círculo están encarnando este conocimiento en lo individual y lo colectivo, están viviendo sus estados menstruales desde la reflexividad encarnada holística,⁵⁶⁴ develando en colectivo experiencias íntimas y proponiendo maneras alternativas para saberse/vivirse en la ciclicidad femenina, vivencias ancladas en la espiritualidad del cuerpo/ser, del ciclo vida-muerte-vida, en interconexión con la Tierra y la Luna, ya que también, la luna satélite y los ciclos solares,⁵⁶⁵ se convierte en oportunidad y referente de transformación.

Las mujeres en círculo encontraron referentes en la colectividad del movimiento de espiritualidad y sanación femenina, para (re)conocer y revitalizar la ciclicidad, y poder vivir sus estados menstruales y su sangre, como aspectos profundos para el autoconocimiento. La vivencia encarnada de la ciclicidad y la pausa en la menstruación, parte del respeto por una misma, del respeto por el cuerpo y sus necesidades. Las mujeres resignificaron el estado menstruante y la sangre, cambiaron prácticas, adquirieron conocimientos y vivieron transformaciones.

⁵⁶⁴ Las maneras de ser y estar en el mundo que involucra intelecto, emoción y sensación, estado de (re)flexión transformadora de las subjetividades, las corporalidades, la conciencia y el sujeto “total”, en vínculo con el todo.

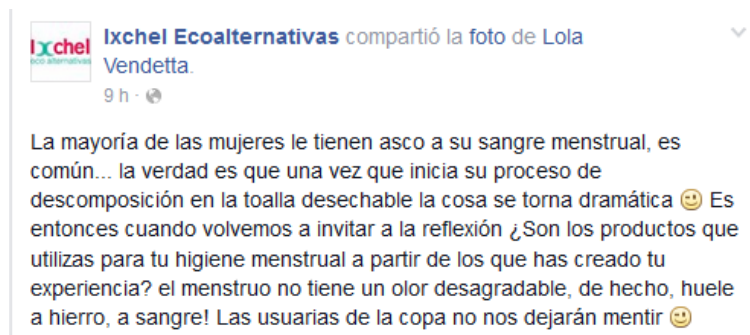
⁵⁶⁵ Equinoccios y solsticios.

6.2.1. “La sangre de vida no va en los basureros”

Mientras nuestra sangre esté en la basura nosotras las mujeres vamos a estar todavía desconectadas de nuestro poder; entonces, para empezar es vital que las mujeres tengamos nuestro altar, nuestro lugar en dónde poner nuestra sangre en la tierra y así va ir cambiando... el Útero Sagrado va a despertarse más, la conciencia va a despertar más, el poder de la mujer más, la intuición más, su propósito personal en la claridad y el bienestar, en la paz, en el equilibrio.
Paulina Oviedo

Usar ecoalternativas menstruales es el primer paso del proceso consciente y corporal de resignificar su sangre y la menstruación. Según Chris Bobel (2006) la conciencia crítica de los productos menstruales desechables ocurrió hasta mediados de los setentas. Cuando Delaney, Lupton, y Toth (1977) publicaron *The Curse: A Cultural History of Menstruation* y dedican un capítulo completo a la industria de la “protección sanitaria femenina”, cuestionando la biodegradabilidad de los productos desechables y desafiando la artificialidad de la publicidad. Hasta la fecha, en los anuncios comerciales, las marcas de los productos desechables han contribuido a relacionar la menstruación con periodos de suciedad, en donde no sólo hay que desechar el fluido, sino que ofrecen perfumes sintéticos, para “sentirnos cómodas y limpias” a costa de la salud.

En el ámbito de la espiritualidad y la salud femenina holística se difunden, cada vez más, alternativas ecológicas para contener la sangre menstrual, los discursos alertan sobre los productos químicos y sintéticos que contienen los productos desechables convencionales, se reflexiona en colectivo sobre cómo la industria de la “higiene” femenina estigmatiza la sangre y la menstruación. La conciencia de las alternativas menstruales, busca desmitificar y contemplar cómo los propios productos desechables hacen de la menstruación una experiencia desagradable, como lo dice este post de Facebook:



Recorte de pantalla 53. Post de Facebook de la comunidad IxChel. Febrero, 2016.

También se reflexiona y critica la contaminación del ambiente con los productos desechables y la toxicidad de sus componentes sintéticos y de sus procesos de fabricación (Scranton, 2013). La toma de conciencia del daño a la salud femenina y la contaminación con desechables es principio para optar por las alternativas menstruales. En la ciudad de Guadalajara, las promotoras de las ecoalternativas menstruales, en charlas formales e informales compartieron referencias y datos sobre la toxicidad de los desechables, para crear conciencia y promover sus productos. Aquí la invitación a una reunión y charla convocada por la colectiva IxChel en su labor de información, conciencia promoción de alternativas menstruales:



Recorte de pantalla 54. Invitación a Charla Copera. Enero, 2014.

El discurso que acompaña a las alternativas menstruales es el de salud y ecología. Diversas mujeres en la ciudad, a partir de usar las alternativas se convirtieron en promotoras, distribuidoras y activistas menstruales, algunas mujeres se han posicionado políticamente y cada vez más mujeres hacen de la menstruación y su gestión un tema de investigación y acción política:

(...) el silencio nos distancia de analizar el impacto ambiental de los productos desechables. Hay quienes piensan que ya es bastante desagradable hablar de menstruación como para ahora llevar el tema hacia los desechos que se generan por la forma en que elegimos gestionar nuestro período. Sin embargo, no podemos dejar de lado que los productos más utilizados por las mujeres a nivel mundial son muy contaminantes para el entorno y, en muchas ocasiones, están asociados a algunos problemas de salud femenina. Obviamente, si entramos en estos tópicos, la menstruación deja de ser un asunto íntimo, no porque no lo sea, sino porque el tema también va más

allá de nuestra experiencia vital y se convierte en un asunto de regulación y políticas públicas ambientales y sanitarias en donde nosotras tenemos derecho a estar informadas y a opinar.⁵⁶⁶

Las alternativas menstruales cada vez tienen mayor difusión y aceptación entre las mujeres de la ciudad y también, fuera de los círculos de espiritualidad femenina. Las alternativas para recolectar y gestionar la sangre menstrual que han proliferado son la copa,⁵⁶⁷ las esponjas marinas⁵⁶⁸ y las toallas de tela⁵⁶⁹ de algodón diseñadas y confeccionadas por las propias mujeres, o bien son compradas en tiendas de comercio local y ecológico.⁵⁷⁰ ToallaSana⁵⁷¹ es una marca tapatía que confecciona toallas de tela.

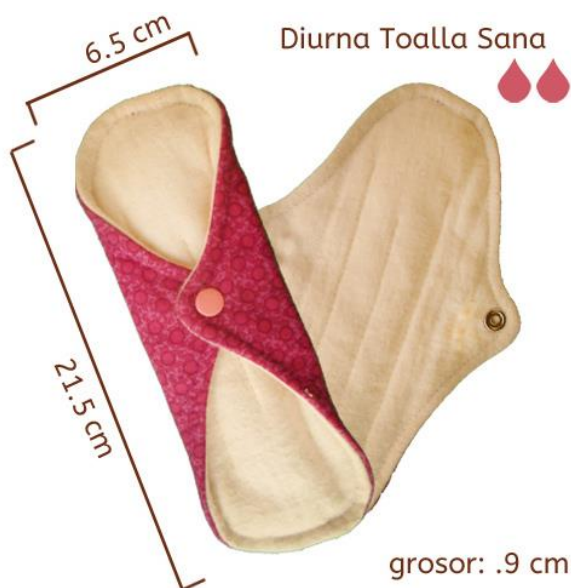


Ilustración 26. Toalla Sana

⁵⁶⁶ Marcela Morales. Post de Facebook de LunaCup. Agosto, 2014.

⁵⁶⁷ La copa menstrual es un dispositivo de silicón grado quirúrgico que se usa de manera intravaginal para recolectar la sangre menstrual. Actualmente existen gran variedad de marcas en el mercado internacional; inclusive se han encontrado muestras “piratas” hechas en China, sin las regulaciones ni certificaciones del proceso de fabricación, ni del material con que están fabricadas. La *Food and Drug Administration* (FDA) y recientemente la Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios (Cofepris) certifican que cumplan con normas de seguridad.

⁵⁶⁸ Las esponjas marinas se obtienen en cultivos de mar, algunos de ellos sustentables. Las esponjas marinas se introducen por el canal vaginal para la absorción de la sangre. Tienen múltiples ventajas, son ipoalergénicas y pueden recortarse o ponerse más de una cuando hay mucho flujo.

⁵⁶⁹ Las ecoalternativas más usadas por las mujeres de la ciudad son las toallas de tela y la copa menstrual, sin embargo también se ofrecen esponjas de mar y tampones tejidos de algodón orgánico.

⁵⁷⁰ El consumo de alternativas menstruales, también ha impulsado otras creatividades como tampones de algodón tejidos, bolsitas para la copa menstrual y jabones biológicos y artesanales para lavar copas y toallas.

⁵⁷¹ En el 2012 Cristina Aldana crea ToallaSana, ella colabora de manera cercana con la colectiva IxChel y con Nubia Rodríguez en su temazcal de mujeres. Cristina en su proceso espiritual, sentía la necesidad de no tirar su sangre, lo que la impulsa a crear su marca de toallas de tela.

Las mujeres mexicanas que conocieron la copa menstrual al principio de esta década fue debido a la influencia de mujeres extranjeras;⁵⁷² y es que en Europa y Estados Unidos el uso de la copa menstrual como una alternativa común, tiene más años que en México.⁵⁷³ En el 2015, LunaCup⁵⁷⁴ y Angelcup eran las marcas mexicanas, en el 2017 salió la copa tapatía: Luna MenstruArte.⁵⁷⁵ Las mujeres que distribuyen las ecoalternativas en Guadalajara son jóvenes, activistas menstruales que promueven y ofrecen las opciones para resignificar y vincularse con la sangre menstrual y el estado menstruante desde la naturaleza cíclica y lunar.

Las copas menstruales y las toallas de tela permiten la fácil recolección de la sangre, y así la vinculación directa con ésta; las mujeres pueden ver, tocar y reconocer su sangre, pueden saber cómo y de qué color es, a qué huele y qué cantidad de sangre fluye:

La primera vez que use la copa menstrual, me impresionó el color real de mi sangre, no desparramada entre líquidos azules y fibras sintéticas, sino ahí, toda concentrada en mi copita menstrual, brillante, espesa, llena de vida, lo que pudo haber sido el primer alimento de un bebé que no se fecundó; por primera vez, tuve un contacto directo con ella, me presenté ante algo tan mío y sentí que era el comienzo de un gran vínculo que estaba descubriendo.⁵⁷⁶

Así como este testimonio, algunas mujeres que usan la copa, comparten una emoción al ver su sangre contenida por primera vez. La reconocen como algo propio, valioso y la dejan de ver como un desecho Erika Irusta, pedagoga menstrual y activista española dice al respecto:

⁵⁷² En México, alrededor del 2010, empezó el tema de la copa menstrual y la menstruación en redes sociales, alrededor del 2015 tuvo un *boom*.

⁵⁷³ En la década de los setenta, el movimiento de autocuidado femenino recomendaba usar la copa menstrual por económica y saludable; sin embargo, el primer prototipo parecido a una copa lo diseñó un hombre de Chicago en 1867, una copa sostenida por un cinturón. La copa como se conoce ahora fue diseñada por Leona Chalmers en el año de 1937 y a finales de los cincuenta desarrollaron la primera copa patentada con el nombre de Tassette (*Museum of Menstruation and Women's Health*, [en línea] <http://www.mum.org/> consultado el 15 de mayo, 2015).

⁵⁷⁴ Jimena Chalchi es la creadora de la marca LunaCup, ella decidió ponerle ese nombre porque al hacer el estudio de marcado el 99% de las mujeres no relacionaban la luna y la menstruación, de ahí la iniciativa de empezar a vincularlas a través del nombre de la copa menstrual y a través de un proyecto educativo llamado *Yex̄tli* (sangre nueva) que se autofinancia de la empresa LunaCup.

⁵⁷⁵ La popularidad de la copa menstrual en México, abrió debate entre los legisladores. En el 2016 la Cofepris emitió una alerta sanitaria para recomendar no adquirir ni utilizar las copas menstruales, debido a que ninguna marca contaba con registro sanitario. La diputada Verónica Delgadillo, de Movimiento Ciudadano, dijo que la alerta de la Cofepris sólo causaba la “estigmatización” de productos alternativos, ya que estos cuentan con certificaciones sanitarias en sus países de origen como la FDA en Estados Unidos. También, la medida desató polémica, en torno al sesgo de intereses, al perseguir la venta de copas por supuestos daños a la salud femenina y permitir la venta de productos desechables con daños comprobados a la salud femenina. Aun así, la popularidad por el uso de la copa crece y las marcas mexicanas (Angel Cup y Luna Cup, avaladas por la FDA) están en trámites para el registro sanitario.

⁵⁷⁶ NL, Testimonio compartido en la página de *Facebook* IxChel Eco-Alternativas, mayo 2014.

Es increíble el cambio que viven las mujeres en sus vidas cuando conocen su ciclo, su historia, su potencia, su sangre. Conocer nuestra sangre nos remueve hasta la médula. A algunas nos conmovió tanto que desde entonces trabajamos para que todas las mujeres puedan acceder a esta re-apropiación del cuerpo de mujer. Muchas, yo entre ellas, descubrimos el valor de nuestra sangre a través de la copa menstrual.⁵⁷⁷

Una vez que las mujeres optan por iniciar el cambio de usar productos desechables a ecoalternativas; la mayoría de las mujeres con las que dialogué iniciaron cambiando primero a las toallas de tela, para después usar la copa menstrual. El uso de las toallas requiere de tocar y lavar la sangre, pero la copa menstrual requiere aún más técnica, además, de develar tabús del uso intravaginal del dispositivo. En México, como dicen algunas distribuidoras de LunaCup, se encuentran con tabús acerca de la virginidad. Jimena Chalchi reconoce que en México hay muchas resistencias para que las mujeres cambien a usar la copa, pero también reconoce que una vez que las mujeres escuchan los argumentos ecológicos, de la resignificación y los usos de la sangre, “algo queda impregnado en la conciencia” y empieza el proceso psíquico que cuestiona la cultura menstrual hegemónica. Claro, que también hay mujeres quienes no se sintieron cómodas con la copa y otras mujeres que, decididamente tienen una resistencia mayor, argumentando repugnancia por la sangre y censurando a las mujeres que ofrecen y usan la alternativa.

El uso de las alternativas menstruales provoca una transformación psíquica en las mujeres. Al tener contacto con la sangre la concepción de ésta cambia; como le sucedió a Karina Fuentes, que a partir de usar ecoalternativas dejó de ver a su sangre como un desecho y le empezó a ver como algo parte de sí misma, dejó de ser una molestia y lo vivió como un descubrimiento de sí. Edith Torres y Chandra Santiago, al relacionarse con su sangre, se reconocieron en ésta y en ese proceso se hicieron conscientes tanto de su sangre como de su cuerpo. La experiencia de Andrea Ibarra y Areli Fraga, fue que de manera intuitiva y antes de conocer las ecoalternativas, se negaban a tirar la sangre, usaron algodón o tela para remojar la sangre y ponerla en la tierra. Andrea sabía que la sangre contiene información genética y energética y si la tiraba se sentía triste con ella misma:

...me ponía muy triste no saber cómo recogerla, no era un hábito pero le pedía perdón verla en la toalla o cuando estaba en un lugar público y visualizaba un canal que se fuera directo a la mar, que se fuera que no se ensuciara, o que mejor limpia por donde pasara,

⁵⁷⁷ Irusta (2012) Por qué recoger nuestra sangre menstrual. [En línea] <http://www.elcaminoarubi.com/el-blog/117-porque-recoger-nuestra-sangre-menstrual/>

pero me causaba mucha incomodidad, sentir que se tiraba y se mezclaba con toda la basura que tiramos de manera inconsciente.⁵⁷⁸

Era tanto el deseo de Andrea de poder contener su sangre que soñó la copa antes de conocerla, la soñó como una copa de oro que contenía su sangre y la depositaba en un árbol, era un sueño recurrente en las noches de menstruación. Tiempo después se confeccionó sus propias toallas de tela y dos años después pudo comprar su copa menstrual.

Asimismo, como parte del cambio en las prácticas y experiencias menstruales, algunas mujeres que tiene ya algunos años usando las alternativas menstruales, como Edith, Andrea y Aurora Serrano comenzaron a experimentar el “sangrado libre”, es una técnica de autoconocimiento somático que permite tener la sensibilidad de los músculos del útero, del cérvix y del canal vaginal, para percibir y controlar la salida y el flujo de la sangre. También es una propuesta que circula en la red, con ideas controvertidas sobre mancharse de sangre, visibilizarla y sensibilizar el cuerpo. Edith después de haber usado la copa menstrual por años, en una ceremonia/ritual con semillas de Yopo, ella comprendió/sintió un “aprendizaje” al respecto y comparte su experiencia:

(...) la copa me hizo consciente de mi trabajo, sirvió para introducirme, pero [entendí] que es mejor no usarla, que la dejemos salir [la sangre], que [la copa] está obstruyendo esta energía que tiene que salir porque por eso están estos días. Yo ahora que no trabajo con una rutina de días y horarios, aquí en mi casa es más sencillo... siento ya cuando viene el goteo y tengo un vasito donde la voy juntando y ya estoy como haciendo esta comparación de dónde puedo apretar como para orinar o la otra parte del cuerpo donde sale la menstruación, apenas estoy sintiendo estas dos partes.⁵⁷⁹

El *modo somático de poner atención*, sobre el cuerpo, en este caso del útero, la vagina, del piso pélvico y la vulva, son socializados en el colectivo con el fin de sentir, contener y soltar la sangre. Las mujeres escuchan -o leen- de las experiencias de otras para sentirlo en su propia carne.

Ya tenía ganas de practicar la menstruación libre, y partir de que perdí la copa, dije ya es el tiempo y ahora estoy comenzando a escuchar mi útero, porque sí la practico, hay noches que sí me pongo la copa, pero ahora durante el día estoy sin mi copita y escuchando a mi útero, entendiéndolo. Es una energía que tiene que salir del cuerpo, está depurando, eso lo he sentido súper claro y sirve esta energía bastante como retroalimentación cíclica.⁵⁸⁰

⁵⁷⁸ Entrevista con Andrea Ibarra. Septiembre, 2014.

⁵⁷⁹ Entrevista con Edith Torres. Septiembre 2014.

⁵⁸⁰ Entrevista con Edith Torres. Septiembre 2014.

A partir de cuestionar la cultura menstrual hegemónica, las mujeres cambiaron sus prácticas de consumo para recurrir a ecoalternativas, estos fueron los procesos que las condujo a tener la experiencia directa con la sangre, resimbolizarla para evitar tirarla a la basura y darle algún uso ritual o medicinal. La sangre adquiere otro significado, deja de ser un desecho y se convierte en un fluido sagrado, un camino de autoconocimiento, ritualización y sanación.

6.2.2. Prácticas Menstruales y usos de la sangre

Quando una mujer se preocupa por sanar su historia menstrual transmite a sus hijas y a las hijas de sus hijas, una relación más positiva con la sexualidad, el útero y el cuerpo en general. Así se convierte en una mujer libre del patriarcado. Sanar la historia menstrual es recuperar la sabiduría de la mujer sagrada que vive dentro de cada una, retornando a una manera positiva de vivir el sangrado con nosotras, la/os hija/os y los hombres de nuestra vida.
Ximena Noemí Ávila Hernández

La cultura menstrual alternativa -holística-⁵⁸¹ propone y re-crea prácticas y experiencias asociadas al uso de la sangre y a las necesidades físicas, subjetivas y espirituales de las mujeres menstruantes, buscando tener experiencias que les permitan vivir con plenitud y bienestar su estado. En el movimiento de espiritualidad y salud femenina circulan diversidad de prácticas que las mujeres encarnan⁵⁸² para vivir su menstruación y beneficiarse con la sangre menstrual.

En la red global, las mujeres difunden prácticas que permiten usar la sangre y no desecharla; además de los usos rituales y terapéuticos, la sangre tiene diversas utilidades: la usan como fertilizante, como materia para hacer arte, para crear ungüentos, mascarillas para la cara y el cabello, también algunas mujeres la han usado como rubor y labial.

Las mujeres proponen “conectarse” con su cuerpo/útero para intuir/saber qué es lo que necesitan hacer y darse a sí mismas en los días de sangrado. Algunas mujeres durante su menstruación prefieren -en la medida que su contexto se lo permite- dedicarse al cuidado de sí (comer saludable, descansar, pintarse las uñas, depilarse), leer, escribir, tejer, estar en casa, también encuentran que es el momento propicio para limpiar su altar, cantar, meditar, danzar y rezar. Las mujeres deciden vestir de manera cómoda, algunas prefieren portar falda y usar fajas. Lizette Mercado expresa cómo vive y gestiona su vida cuando está en su ciclo menstrual:

⁵⁸¹ Cabe aclarar que hay diversidad en cultura menstrual alternativa, no todas son de tinte espiritual.

⁵⁸² Las mujeres encarnan las prácticas menstruales alternativas, en la medida que es el propio cuerpo y el impulso vital que las mueve, para llevarlas a cabo de manera cíclica.

En mis lunas me gusta vestirme muy femenina, algo que me haga sentir sexy, bonita, a veces me gusta escribir, si se empalma con una sesión de danza, es bailar como mi cuerpo me lo pide, es simplemente estar en contacto; por lo general no hay dolor, cuando hay dolor busco la manera de meditar, para saber qué es lo que me duele por dentro... si tengo una danza o una bendición, a veces nada qué hacer y toca estar en casa y sentir, escuchar, escribir... lo que la luna pida.⁵⁸³

Las mujeres en círculo, aquellas que han encarnado la ciclicidad llevándola al terreno de lo laboral y económico, aquellas que tiene la oportunidad de ajustar su agenda a su ciclicidad, les es posible vivir la experiencia de la menstruación “ideal”, que sería la capacidad y la posibilidad para darse “el tiempo para sí”, en términos de Joseph Leif (1992), es el tiempo para que cada cual organice sus actividades, según sus deseos, motivaciones, necesidades para la satisfacción y la expansión personal y para la transformación de uno(a) mismo(a). Vivir el estado menstruante desde el tiempo para sí, con la capacidad de “cuidarse” y “darse lo que se necesita”, permite experiencias de transformación, como veremos más adelante.

Las mujeres se dan a oportunidad de “estar completamente” en sí, es la conciencia somático/reflexiva de la existencia corporal. Rocío Shekinah expresa esta experiencia menstrual: “estoy viéndome todo el tiempo, sintiéndome todo el tiempo, atendiéndome, entonces me traigo como reina...” Las prácticas menstruales desde esta conciencia, desde este autoconocimiento, son prácticas del cuidado y la expresión de sí misma.

La expresión del *self*, el impulso creativo, es plasmado por las mujeres menstruantes. Ellas se inspiraron para hacer arte en los días de menstruación, cada mujer se ha dedicado a crear diversidad de obras, efímeras o perdurables, con sangre menstrual o con materiales artísticos, obras para socializar o para guardar en la intimidad. La experiencia creativa movió a las mujeres a la vivencia introspectiva y de creación que se viven cuando se hace arte. Las mujeres aprovecharon y se vieron sumergidas en sincronía con el estado bioquímico/psíquico/energético particular para crear.⁵⁸⁴ También, algunas mujeres menstruantes se dedicaron a escribir de sí mismas en sus diarios y anotaron sus sueños y sensibilidades.

Los actos de higiene, cuidado, descanso, autoconocimiento fueron reelaborados y vividos desde el ritual para el bienestar y la sanación. Rocío Shekinah, describe sus prácticas menstruales y cómo las vive:

⁵⁸³ Entrevista con Lizette Mercado. Mayo, 2014.

⁵⁸⁴ En este contexto se han popularizado las convocatorias de concursos y exhibiciones de arte menstrual.

El limpiar mi copa para empezarla usar es parte de mi ceremonia y mi ritual, toda mi luna es como una ceremonia porque por ejemplo, darme mi tiempo para estar relajada, aunque son minutos de ponerme la copita, el tener conciencia de mis músculos, estar relajada de introducirme la copa, el buscar el lugar adecuado para cambiarla, si uso las toallitas, el ponerme la toallita, ponerla en un recipiente con la luna, ya después lavo la toalla y estar cuidando el tener toallitas secas; todo eso es ceremonia, porque todo es cuidarme a mí, es darme lo que yo necesito y me hace muy feliz por muchas cosas, porque puedo vivir con mucha tranquilidad y con mucha felicidad mi luna y saber que son días de mucho poder personal, (...) yo creo que por eso me gusta tanto, porque me apapacho mucho y esos son mis rituales, esa es mi ceremonia, nuestra ceremonia y la tenemos ¡Cada luna, cada mes!⁵⁸⁵

Estas y otras prácticas fueron vividas desde la ritualidad íntima y personal y desde la experiencia menstrual significada y vivida como espacio liminal, como el no-tiempo para la transformación de sí misma. En este sentido, suceden dos fenómenos en *el cuerpo como campo existencial de la cultura* en la experiencia menstrual/ritual: el estado menstruante somáticamente reflexivo que crea la ritualidad y la ritualidad que encarna sensibilidades y simbolismos de la mujer menstruante. La menstruación es un campo privilegiado para retejer la trama de la vida/cultura humana, en donde las prácticas, concepciones y vivencias de la menstruación - consciente-, nos permite ver cómo la bioquímica hormonal, es acción y el reflejo de las cosmovisiones.

6.2.3. Experiencias menstruales: Reconectar con la Bruja, la Anciana

La Anciana ha cultivado el don del silencio, la escucha, y el desapego.
Sabe que en el vacío y en la muerte está la semilla de un renacimiento.
Es sabia y visionaria.

El Arquetipo de la Anciana está viva en nosotras cuando sabemos que no estamos separadas del mundo ni de lo divino... cuando sentimos claramente que el universo es más grande que nosotras... cuando viajamos más allá de la mente y sentimos el placer extático de ser cuerpo... plenamente presente... percibiendo todo lo que nos une...
sabiendo que siempre podemos volver a la fuente...
Sophia Style

Las resignificaciones en torno a la menstruación, tienen que ver con las creatividades que han emergido de las mujeres para usar y honrar a la sangre menstrual y el estado menstruante. Antiguas y contemporáneas concepciones y prácticas están siendo encarnadas por las mujeres.

⁵⁸⁵ Entrevista con Rocío Shekinah. Junio, 2014.

Como hemos visto, la educación patriarcal invisibiliza la menstruación y estigmatiza el estado menstruante; desde el movimiento de espiritualidad y salud holística femenina, las mujeres están resignificando la capacidad de menstruar en bienestar y conciencia plena, en este contexto se le llama “menstruación consciente” a este estado. Como un proceso, las mujeres van asimilando y resonando con la información, van adaptando prácticas discursivas en torno a la menstruación para transformar poco a poco sus concepciones, experiencias, sensibilidades y prácticas. Chandra Santiago y Claudia Gómez, así expresan su proceso:

Antes no aceptaba para nada la menstruación, era como que ¡hay no! la primera vez que me llegó, lloré tanto, tanto, era mi negación que la suprimí, no me bajó en un año porque no quería, ya después regresó, dije -bueno está bien-, la acepté pero pues siempre he tenido un flujo moderado, no ha habido tanto dolor, si ha habido dolores pero tal vez son por las mismas emociones que una se genera. Entonces ahora, todo es más fluido, más tierno; antes me tumbaba, estaba en mi luna y no podía ni caminar, quería estar acostaba, y ahora no, es tal vez un día el que yo reposo, pero por gusto y por escuchar mi cuerpo, que porque me tumbó la luna, es un día que yo lo reposo y lo vivo porque estoy con esa energía que también me gusta mucho.⁵⁸⁶

Antes de reconocer o decir -son mis días y los siento míos-, cuando no los sentía míos, era un tiempo que yo estaba muy alterada, casi todo el tiempo y desde que empecé a reconocer los ciclos, ahora puedo decir que tengo ciclos que me doy cuenta que quiero estar más tranquila, que no quiero hacer ejercicio físico y no tanto que me retraiga, sino que quiero estar en contacto con alguna amiga, varía.⁵⁸⁷

Así como Chandra y Claudia, las mujeres de la espiritualidad femenina transformaron su experiencia menstruante. El requisito para estas transformaciones fue la “atención plena” del estado menstruante, en este estado las mujeres accedieron a sensibilidades y reflexiones. En el contexto de la espiritualidad y salud femenina, se hace el llamado para vivir el estado menstruante desde la soberanía del tiempo para sí, para la conciencia plena, el bienestar y la autoactualización. El siguiente post de Facebook habla al respecto:

⁵⁸⁶ Entrevista con Chandra Santiago. Agosto, 2014.

⁵⁸⁷ Entrevista con Claudia



La Carpa Roja

"Menstruar requiere atención. En esta sociedad exprés parece que la atención es una carga. Sin atención nada puede ser desarrollado en su máximo esplendor. Practicar la pasividad activa, que no es no hacer nada sino dejar que la nada opere en nosotras, es lo que se practica en la meditación. Como bien dice Miranda Gray, en esta fase nosotras estamos meditando sin necesidad de sentarnos a ello. Son esos días en los que nuestra atención se agudiza, junto con la intuición. Dar espacio a este no-hacer nos permite desarrollarnos nosotras y desarrollar nuestros proyectos de vida en toda su grandeza."

Texto: Erika Irusta, **Camino Rubí**.

Imagen: Rouss Baltrons



Recorte de pantalla 55. Post de Facebook de la Comunidad Michoacana Carpa Roja (ahora Vulva Sapiens). Abril, 2014.

Los entendimientos de la no-separación entre hormonas, psiquismo, emoción y comportamiento del ciclo sexual/vital de las mujeres, es clave para entender (y vivir) la experiencia -posible- de la menstruación. En los círculos de mujeres se dan claves para que las mujeres tomen conciencia y se sensibilicen a las potencialidades de su cuerpo menstruante. Las mujeres que vivieron su menstruación en estado de “pasividad activa”, “atención plena” o desde la “reflexividad corporizada”, fueron conscientes y se sintieron “conectadas” a sus procesos intuitivos y corporales -y no obedeciendo las expectativas sociales-. Las mujeres vivieron su estado menstrual como un estado de conciencia introspectiva e intuitiva; desde este estado pudieron acceder a los dones de la experiencia menstrual consciente.

En este sentido y desde la reflexividad encarnada, las mujeres expresaron que los primeros días de la menstruación necesitaban “estar consigo mismas”, “no hacer mucho”, “estar tranquilas”, también se comparte la sensación corporal de una “presión que jala hacia abajo”. Así mismo, las mujeres expresaron que cuando se dedicaban a contemplar su sangre, vivieron estados de “conexión con información interna profunda”, que percibieron de manera intuitiva. La contemplación de la sangre produjo estados alterados de conciencia, que algunas de ellas compararon con los efectos de sustancias o respiraciones psicoactivas.

La analista junguiana Clarissa Pinkola describe el estado menstruante como un momento en donde se puede acceder al saber profundo:

(...) en estos días [menstruantes] una mujer vive mucho más cerca de su propio conocimiento que de costumbre; el espesor de la membrana que separa la mente inconsciente de la consciente se reduce considerablemente. Los sentimientos, los recuerdos, las sensaciones que normalmente están bloqueados penetran en la conciencia sin ninguna dificultad. Si una mujer se adentra en la soledad en este período, tiene más material para examinar (Pinkola, 1998: 220).

6.2.3.1. Iniciación, reconocer, sentir

La experiencia del estado menstruante en conciencia plena, apela un tema de iniciación simbólica. Según esta perspectiva, la iniciación permite a la mujer percibir niveles de realidad/vida que van más allá de lo visible; ahora las mujeres se vinculan con las energías de la vida-muerte y encuentra la sacralidad de la Tierra y dentro de sí. Las mujeres en círculo de manera implícita o explícita⁵⁸⁸ hacen iniciaciones⁵⁸⁹ en este sentido, aprendizajes de la sangre y de encarnar las capacidades y sensibilidades de reconocer los aspectos invisibles y espirituales de la existencia -menstrual-.

La iniciación en la menstruación como experiencia de autoconocimiento y autotranscendencia, trae consigo la vivencia de los arquetipos y del contacto con la sombra en el sentido junguiano, la sombra como los aspectos ocultos del inconscientes del sí mismo; Paw Orozco como muchas otras mujeres de la espiritualidad femenina, vive su menstruación en este entendimiento, en donde el sangrado “recuerda esta sombra que nos han acostumbrado a echarla atrás y no verla, pero está llena, así como de cosas dolorosas que podemos soltar, de cosas maravillosas que podemos utilizar para realizarnos”.⁵⁹⁰

⁵⁸⁸ Las iniciaciones explícitas son actos simbólicos y rituales para iniciar a las mujeres en este camino del conocimiento del ciclo y los poderes de amar la sangre. Algunos rituales colectivos de los círculos de mujeres, se hacen con la intención explícita de “iniciar” a las niñas cuando llega o se aproxima su menarquia, o a mujeres adultas que desean tener un tipo de ritual iniciático de “bienvenida de la sangre”.

⁵⁸⁹ Las iniciaciones en las culturas tribales se enfocan en dar-recibir una identidad social por la elaboración de un ritual; en este caso, las iniciaciones implícitas se refieren más a la adopción de una identidad yoica y al reconocimiento interno de una capacidad/sensibilidad intuitiva y sutil.

⁵⁹⁰ Entrevista con Paw Orozco. Junio 2014

El arquetipo de la Anciana o la Bruja de la etapa menstrual, simbolizan este estado introspectivo y el contacto con lo más profundo de sí, con el lugar de las visiones creativas. Miranda Gray, explica las representaciones del arquetipo en su símil con el estado menstruante:

La fase de la Bruja es una etapa de introspección, el momento de alejarse de lo mundano, dormir y soñar, expresar la magia con delicadeza y frenar el ritmo de la vida; es la oportunidad de buscar solución a los problemas y de aprender a aceptar el pasado y la incertidumbre del futuro. En esta fase la mujer se abre a las energías y los instintos más primitivos, y su sexualidad ahora le permite elevar su espiritualidad en vez de conducir sus energías hacia el mundo físico (Gray, 2002:168).

Desde esta perspectiva, el llamado síndrome premenstrual y el malestar en la menstruación no es en sí mismos negativos, sino que las mujeres “están más en contacto consigo mismas”, (como una tendencia, ya que se reconoce la pluralidad de experiencias y factores para estar -o no- en ese estado introspectivo), Rocío Shekinah así lo describe:

Como estás en contacto contigo, es más fácil que sientas el enojo, la tristeza, la alegría, las cosas que están ahí; no es que estás exagerando, en otra etapa del ciclo no escuchas tanto a tu corazón, más bien es cómo tienes más contacto con eso, pero no es invento ni cuento, y hay que honrar si estás enojada, triste o si tienes algún miedo, hay que hacer contacto con eso y ver de dónde viene para entonces poderlo trabajar, trascender y sanar.⁵⁹¹

Las mujeres viven la experiencia de la reflexividad encarnada del estado menstruante, como un espacio-tiempo liminal; en donde ellas pueden y desean aislarse de la cotidianidad, del tiempo lineal, para poder experimentar los estados psíquicos/espirituales que vienen con las hormonas, y así poder “actualizarse” holísticamente. Lizette Mercado, así lo describe:

Nuestro periodo nos da la fuerza para decir -ya no quiero dedicarme a esto, voy a dejar este trabajo, voy a dejar esta relación-, nos da fuerza para darle corte a algo (...) ya no es -ando en mis días, no me hagan caso-, sino de decir -sé que ahorita necesito hacer mi trabajo de introspección, me voy a quedar tranquila en casa y voy a dejarme sentir nada más- y si quiero llorar, lloro porque mi ciclo sabe que necesito soltar y no es que soy histérica o neurótica, no, es que mi cuerpo me está pidiendo que lllore porque traigo algo que necesito soltar y mi luna me está dando esta fuerza para sanar, entonces me dejo fluir... sí me siento con ganas de bailar, bailo.⁵⁹²

⁵⁹¹ Entrevista con Rocío Shekinah. Junio, 2014.

⁵⁹² Lizette Mercado, Círculo de la Bendición de útero, Centro Puerta al Corazón. Mayo, 2014.

6.2.3.2. Soltar y transformarse

El comportamiento del útero, como vimos, es un reflejo del ser y estar de la mujer, así la menstruación es el momento en dónde *habla* el útero y la sangre. La menstruación es la salida de la sangre y el endometrio que no alimentará a ninguna nueva vida humana. La menstruación, arquetípicamente relacionada con la muerte, tiene la fuerza para ayudar a cortar, a soltar, a dejar ir. En la reflexión y la introspección de la fase premenstrual y menstrual se reconoce y se toma conciencia sobre lo que ya no es adecuado para la vida de la mujer; Jessica Álvarez, así narra el proceso de sensibilizarse y darse cuenta: “empiezas a trabajar desde ti, empiezas a reconocer qué cosas te gustan o qué cosas no te gustan, todas estas cosas que no te percatas en otros momentos.” La menstruación es el momento adecuado para “soltar” o “dejar ir” estas cuestiones psíquicas, emocionales, hábitos y hasta relaciones y labores que son perjudiciales e insanas.

Las mujeres interpretaron y afrontaron los cólicos y el malestar como una resistencia a soltar, el dolor es motivo para la reflexión de sí misma y para reconocer lo que ya no es sano en su vida y con sus relaciones. También es el reflejo de lo vivido en el ciclo, los apegos, disgustos y aflicciones que se tuvieron. Jessica Álvarez así interpreta sus cólicos, logrando una progresiva sanación de éstos:

Yo puedo darme cuenta si traigo apegos, no llega la sangre tan fácil, sino primero traigo unos cólicos porque estoy agarrada de algo; pero es bien consciente y digo, mira cómo esta luna estuve batallando con esto que no podía soltar y se me manifestó hasta aquí, en esta ofrenda de que no quiere bajar y traigo un dolorón... como diciendo suelta.⁵⁹³

Paw Orozco hace una lista de los “miedos” y “preocupaciones” que quiere liberar durante su menstruación, y expresa que la intensidad de la vivencia menstrual acompañada de inflamación, tiene que ver con la complejidad o importancia de aquello de lo que se quiere desapegar:

lo vivo desde ahí -que rico, ya voy a menstruar, voy a poder soltar los miedos, las preocupaciones de este periodo-, a veces hago una hojita y escribo todo lo que quiero soltar con esta menstruación, si son cosa muy fuertes lo vivo muy fuerte, siento mucha inflamación y cada mes lo aprovecho como una oportunidad de renovarme, eso es lo que yo hago y yo sé que cada mujer hace diferentes cosas maravillosos y rituales maravillosos como mujeres hay en el mundo, lo importante es estar conectada y vibrar lo que cada ciclo también te trae.⁵⁹⁴

⁵⁹³ Entrevista con Jessica Álvarez. Junio 2014

⁵⁹⁴ Entrevista con Paw Orozco. Junio, 2014.

Así también Rocío Shekinah, observa su sangre y ve si hay descamaciones o coágulos que tiene que ver con “un tema emocional muy fuerte” y que se está “depurando”. Luz Herrera acostumbra ir a los temazcales en San Pancho, sobre todo los últimos días de su menstruación con el objetivo de que “salga todo lo que tiene que salir”.

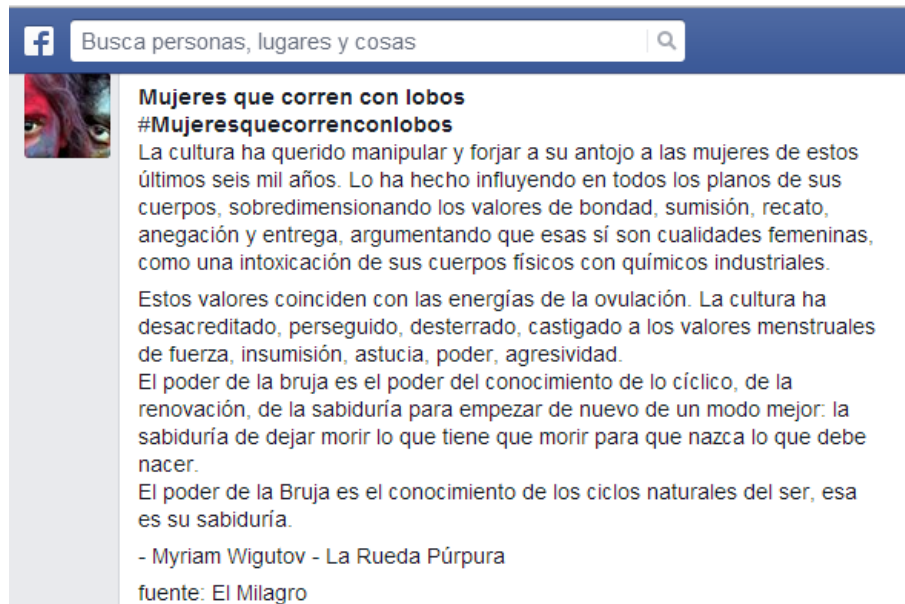
Las mujeres que viven la sensibilidad menstrual de manera total, comprenden que todo aquello que se manifieste son mensajes profundos para su vida. Así, el llanto o la tristeza es aceptada y manifiesta, algunas mujeres no la cuestionan, simplemente la viven, comprendiendo que la danza de las hormonas está fluyendo y por lo tanto, se tienen autoconsideración. Rocío Shekinah que es terapeuta Gestalt, describe cómo poder acceder al autoconocimiento y la sanación, a la “medicina” de la menstruación:

Para lograr la conexión, lo ideal es estar sola para que entonces puedas fluir con lo que surja, ese es uno de los puntos clave; fluir contigo misma y con lo que surge de ti y entonces es mucho más fácil durante la luna [menstruación] porque ya hay esa tendencia que se expresa en las emociones, y si tú te permites fluir, pero fluir es rendirte completamente a ti y a cómo estas, no es sólo me agüite y llore y no sé por qué... va más allá, es rendirte y dejar que surjan cosas que te van llevando a estados muy elevados de conciencia y si estás en ese trabajo y pides ayuda a tu mundo espiritual, a tu diosa interna, entonces entras en una ceremonia, como si hubieras tomado Abuelita [ayahuasca], o alguna medicina que te abra la conciencia, ¡Eso hace! Pero hay que permitirse fluir, sin juicios, es como ir practicando el no juzgarse, no regañarse (...) y vas empezando a ver la luz, y empiezas a ver las lecciones y la medicina que había en eso, vas viendo tu responsabilidad en esa situación, cómo es que tú creaste esa situación, qué puedes hacer a partir de ahí, qué sigue, vas cerrando y cierras tu ceremonia, y entras en ese no-tiempo. Por eso es mejor darse el tiempo y que no haya interrupciones, esos son de los regalos más hermosos que una mujer se puede dar, de los más maravillosos; aunque sea un fin de semana y entrégate a ti misma y con ese poder y esa magia de tu luna es como una visión, y como una visión ponle una intención y si no tienes una intención ¡*oh matacuyatzin!* ¡Por todas mis relaciones! ¡Enséñame lunita qué necesito aprender y empieza a trabajar!⁵⁹⁵

Claudia Gómez, comprende cómo la sangre menstrual nos ayuda a fluir ante la vida, y es una oportunidad de transformación y empoderamiento, ellas así explica la liberación emocional con el flujo de la sangre: “Es una bendición, esa sangre nos ayuda a liberarnos en nuestra parte psíquica... en la menstruación es cuando nuestro ser está haciendo los cambios más importantes, reconocer toda esa rabia que no hemos sacado en el mes”. En este sentido, la Bruja arquetípica, así como el estado pre y menstrual, es y ha sido rechazado, estigmatizado y subestimado por la

⁵⁹⁵ Entrevista con Rocío Shekinah. Junio 2014.

cultura patriarcal, el siguiente post de Facebook dimensiona la carga simbólica de encarnar el arquetipo de la Bruja rechazado culturalmente y la importancia para la individuación femenina:



Recorte de pantalla 56. Post de Facebook de la comunidad Mujeres que corren con los lobos. Septiembre, 2013.

De esta forma, la iniciación para encarnar las sensibilidades del estado menstruante, así como los poderes arquetípicos de la Bruja y la Anciana, fueron maneras de encontrar sentido y poder para la transformación de sí mismas. La menstruación fue momento preciso para recrearse.

6.2.3.3. Dones y poderes

La vivencia de la menstruación en bienestar puede ser una experiencia de completud, una experiencia espiritual, como lo explica Alexandra Pope (2002), investigadora y escritora inglesa:

La menstruación es un momento iniciático. Las mujeres potencialmente pueden abrirse en un estado alterado altamente cargado, dándoles acceso a un tipo singular de poder - el poder de la intuición, conocimiento, conciencia de sí misma, sentimiento profundo. Un poder que madura con el tiempo en cada ciclo.

Chandra Santiago reconoce que antes de encarnar estas sensibilidades, se sentía con la “energía más baja”, ahora con este conocimiento se siente “más despierta, más intuitiva y energizada”, y permitiéndose el tiempo, el espacio y el ritual para sentirse, entonces, le llega la

inspiración para realizar su obra artística, también recibe respuestas para solucionar situaciones y llevar a cabo su vida. Así mismo ella reconoce un estado psíquico/corporal durante los días de menstruación, que así describe:

Me siento intuitiva y con una conexión especial, no es como que todo el mes esté súper conectada con las estrellas y así, pero en esos días aparte de que estoy sintiendo y no estoy pensando, siento como si hubiera un canal en mi cabeza, donde es como un silencio, una paz, pero es como un canal energético donde hay un diálogo con el cielo, las estrellas; como que está la Tierra aquí en tu vientre, está la sangre, pero arriba del ombligo está lo celestial. En ese momento de la luna, tú estás en esos dos planos, tanto tus piernas y tu vientre en la Tierra, esa conexión con la Madre, pero tu cabeza y tus pensamientos, tu psique está con las constelaciones... algo así me siento.⁵⁹⁶

El estado menstruante para Chandra y para otras mujeres que han encarnado estas sensibilidades, las vincula con la tierra y con la luna, pero también las encarna *más* en sí mismas, viviendo una ampliación de su cuerpo/*self*.

Vivir la experiencia de la menstruación desde las concepciones profundas de la psique femenina y el cambio o la transformación que éstas traen a la vida de las mujeres, permitió una vivencia en bienestar holístico del estado menstruante; Paulina Oviedo, que tiene varios años trabajando con sus propios ciclos lunares/menstruales expresa al respecto:

Espiritualmente te cambia toda tu vida, te cambia toda la percepción de tu vida, el tener un trabajo con la luna [menstruación] genera un espacio de intuición bien grande porque ya de por sí cuando la luna llega, llegan sueños, llegan poderes, que no tenemos normalmente. Si nosotras pudiéramos tener conciencia clara de todo esto, el cambio de la mujer fuera increíble porque ahorita hacemos uso de ese poder sin conciencia entonces machacamos, maltratamos nuestra energía y maltratamos la energía de nuestra gente cercana y maltratamos nuestro propio poder.⁵⁹⁷

Paulina hace referencia a que el momento de la menstruación es un momento muy poderoso; momento que se ponen en juego emociones y energías que si bien pueden ser aprovechadas para la transformación y la creación, pueden ser canalizadas para la “destrucción”. Desde esta perspectiva, la falta de reflexividad corporizada (integración de intelecto, emoción y sensación en un sentido y significado unificado) y de las modalidades de acción para la transformación, puede provocar que las mujeres sean “tomadas por el arquetipo” femenino de oscuridad. Paulina comenta que ha aprendido que el tiempo de menstruación es “un tiempo de muerte, de no concepción”, por ellos es necesario para impulsar el propio poder, hacer “una

⁵⁹⁶ Entrevista con Chandra, agosto 2014

⁵⁹⁷ Entrevista con Paulina Oviedo. Diciembre 2013.

pintura, un canto, un escrito, un baile, cualquier cosas que sea una creación concreta, plasmable en ese momento”, para que esa energía sea canalizada y para que se comience un trabajo y un camino de (auto)sanación.

Andrea Ibarra reconoce que “el poder principal a la menstruación” desde su experiencia es el compromiso que hace con su cuerpo y con ella misma, desde la conciencia encarnada y su ritualidad para cuidarse y autotrascenderse. El estado menstruante posee el poder y la sabiduría cíclica natural para la transformación y la renovación, como lo expresa este post de Facebook:



Recorte de pantalla 57. Post de Facebook de LunaCup. Abril, 2014.

La característica del estado menstruante de ser el fin y el inicio de otro ciclo en la vida y el cuerpo de las mujeres, hace el momento somático, energético y simbólico para reconocer-soltar-transformar/sanar, Lizette Mercado en el círculo de mujeres, explica esta potencialidad espiritual de la menstruación:

La menstruación nos invita a la introspección, en el tiempo de menstruación es importante que la mujer se aisle un poco, esté pensando, sintiendo, sanando, soltando y es un momento perfecto para hacer meditación, perfecto para renovarnos, para sentir qué es lo que queremos crear en ese nuevo ciclo, muchas veces hacemos esto en un cumpleaños o el año nuevo, nosotros tenemos el año nuevo cada 28 días. Nuestro periodo menstrual es una práctica espiritual porque nos conectamos con nuestro ser, con nuestro espíritu y empezamos a meditar y a contactar con nuestro ser y pedirle que nos muestre ahora qué sigue en nuestra vida. Si, la menstruación nos conecta con este espiral de la evolución que lo dicen muchas filosofías y culturas, cada año nos permite subir y crecer, entonces cada mes, ¿Cuántos espirales no hemos subido? El ser conscientes y el hacer meditación, la introspección en cada ciclo, nos permite crecer y crecer, por eso el ciclo menstrual es un ciclo espiritual que nos conecte con nuestra sabiduría y nos conecta con el espíritu y le pedimos al espíritu que nos muestre qué es lo que hay que limpiar, sanar, crecer, fortalecer, cuando aprendemos a escucharnos, cuando estamos sanando la energía es muy fuerte, entonces es un buen momento para meditar, sentir, soltar, sanar, bailar, reír, cantar, hacer lo que necesitamos por limpiar y o través, salir a la luz del día y empezar con este ciclo.

Así, encontramos aquellas mujeres que viven su estado menstruante desde una reflexividad encarnada, en donde se integra el intelecto, la emoción y la sensación para la reflexión transformadora; las mujeres significaron y encarnaron un estado de conexión consigo mismas y con lo que les rodea, estados psíquicos/corporales de ampliación de la intuición. Estados poderosos de visiones, creaciones y transformaciones. El trabajo cíclico y en espiral de autoconocimiento, trajo consigo la reflexividad y la conciencia encarnada que mostró el camino del autoconocimiento, del bienestar y la autotrascendencia.

6.3. Espiritualidades menstruales

Oyes que en el pasado había rituales de mujeres centrados en el misterio de la sangre.
Te enteras de que las mujeres celebran su conexión entre el ciclo de fertilidad de sus cuerpos y el ciclo de fertilidad de la Tierra.
Te enteras de que las mujeres honraban sus ciclos menstruales con un regalo de la diosa.
Te enteras de que as mujeres protegían con orgullo lo sagrado de su fertilidad.
Sientes el poder de un ritual que reúne a las mujeres, para articular y celebrar el misterio que portamos en nuestros cuerpos. Quieres saber más acerca del ritual sagrado que hemos perdido.

Betty De Shong

No podemos retirarnos a escuchar a nuestros cuerpos, mentes y necesidades, sin poder establecer contacto con nuestro ser primal, cíclico y cósmico para experimentarnos como animales sagrados.

Esther Harding

Las experiencias con el cuerpo y la sangre que las mujeres están co-creando y viviendo, tienen que ver con la construcción intersubjetiva de identidades de género, de corporalidades y de prácticas ecofeministas. Estas realidades corporales y vitales, responden a un contexto cultural que abona a la liberación de los tabús y a las autonomías conscientes del cuerpo, a trascender los límites aprendidos en relación con el cuerpo femenino y a crear espacios personales y colectivos de bienestar y cambio. Estas vivencias y concepciones nos acerca a retejer en el discurso aquello que en la experiencia no es dualidad: el cuerpo y la espiritualidad.

Las mujeres en círculo re-crean y se apropian de diversidad de prácticas espirituales y rituales femeninos que tiene que ver con la sangre menstrual y el estado menstruante; el principio que ancla estas prácticas rituales es la sacralización de la sangre y la menstruación como estado espiritual; la ritualidad cíclica permite la vivencia del estado menstrual como espacio liminal, el no-tiempo para la transformación de sí misma. El sistema de creencias, las prácticas y los elementos presentes en los rituales menstruales se configuran en la diversidad de la espiritualidad ecofeminista. Las reapropiaciones de los rituales y ceremonias menstruales que las mujeres elaboran son re-creadas de manera espontánea e intuitiva, según el bagaje y el camino espiritual de quien elabora el ritual, tanto en lo colectivo como en lo individual.

Las espiritualidades menstruales se centran en la oportunidad menstrual para honrar y rezar. Las mujeres honran su cuerpo, la sangre y la tierra y rezan con esta triada para agradecer por su vida y hacer peticiones para sí mismas, su familia y la humanidad. Las mujeres en círculo honran al cuerpo/útero/psique por su capacidad regenerativa y cíclica que permite soltar aspectos físicos y simbólicos que no fueron fecundados y ofrece la posibilidad de empezar de nuevo; la menstruación es comprendida como una “bendición”, por la capacidad que produce de regenerarse y vivirse en ciclos de renovación vida-muerte-vida. El estado menstrual es vivido como una experiencia espiritual de conexión consigo mismas y con lo invisible y trascendente de la existencia.

La espiritualidad menstrual está conformada por la ritualidad individual y colectiva. La ritualidad individual son los rituales que cada mujer encarna a su vivencia menstrual, como parte de su cosmovisión o para recuperar su bienestar en caso de haber dolor, malestar, desequilibrio

o perturbación. Los rituales personales se comparten en la colectividad del círculo o por los medios virtuales; cada vez hay más mujeres creando rituales para la menstruación, como parte de una cultura alternativa menstrual asociada a la conciencia y espiritualidad ecofemenina y a la necesidad de resignificar y sanar la experiencia menstrual.

Los rituales colectivos iniciáticos menstruales se celebran entre las mujeres del círculo. La convocatoria puede hacerse con la intención precisa de celebrar algún ritual para la menarquia, la menstruación y la menopausia. También las siembras colectivas, los tarot menstruales o los rezos menstruales forman parte de las prácticas rituales tanto colectivas como individuales.

La analista junguiana Esther Harding (1988) señala que la primera causa de neurosis, depresión y dolor que sufren las mujeres durante los periodos menstruales, es debido a la ausencia de ceremonias y rituales menstruales. La cultura que invisibiliza y estigmatiza la sangre y el estado menstruante, ha desaparecido también la ritualidad en torno a la sangre de vida. Ahora los rituales menstruales, tanto individuales y colectivos pueden parecer absurdos, retrógrados o se les asocia con el oscurantismo. Sin embargo, las mujeres están recuperando y creando la espiritualidad en torno a la sangre resignificada, sangre de vida que brota del cuerpo para recordar, reconectar y sanar, sangre que debe de ser entregada como ofrenda a la Tierra como acto de conexión y agradecimiento.

En este contexto, se reconoce el poder chamánico de la menstruación, estado en donde se puede acceder a imágenes y sensibilidades muy antiguas; que aún que hayan estado inactivas durante innumerables generaciones, se puede llegar a ellas en el momento de la menstruación. El poder chamánico es el arte de viajar a estados de consciencia no-ordinaria para recibir sanación y revelación.⁵⁹⁸ El estado menstruante como estado espiritual permitió a las mujeres acceder a sensibilidades, guías orientacionales, así como fuerza y renovación para continuar su ciclicidad y su vida.

6.3.1. Rezos menstruales

Bendita y alabada sea mi sangre
ciclos que se cierran y ciclos que se abren
Yo soy mujer creadora, de vida dadora
Un silencio, la obscuridad,
un suspiro, tiempo de reposar.

⁵⁹⁸ Según Vicki Noble, en su libro *Mujer Shakti* (1991) el chamanismo, atribuido al mundo de los hombres, tiene sus orígenes en los misterios femeninos de la sangre: la menstruación, el parto y la menopausia.

En la caverna de mi cuerpo templo
reconozco a mis mujeres ancestros
me reconcilio con mi sangre
y bendigo a mi linaje.
Reconozco y acepto mi sangre
que me conecta con la vida y la muerte
soy cíclica transmutación
acepto con amor mi menstruación
Bendigo mi sangre, bendigo mis ciclos.
hoy reposo mi vagina sobre madre tierra
en una dulce cama de flores y energía frescas para mi camino.
Oración de la Mujer Menstruante
Zuhari Mk

En distintas culturas y pueblo humanos se han celebrado rituales y ceremonias en torno a la sangre y al estado menstruante. Las mujeres de la espiritualidad femenina, están encontrando investigaciones y recreando narraciones en torno a las ritualidades que honran la menstruación. En el contexto de la espiritualidad femenina, circulan diversidad de prácticas rituales menstruales, desde prender un tabaco forjado en hoja de maíz, prender la copalera, la pipa o la Chanupa, hasta rituales y ceremonias más elaboradas y compartidas de manera colectiva. A continuación me dispongo a describir algunas de éstas encontradas en los círculos de mujeres de la ciudad.

6.3.1.1. Tarot Menstrual

La práctica del “Tarot Menstrual” es una manera de ritualizar la menstruación, Mónica Glusman, mujer argentina “facilitadora de talleres de arte sagrado femenino”, es la creadora de “Oráculo de la Mujer Sagrada”;⁵⁹⁹ este oráculo es “un sistema nuevo de arte y simbología femenina destinado a explorar, despertar y revelar la sabiduría interna del nutricio universo espiritual de las mujeres. Propicia una re-conexión profunda con la ciclicidad femenina como fuente nutricia de sabiduría, armonización y espiritualidad”.⁶⁰⁰ Beatriz Andrade como terapeuta menstrual de las más experimentadas en la ciudad de Guadalajara, hace lecturas de este tarot a las mujeres que se lo solicitan: “durante la menstruación se puede hacer una tirada, que es una tirada muy poderosa y es una manera de ver qué arquetipos estoy viendo aquí y es un ritual de paso porque te está diciendo en qué estado está tu conciencia, es un mapa de tu conciencia”. El tarot menstrual busca una conexión con la voz interna, con el *self*, que permite la guía orientacional sobre lo que es necesario accionar en ese momento liminal del ciclo. Carl Jung comprendía que el tarot es un

⁵⁹⁹ La práctica del Tarot Menstrual, puede realizarse con cualquier oráculo que la mujer disponga, sin embargo el “oráculo de la Mujer Sagrada” de Mónica Glusman es una herramienta diseñada para ciclicidad de la mujer.

⁶⁰⁰ Glusman, 2010: <http://seminariodefindesemana.blogspot.mx/2010/12/que-es-el-oraculo-de-la-mujer-sagrada.html>, consultado el 22 mayo, 2015

proceso de develar el inconsciente, que a través de la sincronicidad⁶⁰¹ los mensajes del *self* salen a la superficie para la autorrealización. A continuación presento las indicaciones que vienen en la página oficial del “Oráculo de la Mujer Sagrada”:

Luz rubí- poder sanador

Cuando menstruamos estamos abiertas a un conocimiento profundamente espiritual. Consultar el Oráculo de la Mujer Sagrada durante los días de sangrado, puede ayudarnos a revelar una sabiduría femenina ancestral, sanadora y holística, que trae a la superficie visiones, intuiciones, creatividad y liberación, limpiándonos de energías viejas, y renovando la vitalidad de nuestro ciclo. Te propongo la siguiente tirada, a través de la cual encontrarás información clara y directa sobre lo que cada Luna Roja trae para ti.

TIRADA DE LA LUNA ROJA

Para realizar durante el período de sangrado
Esta tirada ofrece una guía espiritual para acompañar
nuestros días sagrados de menstruación.
Ponte cómoda. Respira profundo. Suelta las tensiones con cada exhalación. Conecta con la Madre Tierra. Con el pulso de tu útero. Con el fluir de tu sangre menstrual.
Si quieres, puedes pronunciar esta plegaria mientras mezclas la baraja:

*Sagrada Luna Roja
Reina de la antigua trama de flores
Néctar rojo de la flor de la Luna
Elixir de sanación y visión,
Háblame a través de mi sangre femenina
Déjame comprender el mensaje de mi útero.
Revela la sabiduría de mis ancestros
a través de este Oráculo,
Ayúdame a comprender tu lenguaje mágico,
Amada Abuela Luna
Háblame a través de esta sangre antigua y nueva.
Que la renovación permanente cure todos mis ciclos
Que los ciclos traigan agua bendita a la tierra seca
Que a través de esta sangre de Luna
La paz retorne a mi útero, a mi corazón,
A mi mente, a la sagrada Tierra que piso,
Al corazón rojo de todos mis hermanos y hermanas.
Que esta sangre de mujer sea ofrenda de paz
Para toda la humanidad
Para el amor en acción y la limpieza del mal.
Bendita sangre de Luna, purifica nuestras almas,
Pacifica nuestras mentes,
Vuelve amorosos nuestros corazones
Y luminosos nuestros espíritus.*

*Que así sea
en armonía con el mayor bien de la Vida en todas partes.*

Cuando sientas que la conexión con tu Diosa interior ha sido establecida, saca tres cartas del mazo, y colócalas frente a ti de izquierda a derecha.

⁶⁰¹ Jung llamó sincronicidad a las coincidencias significativas, eventos relacionados por una significación. Una resonancia entre la psique individual y los arquetipos.

Primera Carta
PURIFICACIÓN

Carta 1: ¿Qué es lo que se lleva esta Luna Roja?
¿Qué área de mi vida está limpiando?
¿Qué necesito soltar con esta Luna Roja?

Esta carta te muestra aquello que está siendo purificado por esta Luna Roja, lo que es conveniente soltar, dejar ir. Implica una energía de la que es saludable desprenderte. Obsérvala, deja que te hable la imagen, y serenamente permite que se disuelva esa situación en este momento de tu vida. Entrégala a la Tierra junto con tu fluido menstrual, para que sea reciclada y transformada.

Recuerda que cada vez que sangramos estamos realizando una poderosa limpieza energética.

Segunda Carta
RENOVACIÓN

Carta 2: ¿Qué es lo que me trae esta Luna Roja?
¿Qué cualidad me pide que despierte en mí?
¿Qué área de mi vida está renovando?

Esta carta te muestra aquello que está siendo renovado por esta Luna Roja. Representa una energía que está despertando en tí, a la que debes dar la bienvenida, hacerle lugar consciente en tu interior.

Te habla de cualidades nuevas que puedes desarrollar, cultivar y profundizar, para utilizar creativamente a lo largo del nuevo ciclo que comienzas.

Recuerda que cada vez que sangramos estamos generando una poderosa renovación en nuestras vidas.

Tercera Carta
EMPODERAMIENTO

Carta 3: ¿Cuál es el tema central de esta Luna Roja?
¿Qué imagen describe su energía?
¿Cuál es su poder?

Esta carta te muestra el tema central que esta Luna Roja te trae.

Representa un don. El poder concreto que este sangrado está despertando conscientemente en ti. Es la temática principal que se despliega delante de tus ojos, en este sagrado tiempo de reciclaje, muerte y renacimiento.

Te habla de tu soberanía, de tu empoderamiento.

Recuerda que cada vez que sangramos establecemos una conexión intensa con nuestras profundidades, y desde allí, creamos alquimia, transformando la oscuridad en chispas de luz, la debilidad en potencia femenina.

Son días sagrados de sanación y comunión con la Diosa Creadora.

Como vemos, la práctica terapéutica/espiritual del Tarot Menstrual, aprovecha el estado menstrual,⁶⁰² para hacer consciente aspectos que habitan en la sombra de las mujeres, así como para hacer un trabajo de moción energética, similar a las visualizaciones del útero que vimos en el capítulo cinco. En la súplica ritual se pide la sanación, la visión, sensibilidad al cuerpo, al útero y a los mensajes invisibles; el rezo honra la sangre, la Tierra y a la Luna, suplica la paz, el amor y la luz en la propia vida y en la de la humanidad. La lectura se enfoca en develar un proceso de transformación que se asoma en la conciencia por medio de las figuras arquetípicas de las cartas,

⁶⁰² Aunque el Tarot puede ser leído en cualquier fase del ciclo hormonal, la tirada menstrual es significativa.

el proceso está estructurado por la purificación (soltar lo negativo y dañino), la renovación (reconocer nuevas cualidades/sensibilidades) y el empoderamiento (lo que se potencializa).

Así, algunas mujeres buscan la lectura del tarot menstrual, acuden con la especialista o quienes tienen el oráculo se hacen la lectura a sí mismas, a las mujeres de su alrededor o convocan algún círculo para hacer la tirada e interpretación de las cartas. En la ciudad de Guadalajara, Paw Orozco y Caty Uroz convocaron a un círculo en junio del 2014 en un centro de Yoga en la colonia Chapalita, parte de las actividades del círculo, fue una lectura de cartas del “Oráculo de la Mujer Sagrada”. A continuación dos fotografías del círculo reunido y de las cartas dispuestas:



Fotografía 52. Círculo de Mujeres Luna Creciente. Lectura de Oráculo. Junio, 2014.



Fotografía 53. Cartas del Oráculo Mujer Sagrada.

6.3.1.2. Cinturón Menstrual

El cinturón o faja menstrual es una práctica de tejido (individual o colectivo) que permite hacer un trabajo de conciencia y “renovación” durante la menstruación. También sirve de protección. La Abuela Danzante de la Luna, Ana Carmona de Puerto Rico, explica que la faja roja protege y potencializa el vientre, lugar donde habita la energía de vida y el poder femenino. Para la Abuela, “el cinturón refuerza la columna vertebral, apoya el cuerpo y el punto de conexión que sostiene la parte superior e inferior del cuerpo para hacer fluir nuestra energía interna”. Para tejer el cinturón menstrual se recurre a la creatividad y habilidad de cada mujer para elaborar su propio diseño. Se teje, se borda, se usa tela, estambre, hilaza, se le agregan adornos, piedras, amuletos, hierbas. Se busca que la práctica sea intencionando cada hebra: “Cubrimos de bendiciones, rezos, plantas, sahumerios y piedras nuestro trabajo. La bañamos con agua bendecida o puedes ungir la en tu propia sangre menstrual como un proceso iniciático.” El cinturón se convierte en un objeto de poder para ser usado en los días de menstruación y rituales y ceremonias, para recordar la “fuerza de paz y amor.”

En la ciudad de Guadalajara, Alejandra Peña, una mujer joven doula, temazcalera y facilitadora de los talleres del Eterno Femenino, convocó a un círculo/taller en diciembre del 2013 en Casa Caracol, para realizar un cinturón de “rezos menstruales”. El taller llevó por nombre “El templo de mi luna” para compartir conocimientos sobre el útero, la menstruación y “tejer un cinturón de plantas medicinales para proteger y concientizar nuestro período menstrual en ofrenda a la Madre Tierra con actividades de danza, rezo y tradición junto al fuego”.⁶⁰³ Como práctica ritual, las mujeres elaboraron una faja o cinturón que se porta durante los días de menstruación como protección; en el cinturón se tejen “rezos” que son costalitos rellenos con tabaco y en esta ocasión se les puso pétalos de rosa y otras hiervas e intenciones o peticiones; para hacer el cinturón se le rezó a Luna, a la Tierra, a los elementos, al útero creativo y a “la Madre que contiene y al Padre que sostiene”. El cinturón se porta antes y durante la menstruación, así las hiervas se “cargan de energía” y por ello es necesario quemarlos y ofrendarlos. Para Paw Orozco la experiencia de elaborar su cinturón menstrual con Alejandra y usarlo, la “nutrió”, la “llenó de energía” y le “trajo luz”. Jessica Álvarez lo portó durante su menstruación, y expresa que el uso de éste la hizo sentirse “empoderada”.

Los significados compartidos en la diversidad de rituales para la elaboración del cinturón menstrual, son el color rojo como vínculo de la sangre y vida, el círculo como alianza entre las

⁶⁰³ Invitación al taller, *facebook* Casa Caracol, diciembre 2013

mujeres y la protección del centro femenino: el ombligo y el vientre. Los cinturones menstruales son considerados como “objetos de poder” que permiten “canalizar la energía femenina” y “recuperar el propio poder”.

6.3.1.3. Punto de Sangre en el tercer ojo

La práctica de pintarse el punto rojo en el entrecejo, también se le asocia con un sentido espiritual menstrual.⁶⁰⁴ En diversos círculos y Carpas Lunares, las mujeres circularon pigmento de cochinilla o betabel para significarse como mujer/hermana menstruante. Como un ritual las mujeres circularon el pigmento para pintarse unas a otras el punto rojo en la frente, acompañado de palabras, de intenciones y buenos deseos, también como un símbolo de iniciación a los poderes y sanaciones de la menstruación. A continuación presento algunas fotografías ilustrativas:



Fotografía 54 Pigmento de Cochinilla para simbolizar el punto de sangre. GVP Carpa Lunar Guadalajara, Febrero, 2014.

⁶⁰⁴ Además del estatus de casada que las mujeres de la India representa con el Bindi, se dice que el lunar rojo que las hindúes se pintan a la altura del entrecejo simboliza la visión que las mujeres adquirimos durante el sangrado menstrual.




Fotografía 55. Marcando el punto rojo en la frente. Carpa Lunar, San Pancho, Nayarit, Junio, 2014.



Fotografía 56. Serie de retratos, mujeres con punto rojo en la frente. GVP Carpa Lunar Guadalajara, Febrero, 2014.

El siguiente post de Facebook explica las correlaciones simbólicas, corporales y energéticas de la eficacia ritual del símbolo rojo en la frente de las mujeres:



Menstruación Alternativa

Rito de visión: El punto rojo que las mujeres hindúes pintan en su tercer ojo es un símbolo de la sangre menstrual. Originalmente, las mujeres pintaban su tercer ojo con su propia sangre y la magia de la sangre abría el sexto chakra (centro energético asociado a la visión espiritual y psíquica).

El aspecto visionario de la menstruación está claramente invocado por esta práctica. La sangre lo transporta a las células del cuerpo y por esto la sangre contiene el conocimiento del código genético (ADN). El código genético y el linaje familiar, están contenidos en el corriente sanguíneo. Toda célula del cuerpo es un microcosmo del todo.

Al pintar nuestro tercer ojo con nuestra sangre, nos abrimos al conocimiento oculto de este código genético. Esta información incluye un profundo conocimiento ancestral y puede traer una comprensión de nuestros propios patrones familiares y aquellos del género humano.

Todos traemos dentro el conocimiento de todas las generaciones de seres humanos que han existido. Oculta en este código hay una masa de información reunida a través de la historia. Ocasionalmente, la información queda adormecida y a veces, desea aflorar de nuevo. Estamos viviendo en una época en que el conocimiento de la tierra y de la mujer, está retornando a la conciencia colectiva y a través de nuestra sangre podemos entrar en ella.

La próxima vez que sangres, trata de relacionarte conscientemente con tu sangre. Intenta pintar un pequeño punto rojo entre tus ojos y observa como el conocimiento de la tierra y de tus ancestros fluye hacia tu conciencia. Pinta un punto rojo en tu tercer ojo antes de irte a dormir para aumentar tus sueños. Extracto del libro "Her blood is gold" de Lara Owen

Recorte de pantalla 58. Post de Facebook de la comunidad Menstruación alternativa. Marzo, 2014.

6.3.1.4. El rezo que es individual y colectivo

Otra práctica espiritual asociada a la menstruación es el rezo que una mujer puede hacer durante los primeros días de sangrado. Jessica Álvarez cuando hace su siembra de sangre, pone su intención en el acto y se siente “escuchada” por la Tierra y por el universo. Laura Salinas, abuela temazcalera, comparte su entendimiento de lo que es un rezo poderoso, una visión que se materializa al poco tiempo:

Cada vez que ustedes hagan la siembra, es un poder que están haciendo ahí y que pueden pedirse a sí mismas cualquier cosa, no es pedirle a un dios que esta quién sabe dónde, no; es al poder-ser tuyo poderoso... pedírselo... sea para materializar una falda, materializar unos buenos resultados en la escuela, cualquier cosa... cuando ustedes entreguen esa sangre es recordar ese gran poder que tenemos nosotras las mujeres, y honrar. Hagan su dibujo de su útero, sus ovarios pónganle florecitas, pónganlo bello porque es un órgano que nos conecta con el cosmos.⁶⁰⁵

⁶⁰⁵ Laura Salinas, Evento “Por mil mujeres despiertas” Plaza de la Liberación, Guadalajara, Marzo 2014

Paulina Oviedo, también hace énfasis en el poder del rezo en tiempo de sangrado:

En el momento en que estén en luna, pide lo que desees, -deseo que...- ¡Y llega! ¡Y llega así! Si todas nosotras tuviéramos clara conciencia que ese poder es así de intenso y fuerte, podríamos cambiar la humanidad, porque podríamos.⁶⁰⁶

El rezo en los días de menstruación está potencializado, la conexión para la plegaria y el agradecimiento es sentida por las mujeres, las intenciones adquieren mayor fuerza y poder. La experiencia de rezar en sus días de menstruación, les permitió sensibilidades y conocimientos del propio poder y divinidad, experiencias con lo sagrado y trascendente. El rezo menstrual se potencializa aún más, con la experiencia de depositar la sangre a la tierra. Jessica Álvarez así describe su experiencia de sentirse en conexión con lo divino:

Me siento escuchada, que me están escuchando que estoy haciendo consciente esta ofrenda de sangre, la ofrenda es a la Tierra, me escucha el Universo porque también allá va mi intención, miro el cielo y la tierra que son los dadores de vida. (...) me siento conectada, siento como un diálogo muy interno y siento como si alguien fuera receptivo a lo que yo estoy diciendo y pensando.

Paulina diseña, elabora y “reza” bastones con incrustaciones de plata para entregarlos a las mujeres como “objetos de poder”. También Paulina, en sus ceremonias ha entregado de manera ritual, espejos de obsidiana, sonajas con 28 piedras lunares y otros objetos e instrumentos para que las mujeres puedan cantarlos y tocarlos en su tiempo de luna. “El principal objetivo de los objetos de luna es que la mujeres pueden rezar en su luna, con su poder lunar despertar ese fuego violeta, ese fuego púrpura que las mujeres llevamos en nuestro tiempo de sangrado”.⁶⁰⁷ Paulina durante 13 lunas (menstruaciones) hizo retiros para rezar, se retiró para que la gente no la tocara, tomó agua, maíz, nada de carne, mucha fruta y hacía creaciones, cantos y un rezo específico en cada luna.

Así mismo, mujeres de diferentes círculos de la ciudad comparten un rezo colectivo, una intención que guía su manera de menstruar y estar en el mundo. Ellas dedican su tiempo, su trabajo y su activismo para que las mujeres se hagan “conscientes de su sangre”, la reconozcan y se conecten con ella, que encuentren su poder en su útero/corazón y su ciclicidad; que la sangre no sea tirada, que sea honrada y ofrendada. Paulina Oviedo, comparte su sentir al respecto en una ceremonia de mujeres con las semillas de Yopo:

⁶⁰⁶ Entrevista con Paulina Oviedo. Diciembre, 2013.

⁶⁰⁷ Entrevista con Paulina Oviedo. Diciembre, 2013.

(...) fumando esta pipa sagrada, pidiendo por que la sangre de las mujeres no esté en los basureros, que la sangre de nuestro vientre, bien sagrada vuelva a la Tierra. Mujeres despierten vuelvan a aquí... a su cuerpo, que su Sangre es Sagrada es la que da la continuidad de nuestra especie!... Por eso estamos rezando Gran Espíritu para que nuestras mujeres le pierdan el asco a esta sangre, que la vuelvan a tocar, a sentir a orar... es un rezo colectivo, un rezo de mujeres juntas...⁶⁰⁸

El rezo colectivo de las mujeres por el reconocimiento de la sangre menstrual y del estado menstruante, es un motivo de lucha y resistencia, es una práctica espiritual con sentido político; activismo que se revela contra el tabú menstrual y propone la reflexividad del contexto social para afectar colectivamente en las actitudes positivas hacia la salud y el cuerpo femenino, para vivir la menstruación como una forma de empoderamiento y transformación personal y colectiva. Al cierre de la experiencia de la primera Carpa Roja organizada en la ciudad, Nadia Ávila compartió con alrededor de 80 participantes:

(...) es un rezo que también nos ha sanado nuestra parte femenina, porque levantamos la Carpa rezando por la resignificación de la menstruación, darle un significado sagrado, dejar de lado los significados que la hacen algo vergonzoso, grotesco, sucio, algo antinatural.⁶⁰⁹

En esa primera Carpa Roja, también se puso en escena el performance que pone en escena los cuatro arquetipos del ciclo. Después, se leyó en voz alta y en colectivo el “Manifiesto por la Visibilidad de la Menstruación” (Ver anexo 3) y se cerró el evento con un canto colectivo, mismo que también es entonado en las siembras de luna:

Entrego esta sangre de vida
por todas mis relaciones
y abro mi matriz a la luz,
entrego, entrego, entrego, entrego,
y abro mi matriz a la luz.

AUDIO



QR 8. Canto Entrego esta sangre de vida. Se desconoce autora. Guadalajara, 2014.

<https://soundcloud.com/gixsela-vald-s/cierre-primera-carpa-roja-guadalajara>

⁶⁰⁸ Paulina Oviedo “Ceremonia de Mujeres de Luna”, Bailadores, Noviembre 2013.

⁶⁰⁹ Nadia Ávila, Carpa Roja en el Refugio, Guadalajara, Febrero 2014.

6.3.2. Sembrar la luna

Nuestra sangre es portadora de pura vida, su poder sanador es ilimitado. Ofrendarla a la tierra nos conecta con las memorias ancestrales del planeta, permitiendo que afloren en nosotros cualidades y capacidades que permanecían dormidas dentro de nosotras.
Raquel Hinojo

La siembra de luna es el ritual menstrual que cada vez más mujeres en el contexto de la espiritualidad femenina la realizan. La “siembra de luna” o “siembra de sangre” es una práctica ritual, acto que puede ser individual o colectivo; las mujeres en círculo -y las activistas menstruales- animan a las demás mujeres a “sembrar” la sangre, es decir, ponerla en la tierra, a las plantas, hortalizas, flores o árboles. La siembra tiene que ver más allá de beneficiarse con la composición química de la sangre rica en nutrientes y células madre como fertilizante, el acto ritual obedece a diversos significados espirituales. Las mujeres encarnaron esta práctica como un proceso, algunas se sintonizan con el significado y la llevan a cabo de manera intuitiva; otras poco a poco la asimilan, desencarnando los tabús y las resistencias, influidas e inspiradas por las prácticas materiales y discursivas de los círculos de mujeres y la conciencia por la ciclicidad y la sangre. Aunque no sea un referente práctico ni teórico dentro de los círculos de mujeres, la siembra de luna es una recreación de un ritual de la Antigua Grecia llamado Tesmoforias. Una celebración prepatriarcal de fertilidad que vinculaba las semillas de la cosecha a las semillas del cuerpo de la mujer. Las mujeres después de días de purificación y preparación, se sentaban en los campos, en silencio ritual, para que la sangre fluyera y la Tierra recibiera su sustancia; se hace un lazo con la Tierra, un vínculo, un intercambio. Se termina el ritual alrededor del fuego, en fiesta y explosión de emociones (De Shong, 1992).

6.3.2.1. Sangre Sagrada

Vuestra sangre está repleta de historias. Está llena de patrones, y diseños geométricos que se reconocen a sí mismos de acuerdo con vuestro estado de conciencia y vuestro deseo. Para poder despertar a una nueva visión de la vida, debéis estar dispuestos a reconsiderar las cosas y a cambiar. Vuestros pensamientos se graban en vuestra sangre. Lleva impresas unas determinadas vibraciones, según vuestros sentimientos, que luego son radiadas al exterior para que todos los

Vicki Noble, en su libro *Mujer Shakti* (1991), recuerda que la sangre menstrual fue la primera sangre ofrecida en el altar, como ofrenda bendecida. Luego, cuando se dejó de honrar a las mujeres, se ignoró el poder de la sangre dadora de vida para las ofrendas rituales y se recurrió a los sacrificios animales y humanos para ofrecer sangre a las divinidades y a la tierra. Las mujeres en círculo reconocen que “la sangre es sagrada” y que “la sangre trae la energía del Gran Misterio de la vida”; Jimena Chalchi explica que en la sangre de la menstruación, reside en “Gran Misterio”, lo que no alcanzan a ver los ojos humanos, y aunque la ciencia médica está contribuyendo a conocer los poderes curativos de la sangre y las células madre que contiene, el Misterio está siendo percibido en la contemplación, así lo refiere Jimena:

Entonces, te quedas pasmado ante el Gran Misterio y se van a seguir pasmando ante el Misterio como nosotras. Para mí es suficiente saber que esa sangre trae la energía del Gran Misterio de la vida y es grande, de ahí viene por eso no hay que tirarla a la basura, como que le estás diciendo a lo divino -tu a la basura-, no, lo divino a la tierra, ¿no?⁶¹⁰

En este cambio de concepciones y vivencias respecto a la sangre menstrual, las mujeres re-conocen que la composición química de la sangre es rica en nutrientes y células madre, retomando también los informes y noticias al respecto que circulan en la red.⁶¹¹ En este sentido, la sangre no debe de tirarse a la basura, porque según dice Paulina “mientras nuestra sangre esté en la basura nosotras las mujeres vamos a estar todavía desconectadas de nuestro poder”. Erika Irusta (2012) dice que “tirar la sangre es un gesto de ignorancia (...) no es un desecho y por tanto, no puede ser tratado como tal”, porque además de los usos que se le pueden dar a la sangre, “merece un lugar mucho más sagrado”, como dice Luz Herrera. En este sentido la sangre merece estar en la Tierra, ser honrada como ofrenda ritual.

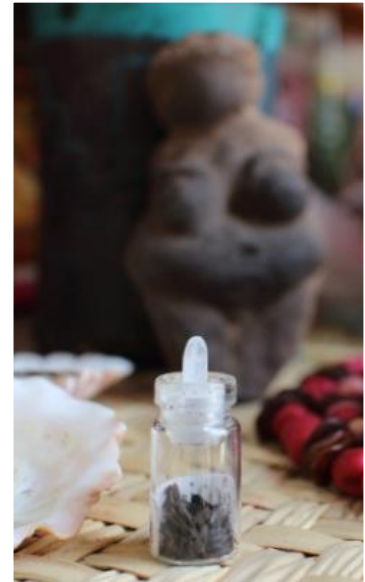
⁶¹⁰ Entrevista con Jimena Chalchi. Julio, 2014.

⁶¹¹Diario *El País*, “Células madre en la menstruación”, 20 de noviembre 2007: http://elpais.com/diario/2007/11/20/sociedad/1195513217_850215.html consultado el 20 mayo, 2015

Diario *El Universal*, “Sangre menstrual contiene células madre”, 18 de mayo 2010: <http://www.eluniversal.com.mx/articulos/58662.html>, consultado el 20 mayo, 2015

Las mujeres guardan su sangre para sembrarla, cada día la recolectan para depositarla directamente en la tierra, o bien recolectan la de todo el periodo y la guardan en un frasco de vidrio en el refrigerador para evitar su descomposición, y al final del ciclo hacen su ofrenda. Al momento de ponerla en la tierra, las mujeres le cantan, rezan, agradecen y recuerdan la conexión con la Tierra. Piden sanación, bendiciones, prosperidad, abundancia, luz, paz, amor.

La sangre menstrual es la única sangre digna de ofrendar a la tierra, ya que viene de un proceso natural y no fue necesario dar muerte, ni dañar a otro ser para conseguirla. Como un proceso en el cambio de percepciones y vivencias con la sangre, las mujeres la honran como sangre sagrada de la continuidad de la especie, lazo que nos une a nuestras ancestras y ancestros, lazo que continuará en la humanidad. La sangre menstrual es sangre de vida que ahora contemplan y dignifican con un lugar en su altar para cantarle y agradecerle el hecho de ser mujer y cuerpo/ser fértil que da vida a seres humanos y a ideas, creaciones, proyectos y realidades.



Fotografía 57. Sangre deshidratada, en altar doméstico, Guadalajara, Jal. GVP Agosto, 2014.

El mejor lugar para esta sangre preciada es la tierra, por esto la siembran. También, el ritual de sembrar la sangre tiene el significado de honran a la Madre Tierra; la sangre es una ofrenda de vida, de agradecimiento a la Madre que todo lo da:

Ofrendar es regresarle un poquito a Madre Tierra, un poquito de todo eso que ella nos da sin ningún esfuerzo, así como a nosotras nos sale la luna, ella de manera natural saca brotes hasta del cemento... esto es regresarle un poquito a ella y en esta ocasión, lo vamos a hacer agradeciéndole nuestro periodo de oscuridad, agradeciendo el invierno que ya pasó y bendiciendo esta primavera que viene.⁶¹²

El siguiente post de Facebook, es un texto de Myriam Wigutov, de su libro *La Rueda Púrpura* y muestra las resimbolizaciones y resignificaciones a la sangre menstrual desde estas experiencias, cosmovisiones que las mujeres han encarnado en su manera de vivir su estado menstruante y su vida:

⁶¹² Rocío, Círculo de mujeres Shekinah, Marzo 2014



Mujer Cíclica con Yo Amo Mi Vulva y 4 personas más

El martes

"Bendigo mi vagina: puerta de la vida y el placer
...Bendigo esta sangre que por esta puerta fluye
porque me hace pura
y me eleva hacia mundos infinitamente insospechados
a donde puedo viajar sola o acompañada.
...Bendigo esta sangre porque convierte al sexo
en algo especial y Sagrado.
...Bendigo esta sangre que me libera
del imperativo biológico de parir,
de entregarme abnegadamente a otros,
Bendigo esta sangre porque me hace completamente libre,
y por ella todos mis actos son para
mi placer y el de los que amo...
...Bendigo esta sangre porque con ella
puedo hacer Magia y Rituales...
..Bendigo esta sangre que fluye a través mío con cada luna
y me hace una con todo el Universo
...Bendigo esta sangre que me invita a meditar
y a salir del mundo desenfrenado y material
...Bendigo esta sangre que me invita a ver mi propio Ser,
y el de todos los Seres.
...Bendigo esta sangre porque a través de mis emociones
el mundo puede ver su propio rostro sensible
que tanto se esmera en esconder...
...Bendigo esta sangre porque no estoy embarazada
pero, gracias a ella, podré estarlo si lo decido...
...Bendigo esta sangre porque me da
el trance y el Éxtasis necesario,
para hacer oráculos, viajes astrales y sanar.
¡Bendigo esta sangre porque me purifica,
me transforma y me libera de todos los mandatos
que me han herido a mí y a todas mis hermanas
y a las antepasadas a lo largo de la historia!"
Texto: Myriam Wigutov, del libro "La Rueda Púrpura"

Recorte de pantalla 59. Post de Facebook de la comunidad Mujer Cíclica, texto de Myriam Wigutov. Noviembre, 2013.

6.3.2.2. El ritual de la siembra de luna

Dar la sangre a la Tierra, es una ofrenda de amor y agradecimiento. Es un acto de ofrecer la sangre como una creación propia, “lo más hermoso y lo más sagrado que tengo y lo más puro que mi cuerpo crea”; las mujeres visualizan que la Tierra la recibe y comprenden que tanto energética como molecularmente “tejen un lazo” que provoca un cambio en la conciencia y en la psique, para sentirse “más consciente de donde estas parada, lo que estás pisando, que estamos en esta gran esfera que es la Madre Tierra”, dando la sangre a la tierra, “te vuelves a presentar

con la Tierra” y se pacta un lazo de amor y conexión. Entonces, ofrecer la sangre es símbolo de conexión con la Tierra, es el reconocimiento de ser su hija, es también el recordatorio de ofrecer la propia vida por la sanación de sí misma, por la sanación del linaje femenino, la sanación de la Humanidad y la Tierra. Así, la siembra de la sangre es una práctica ritual que recrea y refuerza la práctica ascética de las mujeres en círculo; el estilo de vida en compromiso consigo mismas y con la Tierra, para la autotransformación y para su voluntad en cambiar realidades negativas y dañinas.

Chandra Santiago cuando siembra su luna, prende su sahumerio, busca flores, prende un incienso y pone su sangre en un recipiente de cristal y la deja un rato en su altar para honrarla. Ella dice que ha aprendido a darle respeto y “ese lugar especial en mi vida, en mi rezo”; Cuando pone su sangre en la tierra de sus macetas de plantas medicinales, canta y pone una intención en cada estrofa, así lo vive:

Canto y cada estrofa la siento y hago consciente, “entrego esta vida por todas mis relaciones”, es como sanar mi familia, mis ancestros, mi linaje, y mis relaciones donde tuve algún atore conflicto o enojo, también por ello y “abrir la matriz a la luz” pues eso, sacar nuestros úteros hacia lo más sagrado que es la vida, que antes era escándalo y no, ahora lo saco a la luz para compartirlo con otras mujeres y las otras mujeres también se abren a la luz a través de su sangre, de su útero; lo canto y me lo imagino y me la creo y sí es cierto, lo hago de esta forma, lo consagro, lo bendigo y me siento muy feliz, y ya cumplí con poquito, ya te entregue algo, de tanto que nos das, tantos frutos, medicinas y demás, pues algo significativo, mi sangre; aquí estoy bien presente, bien plantada y rezando por la vida como esas guardianas que somos.⁶¹³

En los rituales colectivos de siembra de luna, se invita a que las mujeres lleven su “Luna” (sangre menstrual) para hacer la ofrenda juntas. Las mujeres que convocan a la siembra colectiva saben que este acto ayuda simbólica y materialmente a ir eliminando el tabú menstrual; porque se comparten reflexiones críticas respecto a la cultura menstrual hegemónica y se viven experiencias re-significativas en cuanto a la sangre desde la belleza, la naturalidad y la sacralidad. Así, previo al ritual se comparte el significado profundo y espiritual de la siembra, situado en el contexto social y cultural de rechazo a la menstruación y al cuerpo femenino; se habla de la sangre sagrada como en este caso Rocío Shekinah, que compartió estas palabras antes de hacer una siembra de sangre colectiva en Casa Caracol:

Nuestra luna por mucho tiempo fue considerar como algo feo, pero de feo no tiene nada, es de los fluidos más puros y limpios que hay en nuestro cuerpo, es un fluido con nutrimentos, es un fluido de células madre (...). A lo largo del tiempo, hay diferentes

⁶¹³ Entrevista con Chandra Santiago. Agosto, 2014.

culturas que honran u honraban a la mujer que estaba en su luna y se hace de muchas maneras, y parte de lo que se está haciendo aquí en Guadalajara, para las mujeres que estamos en el camino de recordar nuestra maravillosa naturaleza femenina, es conectarnos con nuestra luna, con nuestra luna física y con nuestro ciclo, porque aunque no tengamos menstruación por cualquier motivo, siguen teniendo su luna, siguen teniendo su ciclo y bien marcado. Entonces, se puede recolectar con las copitas lunares...⁶¹⁴

Las maneras de hacer la siembra, no se apegan a alguna forma específica para hacer el ritual; cada mujer y cada círculo ofrenda la sangre en la Tierra de manera diversa y espontánea, pero aun así he observado que los rituales comparten algunos elementos: las que ofrendan su sangre le rezan, le agradecen, fuman tabaco y le soplan el humo, le ponen flores, le sahúman salvia o copal; las demás mujeres acompaña el ritual de la ofrenda con cantos a la sangre y a la vida; cantos diversos, de otras latitudes o cantos locales, creados por mujeres movidas por estas experiencias.

El depositar la sangre como ofrenda, obedece a un llamado trascendente y espiritual, el llamado de la Madre para que “sus hijas despierten a la memoria ancestral guardada en el útero”. El ritual de la siembra de sangre tiene que ver con la conciencia del “despertar femenino”, con la conexión y uso del “poder femenino”. Las apropiaciones del ritual de la siembra de sangre, configuran un linaje femenino y lazos de “hermandad de sangre” entre las mujeres que comparten un sistema de creencias y prácticas rituales, a través del cual recrean una noción sagrada del cuerpo, de la Tierra y la ciclicidad.

Las mujeres en círculos de la ciudad, están elaborando y viviendo prácticas y experiencias espirituales de interconexión con la Madre Tierra, “la Abuela Luna” y todas las ancestras. Espiritualidades ecofeministas en donde lo corporal es espiritual y lo espiritual es corporal, natural y cósmico. Nadia comparte su experiencia de sembrar la sangre:

Cuando haces una ofrenda a la Tierra con tu sangre, es algo como las personas que practican yoga y llegan a eso estados de consciencia, es lo mismo cuando una hace una ofrenda con toda la conciencia de regresar y agradecer a la Tierra y de reconocer a la Tierra en una misma, porque reconoces tu fertilidad, estas reconociendo que con tu ciclo te renuevas como lo hace la Tierra, entonces en el momento que tu regresas tu sangre que es tan sagrada, que te está hablando que eres una mujer fértil, ¡Qué eres una mujer! Y lo regresas a la Tierra, entonces es súper bonito y sientes cómo tu vida de pronto empieza a cambiar, empiezas a concebir todas las cosas distintas, todas las cosas de lo femenino distintas.⁶¹⁵

⁶¹⁴ Rocío, Círculo de mujeres Shekinah. Marzo 2014.

⁶¹⁵ Nadia Ávila, entrevista Radio Vital, Guadalajara, noviembre 2013.

6.3.2.3. Ofrenda de vida

El principio de la siembra de la luna es que las mujeres ofrezcan la sangre del parto y su menstruación, sangre que no emana del dolor y del trauma, para poder así subvertir la sangre derramada por la muerte y la violencia de la historia de la humanidad. Paulina Oviedo explica que por esto es vital que las mujeres tenga su altar en su casa, un lugar para poner la sangre en la tierra y así “despertar la conciencia”. Este trabajo ritual, asegura Paulina, va acompañado de la posibilidad y la capacidad para que el propósito de la vida de la mujer esté “claro, en bienestar, paz y equilibrio”. Las mujeres hablan del “despertar de la conciencia femenina”, recordar la memoria que reside en el útero para tomar un papel simbólico y trascendente ante la crisis biosocial:

Antes las mujeres descargaban su sangre a la tierra, la Tierra se nutría con toda esa información pero cuando dejamos el poder a los hombres también vertieron sangre pero de la violencia, del odio, de la matanza, entonces a Madre Tierra no le gustó eso y responde con violencia, a nosotros ahora nos toca volver a recobrar esa enseñanza de poder volver a fertilizar la Tierra con nuestra sangre.⁶¹⁶

Las mujeres que siembran la sangre lo hacen con el significado y la intención de recobrar la paz en el mundo y por el cambio de conciencia de la humanidad. Así expresa Paulina su deseo e intención cuando siembra su sangre:

Cada vez que esté en luna voy a rezar porque la sangre de mi vientre sea la única sangre derramada en la Tierra y que no haya sangre por matanza, que no haya sangre por injusticia, que mi sangre vuelva la Tierra y tomarla por el amor de la vida, entonces la energía global va a cambiar completamente todo, si yo estoy consciente.⁶¹⁷

En las siembras de luna se hacen cantos que acompañan la ritualidad, a continuación presento el audio y la letra de un canto ritual creado por la ecuatoriana Yasuni Cevallos:

Enraizada mi sangre la luna aúlla
Enraizada a la tierra la luna se llena
Enraizada desde adentro bien adentro desde mi aliento
Que viaja en el viento,
se convierte en un eco, olvido mi ego

Y mi canto se eleva como flecha viaja inmensa,

⁶¹⁶ Dra. Catalina Hérdez, exposición en Círculo “Ritmos Femeninos”, Enero 2014.

⁶¹⁷ Entrevista con Paulina Oviedo. Diciembre 2013

toca el corazón de la tierra que palpita y late latiendo va,
que late latiendo estará
Enraizada mi sangre, sembrada mi sangre
Devolviendo a la mamita la esencia de mí ser
Empoderándome en mi luna de mujer.

Tanta sangre masculina derramada en la guerra
Y esa sangre hirviente de ira se adentra,
alimentando al sol
Que calienta la esfera cada vez más...

El sol se engloba calentando de más
Por eso ofrendo mi sangre femenina,
La ofrezco en cada ciclo por la paz
Semilla roja que fecunda en la luna y en la tierra
Alcanzando el equilibrio en la siembra femenina
Devolviendo a la energía la armonía de la vida
Encuentro siempre bien adentro de mí
Equilibrio energético shamuy warmi

AUDIO



QR 9 . Canto Enraizada a mi sangre. Yasuni Cevallos

<https://soundcloud.com/mujeres-de-luna/enlazadas-master-v1>

Las mujeres encarnaron las espiritualidades menstruales, llevando al plano espiritual su estado menstrual y su ritualidad cíclica. Las prácticas materiales y discursivas que reivindicaron la sangre y el estado menstruante fueron vividas como experiencias de bienestar, poder y sanación. La menstruación consciente y las ritualidades menstruales posibilitaron la encarnación de cosmovisiones en las mujeres, y en algunos de los casos activaron las voluntades para la práctica activista y feminista.

Así, el autoconocimiento cíclico y las ritualidades menstruales les permitieron a las mujeres encarnar experiencias autotransformativas. Las mujeres vivieron procesos terapéutico/espirituales que les permitieron una reconfiguración psicosomático/emocional, así mismo se objetivaron como poseedoras de sabiduría y poder ancestral, protegidas por la Divinidad. En este sentido, podemos ver procesos individuales y colectivos, agencias entramadas

para la práctica de espiritualidad, poder y sanación femenina. El colectivo crea y reconoce la energía y el simbolismo que ayudan a la reconfiguración, a la objetivación y a las experiencias de encarnación en sincronía con las cosmovisiones ecofemeninas. Las experiencias que construyeron cuerpo, subjetividades e identidades en las mujeres, cuestionan, resisten y proponen maneras positivas y panvitalistas de ser y estar en el mundo. Las mujeres reafirmaron en su estilo de vida trascender los límites patriarcales y colonialistas para crear espacios y realidades personales y colectivas de bienestar y cambio.

A continuación un video que condensa la experiencia y la labor del reconocimiento de la menstruación a nivel personal y colectivo



QR 10. Video “Honrar”. GVP, 2014.

<https://www.youtube.com/watch?v=-ybu-X39l2A>

6.3.3. Recibir y despedir la Sangre

La cultura patriarcal niega estos ritos de pasaje, los tapa, los minimiza, intenta anularlos de todos los modos posibles, evitando de esta manera la conexión de cada mujer con su sagrado tiempo interior. Cada rito de pasaje vivido con la conciencia despierta, propicia la conexión con una fuente de sabiduría ancestral femenina que empodera y libera de ataduras y mandatos impuestos por el sistema dominante.
Mónica Glusman

Judy Grahn, poeta y escritora estadounidense, en su libro *Bread, and Roses: How Menstruation Created the World (Pan y Rosas: Cómo la Menstruación Creó el Mundo)* (1993) argumenta la conexión de la creación de la cultura y la conciencia humana, a través del imaginario y la ritualidad menstrual; cómo la ciclicidad menstrual, dio sentido de conexión con el cosmos y sensación de poder actuar y ser parte de él. Las restricciones particulares encontradas a través del mundo en los ritos de menarquia probablemente “crearon el mundo” en la conciencia humana. (...) Por ejemplo, los rituales menstruales incluyen elementos culturales que encarnan el cosmos, el fuego, el agua, el viento, el mundo de abajo, el sol y la luna, la tierra, y las fuerzas energéticas de la vida. Las jóvenes en su tiempo menstrual tenían poderes sobre tales fuerzas como la lluvia, la luz, la

sequía, el crecimiento, la sanación, la prosperidad; poderes básicos de la deidad. Esto hace suponer que los Ritos de la sangre de las mujeres creaban la cultura. Y los ritos de la sangre en los hombres eran complementarios y también creaban cultura.

Grahn, elabora la Teoría Metafórmica llega a la conclusión de que los relatos primarios de creación, no se trataban de eventos geológicos en el tiempo, sino acerca del nacimiento de la conciencia. Por medio de la sangre menstrual, la Teoría Metafórmica proclama a los ritos menstruales como el origen de la mente civilizada. Rachel Fitzgerald expone lo siguiente en torno a la obra de Grahn:

Grahn encontró un principio generatriz que nos relaciona con nuestros comienzos –una metáfora compleja que tiene sentido como una intuición poética y como una contribución brillante al análisis del origen de la conciencia. Si sólo el correr de la sangre produjo nueva vida, los dioses de la guerra continúan hoy en día moviéndose a través de antiguas prácticas rituales (Fitzgerald, 2011: 19).

Según esta teoría, la ciclicidad femenina, la menstruación y todas las transformaciones de las mujeres, fueron las pautas para reconocerse como humanos, hombre y mujeres. La creación de la cultura fue en sus inicios centrada en la celebración de lo femenino. Después, el patriarcado desterró y violentó la sabiduría y poder femenino, condenando y extinguiendo su ritualidad.

La menstruación, la sexualidad, el embarazo, el parto, la menopausia eran vistos como momentos de gran importancia, como transiciones entre dos mundos, que debía de ser honrados en lo interno y lo externo. En las sociedades patriarcales se han perdido los ritos de paso y la ausencia de estos ha causado confusión, rechazo, malestar, incomprensión de los procesos vitales que suceden en el cuerpo/ser.

El renacimiento de la ritualidad vital femenina busca los periodos especiales de ceremonia para resignificar, empoderar y encausar espiritualmente el cuerpo, sus procesos y la vida misma. De manera global las mujeres de la espiritualidad femenina se están reuniendo para crear rituales y celebrar los momentos de transición personal en la colectividad.

En el periodo de trabajo de campo, no hubo la oportunidad de estar presente en ningún ritual de celebración de la menarquia,⁶¹⁸ ni menopausia, sin embargo a continuación presento

⁶¹⁸ Estuve presente en un círculo de niñas de 5to año de primaria de la escuela Waldorf de Guadalajara, Georgina Navarro su maestra, lo convocó como parte del trabajo que hace del “Eterno Femenino” en esta pedagogía. Sin embargo, en el círculo que me tocó presenciar no hablamos de menstruación, ni de útero, porque en palabras de Georgina, ellas aún no estaban biológicamente cercanas a presentarla. El círculo tuvo un sentido espiritual, sororal y empoderador.

referentes discursivos de estos dos momentos iniciáticos femeninos y algunas experiencias de mujeres que encarnan la resignificación de la menopausia.

6.3.3.1. Iniciar el camino rojo: La menarquia

La espiritualidad femenina contempla la vital importancia para que a las niñas y jovencitas se les hable con naturalidad del ciclo menstrual. La vivencia de un ritual de menarca es llenar un vacío en la experiencia psíquica/somática/emocional y social de la vida de las mujeres.⁶¹⁹ Aunque muchas mujeres adultas no han tenido un recibimiento adecuado a este cambio, es posible restaurar los símbolos y significados en torno a la menstruación por medio de la ritualidad de la de menarca. La vital importancia del rito de paso, permite un cambio en la conciencia menstrual individual y colectiva. También el ritual tiene una eficacia terapéutica, por que ayuda a “sanar heridas” que se manifiestan en malestar, en enfermedad, en falta de dirección en la vida, falta de creatividad.

En este contexto circulan libros, audios, creaciones, herramientas y recursos para acompañar a las chicas en este tránsito psíquico/corporal.⁶²⁰ También las mujeres en círculo han creado y convocado a talleres vivenciales y rituales para crear y vivir un rito de paso en torno a la primera menstruación. Las mujeres que asisten, desean sanar y recuperar este momento iniciático en compañía de otras mujeres adultas.

A continuación expongo algunos referentes discursivos/visuales en torno a la celebración de la menarquia. La página Mujer Cíclica.com ofrece los siguientes recursos para “encontrar inspiración, referencia y guía sobre el Arquetipo de la Doncella”.

⁶¹⁹ Hemos visto cómo la menstruación ha sido ocultada, estigmatizada y violentada por la cultura patriarcal. La transmisión de las prácticas y significados de la menstruación queda sólo en manos de la madre que reproduce el rechazo y el malestar, no nada más a la menstruación, sino al “ser mujer”. Es en este momento iniciático -traumático- que se infunde el miedo del embarazo/maternidad y de la sexualidad asociada al abuso que prevalece en la cultura patriarcal.

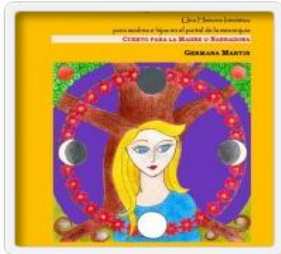
⁶²⁰ Chris Bobe hace una crítica a la cultura del consumo y de falta de perspectiva feminista que se ha desatado en Estados Unidos en torno a esta ritualización de la menarquia (2010), sin embargo para las experiencias Latinoamérica, muchas Mujeres Medicina prescinden de objetos comprados, además de que tienen perspectiva política -ecofeminista-.

La Guía Migjom



Recursos sobre la sexualidad y la llegada de la fertilidad

Ludmila y sus Lunas



Una historia iniciática para madres e hijas en el portal de la menarquía

El Tesoro de Lilith



Un cuento que nos lleva a un mundo mágico y lleno de tesoros para mujeres y niñas.

Becoming Peers

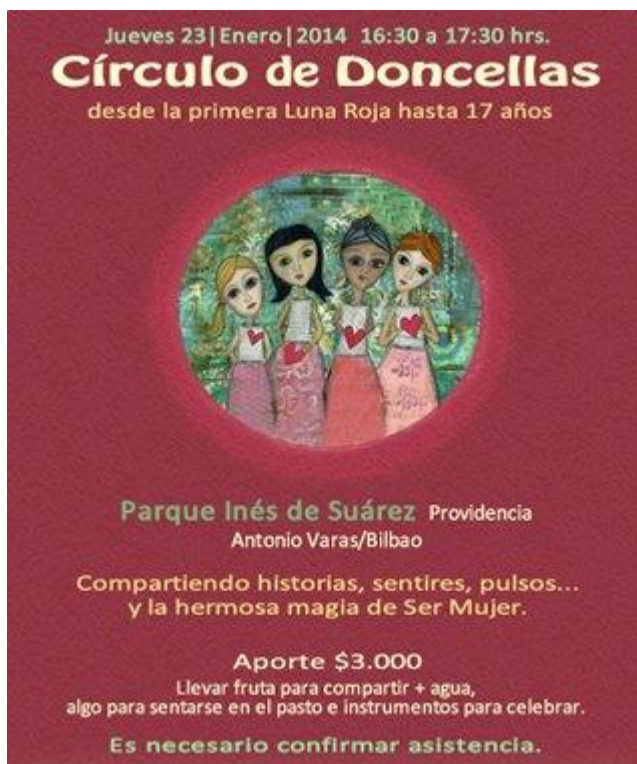


En ingles, inspiración para honrar la menarquía

Recorte de pantalla 60. Recursos de inspiración para el arquetipo de la Doncella en página electrónica mujercíclica.com



Ilustración 27. Portada y contraportada del libro *Las Lunas* de Victoria de Avoitiz. Argentina, 2015.



Recorte de pantalla 61. Invitación a un círculo de Doncellas. Santiago de Chile, 2014.

En la ciudad de Guadalajara, la colectiva IxChel ha organizado charlas, talleres y rituales para adolescentes. Aquí el inicio de su convocatoria lanzada por Facebook en marzo del 2014:

Bellas, tenemos el sueño de hacer una charla para menarcas. Queremos transmitirle a las jovencitas que apenas comienzan su camino como mujeres fértiles, el amor por el cuerpo, el respeto y entendimiento de su ciclo, y las alternativas que existen para que puedan vivir su ciclicidad en armonía y conciencia. Si tienes una hermana, sobrinas, hijas, nietas, ahijadas, todas bienvenidas! Comenzaremos a hacer una base de datos de todas las que nos digan que les interesa ¡Porque las nuevas generaciones tienen el derecho de caminar en amor y vivir sus cuerpos con conciencia!

Así, en el contexto de la espiritualidad femenina, el momento iniciático de la primera menstruación, es resignificado y re-vivido en la ritualidad colectiva, para sembrar a las mujeres en el poder y la sabiduría de “lo Femenino”, de la ciclicidad y la capacidad de renovación y creación de la propia realidad. Poder que viene con la sangre.

6.3.3.2. Cuando la sangre es de las mujeres sabias

Les hablo como Mujer Búfalo del Norte, hermana mayor. Soy Mujer Tierra, enraizada profundamente en este suelo; soy Mujer Espíritu, portadora del Gran Misterio. Hoy vengo a hablarles de la Posada de la Abuela a aquéllas que ya estén allí y a todas las que conocen su función. Mujeres, despierten y vean, pues se aproximan a esta posada. Hombres, despierten y escuchen, pues éstas son sus mayores, guardianas de la Ley Altísima.

En su primera menstruación, una mujer descubre su poder.
Durante sus años menstruales, practica su poder.
En la menopausia, se convierte en ese poder.
Sabiduría tradicional nativoamericana.

Menopausia es el nombre que recibe el cese de la actividad ovárica y las menstruaciones;⁶²¹ la palabra deriva del griego *men* (mes, menstruación) y *pausis* (pausa). Emily Martín (1987) en su libro *Woman in the Body: A Cultural Analysis of Reproduction*, plantea cómo los discursos médicos construyen el cuerpo femenino a través del uso de metáforas del contexto social e histórico. En el siglo XIX tanto la menstruación como la menopausia son homologadas como enfermedades.

⁶²¹ La menopausia es el tiempo cuando los ovarios de la mujer dejan de producir óvulos, reduciendo la proliferación de hormonas como el estrógeno y la progesterona. Por consiguiente, la mujer, entre sus 40 y 50 años, experimenta ciertos síntomas físicos, además del cese de las menstruaciones, presenta latidos cardíacos fuertes o acelerados, sofocos o bochornos, sudores fríos, enrojecimiento de la piel e insomnio; a nivel emocional, también empieza a percibir fuertes desasosiegos como parte de una crisis de la mitad de la vida.

Con los hallazgos de las hormonas y del estrógeno en el siglo XX, se redefinió el concepto de menopausia como enfermedad deficitaria, fue así también que se promocionó la terapia del reemplazo de estrógeno. El sistema biomédico fortaleció el proceso de medicalización de la menopausia generalizada en conjunción con los intereses de la industria farmacéutica. Antoni Talarn (2007), conceptualiza la medicalización de la vida, como un proceso de carácter político, un método de control social e ideológico y una tendencia inductora al consumismo médico y farmacéutico; este método de control social se caracteriza por expropiar a los individuos sus propios recursos y criterios curativos. Así, la menopausia –como la menstruación, el embarazo, el parto- se dejó de contemplar como un proceso natural, como una etapa de la vida del cuerpo/ser femenino, posible de afrontarse con los propios recursos (y de las mujeres que están alrededor); para ser vista como un problema médico que tiene que ser medicalizado. Asimismo la estigmatización cultural de las mujeres no ovulatorias tiene que ver con los estereotipos femeninos sobrevalorados de juventud y fertilidad. Así las mujeres encarnan las expectativas sociales comprando el destino ficticio de “normalidad” que viene con el reemplazo hormonal. El malestar encarnado por las mujeres peri y menopáusicas, tiene que ver con múltiples factores bioquímicos, físicos, psicoemocionales, familiares y sociales; la percepción de éxito y realización de la vida de una mujer juega un papel fundamental en el bienestar o malestar.

A partir de la década de los setenta surgen cuestionamientos a la patologización y medicalización de la menopausia, provenientes de voces críticas feminista, vinculadas con el reclamo de la apropiación del cuerpo. En la década del ochenta los aportes antropológicos proponen la deconstrucción social occidental de la menopausia como proceso patológico.

El movimiento por la conciencia y la espiritualidad femenina busca resignificar la etapa de la menopausia; entendiendo que es un momento que ofrece posibilidades de comprensión y exploración del poder femenino, para ello es necesario que la(s) mujer(es) pueda abrirse camino entre la negatividad cultural generalizada que ha rodeado durante siglos a la menopausia. Se busca que la premenopausia sea reconocida como un rito de paso, porque implica un cambio profundo en el cuerpo/ser femenino. Diversas autoras, terapeutas y facilitadoras de lo sagrado femenino (Miranda Gray, Starhwak, Shinoda Bolen, Meisenbach) propone rituales de transición de la menopausia; los rituales marcan la aceptación y el reconocimiento individual y social de que la antigua percepción cíclica de la mujer ha terminado y entra en un estado de “despertar al mundo interior femenino”. Los procesos de resignificación y la vivencia de la menopausia en positivo requieren de una transformación personal profunda, una actualización que permita sentir que su

percepción y su vida han cambiado. En la ciudad de Guadalajara son pocos y no muy comunes los ritos de paso para las mujeres que pasan a la menopausia,⁶²² sin embargo en los círculos de mujeres se habla de la importancia de llevarlos a cabo.

Miranda Gray asegura que “la mujer que ha tomado plena conciencia de las fases que ha atravesado a lo largo de su vida menstrual podrá aceptar con mucha más facilidad los síntomas y el significado de la menopausia que aquella que desconoce su verdadera naturaleza”. La comprensión de la menopausia desde esta visión no biomédica, contempla que la mujer posmenopáusica, al no tener ya sangrados, centra todas sus energías creativas en una sola dirección, hacia su propio interior; así las mujeres posmenopáusicas se pueden considerar como un “punto de origen” o como “fuente de sabiduría”. Gray, en su libro *Luna Roja* explica el estado psíquico del cual se podría beneficiar la mujer menopáusica que coincide con los discursos de las mujeres en círculo:

Su percepción deja de ser cíclica para convertirse en un equilibrio entre los mundos externo e interno. [...] La mujer posmenopáusica es por propia naturaleza sacerdotisa, chamana, sanadora y vidente, pues cuenta con la ventaja de poder acceder continuamente a aquella dimensión interior de la vida a la que sólo llegaba una vez al mes durante su faceta de mujer menstrual (Gray, 2007).

Christiane Northrup (2006) considera que otro motivo de que muchas mujeres le tengan miedo o rechacen la menopausia es la mala comprensión del arquetipo de la Hechicera o Mujer Sabia. Según Caroline Myss, médica intuitiva y escritora, la imagen de este arquetipo es una mujer sola en el bosque, símbolo de una mujer que se ha liberado de su anterior programación tribal; ya no basa sus actividades, sus pensamientos y su imagen de sí misma en la aprobación de su familia; es libre de ir y venir a su manera. Así algunas mujeres abuelas de los círculos de mujeres comparten que cuando se dieron “permiso” a sí mismas, lograron sentir esa libertad y esa plenitud que les permitió la edad y las no-responsabilidades como mujer mayor.

En los círculos de mujeres, la experiencia y la presencia de las mujeres que están en la menopausia y que la viven de manera plena, es vital; ellas son referentes para las demás mujeres cuando comparten su experiencia de cómo han podido hacer los cambios y las transformaciones

⁶²² En España, Marianna de la Comunidad Arboleda de Gaia, desde 1999 celebra un taller de conocimiento holístico y ritual de paso para la menopausia “Mujer que ya no sangra” en donde se “transmiten los conocimientos tradicionales del poder menopáusico en forma de herramientas para vivir mejor una de las mejores épocas de la vida”.

necesarias en su vida y vivirla en bienestar. Norma Emilia, comparte su experiencia de su entendimiento y vivencia como mujer y ginecóloga ante su climaterio y menopausia:

(...) cuando yo descubrí que la menopausia es el mejor logro, el mayor poder, la mayor satisfacción de la mujer... entonces voy a empezar a vivir, antes eran los altibajos de las hormonas, ahora es total plenitud, entonces por qué nos vamos a dejar opacar por esa energía masculina que nos quieren someter, que nos dice -no tú ya no puedes, tú ya no vales, tú ya no estás para aprender-.⁶²³

Norma Emilia expresa también el contexto patriarcal de mitos y estereotipos opresores y discriminatorios; ella devela la capacidad que le permitió transformarse en sujeto con capacidad de agencia para llevar a cabo su vida gestionando los cambios pertinentes, haciendo de su vida en la edad madura una experiencia de plenitud.

Las mujeres que compartieron testimonio de su experiencia en la menopausia en los círculos de mujeres, evitaban el remplazo hormonal y se equilibran con terapias y medicinas alternativas. También hicieron cambios radicales como el caso de Edna Martínez que pudo renunciar a su trabajo y dedicarse a estudiar y a trabajar en lo que ella deseaba. Ella atribuye los síntomas negativos de la menopausia que tuvo al principio, a que se encontraba en un lugar de trabajo en donde su cuerpo “no quería estar”. Ahora ella está viviendo de manera diferente su propio cuerpo y su vida, así comparte su experiencia:

(...) ahora me permito sabores nuevos, como si estuviera recién nacida, el sol me da en la cara o me acuesto en el pasto, como rompiendo los hábitos y trabajando seriamente en mi mente y encontrando lo que me sirve; he estado conociendo una nueva forma de vivir y me basé en el climaterio para tomar la decisión de darme un tiempo, ya no soy la misma, me di una pausa para probar cómo soy yo, y cómo es mi estado natural por la vida.⁶²⁴

La ritualidad para el periodo de transición de la menopausia, así como las resignificaciones para este momento de transición, permite que las mujeres se vivan de manera renovada y poderosa, como el caso de Edna, que al dejar atrás expectativas sociales, culturales y familiares se permite abrirse a la sensibilidad de los propios deseos y la voz intuitiva. En el contexto de la espiritualidad y la salud holística femenina se resignifican los estados psicoemocionales y los síntomas, como lo expresa esta imagen publicada en Facebook:

⁶²³ Testimonio de Norma Emilia, Círculo Ritmos Femeninos. Enero 2014.

⁶²⁴ Entrevista con Edna, julio 2014

Las mujeres no tienen sofocos
tiene oleadas de poder.
Maureen Murdock



Ilustración 282. Las mujeres no tienen sofocos, tienen oleadas de poder. Maureen Murdock

Las mujeres de la espiritualidad femenina reconocen que el estado de las mujeres que ya no sangran, es la sabiduría. En los discursos e imaginarios, se hace el llamado a las mujeres para reconocer, activar y usar esa sabiduría en beneficio de sí mismas, de su familia y de su contexto. En este sentido, existen narrativas de que antiguamente, las mujeres abuelas,⁶²⁵ las que ya no sangran, se les concedía el cargo de pertenecer al consejo de mujeres sabias, las que guiaban e intercedían en la vida social y política de la comunidad. Aquí un texto de la Mujer Medicina *Brooke Medicine Eagle* (Águila Medicinal), escritora y cantautora nativa americana:

La Posada de la Abuela es la etapa de las mujeres de cabello blanco (sabiduría) que ya han sobrepasado el tiempo de dar el poder de su sangre y ahora la retienen como energía para sostener la Ley. Cuando elegimos rodearnos de un cuerpo terrenal, también aceptamos su responsabilidad, un don para ser compartido. Al elegir un cuerpo femenino, aceptamos la posibilidad de nutrir y renovar todas las cosas. Nuestra herramienta es la ley única del Creador: «Estarás en buenas relaciones con todas las cosas y con todos los seres en la gran rueda de la vida».

Brooke Medicine Eagle expresa la necesidad urgente de despertar esta función política entre las mujeres. El patriarcado y el colonialismo invalidaron la función política/religiosa de las mujeres maduras. Los espacios femeninos de mujeres sabias fueron perseguidos y aniquilados. Ahora, cada vez menos las mujeres se sientan juntas para perpetuar la “nutrición y renovación de sus pueblos”, dice *Brooke Medicine Eagle*, por ello es tiempo de escuchar y atender con honor el llamado de la Mujer Sabia:

⁶²⁵ En varias culturas de América, las mujeres -y hombres- que cumplen 52 años adquieren el estatus de abuela, mujer sabia. La numerología se basa en el desarrollo humano por tercenas (13, 26, 39, 52) los ciclos marcan hitos vitales y sociales.

Hoy en día, las Mujeres Búfalo nos piden que asumamos el papel que quedó vacante. Cuando observo el mundo que nos rodea, veo que todos y cada uno de los problemas que enfrentamos como Bípedos son problemas de relación, sea con los árboles de las selvas tropicales, con otros pueblos, dentro de nuestros sistemas familiares disfuncionales o en la alienación de unos con otros y con la naturaleza. Despierta el deseo de relacionarnos con nosotras mismas como cocreadoras con Todo Lo Que Existe. Sobre estos temas se nos pide explayarnos y encarar acciones espirituales.

Tanto el inicio de la menopausia como de la menstruación, comparten el halo de miedo y desconocimiento por parte de las mujeres. Hasta este momento las mujeres son objeto de una transición biosocial -que es rechazada-. A falta de ritos de paso en donde las mujeres pueden hacerse sujetos activos del (auto)reconocimiento, los ritos de paso femeninos serían una fuente para valorar a las mujeres y lo femenino. Los ritos de paso también serían una oportunidad para integrar lo personal y lo transpersonal, para encontrar sentido y validación a las experiencias transformadoras, y que dejen de ser sólo crisis negativas, como lo es, para la mayoría de las mujeres.

El poder de amar la sangre, ha permitido a las mujeres develar sabidurías femeninas que habitan el cuerpo/ser, en la ciclicidad, en la sangre menstrual, en los sueños e intuiciones. Las mujeres que han encarnado la ciclicidad y la conexión profunda y reveladora con la experiencia menstrual, han iniciado procesos de creación de agencias entramadas, identidades y comunidades. Mujeres que se organizan, convocan y se reúnen para hacer su labor y recuperar los espacios político/espirituales de las mujeres como hijas y Guardianas de la Tierra.



QR 11. Video "Rezar la Sangre". GVP, 2014.

https://www.youtube.com/watch?v=tCFsfPA_Qyc&t=8s

CONCLUSIONES

REFLEXIONES FINALES

Yo tomo los opuestos y los conflictos,
todo lo que es contradictorio.
Yo tomo lo diverso y lo variado.
Y tomo lo sencillo y lo solitario,
y mezclo y fundo, derrito y combino.
Yo tomo lo que está separado y genero unión.
Yo junto lo que necesita juntarse,
y así se realiza la totalidad.
Amy Sophia Marshinsky

Las Ciencias Sociales, tienen un papel fundamental en la cocreación y circulación de sentidos y formas de organización, que auguren una experiencia de vida biosocial democrática, sustentable y libre de cualquier tipo de dominación y jerarquía. Los ámbitos políticos, éticos y epistemológicos son fundamentales para la práctica académica que aspira a la praxis reflexiva y crítica; para el papel de las ciencias humanas y sociales como agentes de cambio y como generadoras de comprensión del mismo (Cubides y Durán, 2002). Víctor Toledo manifiesta cómo un nuevo tipo de conocimiento científico, técnico y humanístico, está emergiendo, “mucho más flexible, menos etéreo y más terrenal, mucho más determinado por las necesidades de la gente, menos condicionado por las élites científicas.” Esta construcción de conocimiento propone una reinterpretación no jerárquica de la naturaleza y de la identidad humana, en donde es posible la diversidad -natural, cultural, religiosa, étnica, sexual- sin jerarquías; y es necesario deconstruir las representaciones duales, con ojo crítico, ya que estos códigos de género, de raza, de clase, de especie, median nuestra realidad cultural y asumirlos nos someten o liberan. Por ello, es preciso una ciencia que se renueva reflexivamente, como antídoto ante las producciones hegemónicas y sólo intelectuales, y apostando a la posibilidad de creación de comunidades de sentido y de vida, a partir de la difusión del conocimiento compartido y revelado.

Podemos dilucidar un método -manera de ser y hacer- que permite afrontar la realidad crítica en la que nos encontramos, las crisis biosociales. Analizar y visibilizar de los “pequeños mundos de vida”, las otras maneras de significar, de encontrar comunidades de sentido, es un reto para las Ciencias Sociales, esto con el sentido de ampliar y circular el conocimiento como medio para la liberación y la libertad, como manera de disolver las fronteras entre lo personal y lo político, para crear formas de ciudadanía plural, sustentable, buscando crear, sanar y

transformar maneras y experiencias de vida. También para el tema y los estudios de la salud humana, resulta vital el análisis de los casos culturales y las experiencias de las potencialidades de eficacia terapéutica de determinadas condiciones emotivas/corporales generadas en colectivo. Es preciso plantear una antropología médica transformativa que proporcione una visión del ser humano que colabore en la creación de contextos de prevención y mejora de la salud y la calidad de vida de las personas. Lo mismo para los feminismos, en donde también es necesaria la visibilización de autonomías micropolíticas-corporales/subjetivas de las mujeres.

Las epistemologías desde donde me posicioné, me exigieron centrarme en mostrar la diversidad de experiencias de las mujeres por encarnar cosmovisiones y estilos de vida categorizados como ecofeministas. Como un sesgo de la investigación, o como una ausencia en este sentido, no hice hincapié en los otros discursos, prácticas o identidades, no contemplé las disonancias entre discursos e ideologías, ni a las mujeres a quienes no les apetece encarnar los planteamientos de la espiritualidad femenina, de ninguna manera las niego. Me centro en cómo el encarnar el *self*, el ser sensible a sus lenguajes, permite un anclaje con el cuerpo, su sabiduría y poder; las experiencias de bienestar y sanación que se dan en la ritualidad compartida, son experiencias reflexivas y sensibles que trascienden las resistencias del yo y de la cultura, para lograr construirse a sí misma en sincronía con el útero contendor, universo perfecto, ordenado y ordenable por nuestra propia conciencia y la del colectivo femenino. Al centrarme en la complejidad de las experiencias de ampliación de la conciencia ecofeminista espiritual, advierto que las sensibilidades refuerzan la ideología y los discursos, y éstos son trascendidos para conformar un fenómeno caleidoscópico de corporalidades, modos de ser y estar tan diverso como las mujeres que lo encarnan, dando vida al movimiento espiritual que se nutre, transforma y expande. A continuación expongo los hallazgos encontrados en la investigación de los modos de encarnar conocimientos, prácticas, concepciones y sensibilidades, para después hacer un ejercicio de síntesis de los vectores sociales y culturales que son trastocados en la práctica de la espiritualidad femenina, para finalizar con las reflexiones en torno a la realización de la investigación y mi implicación.

Los Hallazgos

Estudiar los procesos de encarnación de las mujeres de la espiritualidad femenina, me exigió muchos retos. El interés y la inspiración que me movieron para elaborar y terminar la tesis fue el conocer y visibilizar las otras maneras en que las mujeres en lo individual y lo colectivo están

encarnando y viviendo experiencias de bienestar y sanación. Desde el principio me posicioné con la convicción de que los círculos de mujeres transforman, la pregunta primaria era cómo sucedía. Al haber compartido algunas experiencias en los círculos de mujeres, sabía que era preciso hilvanar una complejidad que se desbordaba ante los pensamientos lineales o meramente intelectuales. El acercamiento al fenómeno de estudio, el conocimiento de las historias y experiencias íntimas de las mujeres, dibujó y conectó la complejidad de puntos y puntadas del tejido biosocial que con-formamos. La palabra y los testimonios de las mujeres me mostraron las conexiones sensibles, existentes y emergentes entre las esferas de la experiencia de los vínculos bioculturales y cósmicos que se retejieron en la existencia de las mujeres.

El estudio de las prácticas y sensibilidades de las mujeres de la espiritualidad femenina, desde el paradigma del *embodiment*, me permitió integrar al análisis social del estudio del cuerpo/ser en interrelación con la esfera natural y cósmica. En el proceso de enculturación del movimiento de espiritualidad alternativa, el cuerpo femenino es principio existencial de vínculos intra e intercorporales, y en donde la esfera natural influye la manera de estar y ser, afectando la inter-subjetividad. Este meollo históricamente discutido de la división ontológica naturaleza-cultura instauradas en las ciencias occidentales, se redimensiona y reteje, buscando no caer en esencialismos, al centrarme en las experiencias encarnadas, indeterminadas, reflexivas, situadas y diversas de las mujeres de la espiritualidad femenina.

Así mismo, centrarme en los procesos bioquímicos, psicosomáticos, emotivos, entretejidos con las esferas sociales y cósmicas, me permitió dar cuenta de cómo las sensibilidades y concepciones del cuerpo/ser, cambian, se transforman, se materializan, se encarnan. La tesis contempló el cuerpo biofísico femenino como imperativo en donde se fusiona y se manifiesta la información cultural y el impulso vital; el género como lo biofísico, lo simbólico y lo social. En este sentido, me centré en los procesos bioquímicos y las sensibilidades somáticas/reflexivas, desde donde las mujeres están simbolizando(se) e interactuando. El cuerpo femenino resignificado y resensibilizado fue abordado desde las propias experiencias de las mujeres, con el propósito de recuperar significados y construir vivencias desde la propia diversidad de percepción y sensibilidad.

Entretejer las dimensiones biofísicas/culturales de los marcos de sentido y las experiencias de la ritualidad femenina, resultó fundamental para visibilizar los procesos de resistencia/sanación que elaboraron las mujeres, desde la compleja corporalidad/subjetividad,

de donde emergió la capacidad de actuar y transformar(se); así, pudimos ver cómo el cuerpo femenino fue la materia vital y cultural para ejercer prácticas de libertad y liberación.

Desde la aproximación teórica-metodológica del análisis de los *modos somáticos de atención*, conseguimos ver los procesos de encarnación de cosmovisiones. Las mujeres encarnaron símbolos, significados y sensibilidades en torno a las espiritualidades femeninas, y vimos cómo las mujeres se vieron influidas y en este caso, beneficiadas por la naturaleza. Las mujeres fueron adquiriendo referencias significativas y sensibles para encarnar desde su vivencia práctica y ritual, los procesos de atención sensible/reflexiva y de objetivación al propio cuerpo y vida. En estos contextos las mujeres aprendieron las maneras para poner atención al *self*, como guía orientacional interna, centro regulador de la conciencia corporal y vital. Las narrativas en torno a los vínculos entre conciencia/útero, conciencia/mamas, conciencia/vagina-vulva, conciencia/menstruación-ciclicidad mostraron cómo la conciencia reflexiva y somática del cuerpo emerge, se encarna como una manera de ser y estar; el cuerpo intra-conectado fue piedra angular para el camino de bienestar y autosanación.

Analizar los procesos de enculturación corporal de la espiritualidad femenina, exigió ver la capacidad de agencia individual y colectiva para los procesos de cambio y transformación. Como vimos, las prácticas terapéuticas/espirituales reclamaron la propia verdad y la autonomía, para la sanación y la autorrealización. En estos procesos de encarnar nuevas maneras de significar y sentir el entramado corporal/cultural/vital/cósmico, las mujeres vivieron momentos de tensiones y contradicciones consigo mismas y en sus contextos inmediatos. Para el caso estudiado, me centré en cómo las mujeres vivieron las tensiones como pruebas empoderantes para continuar con su camino y reforzar sus creencias; cómo ellas lograron encarnar su propio *self* como agencia, voluntad y deseo de realizarse a sí misma. En este sentido, la agencia fue sensitiva/corporal/yoica, impulso vital que se descubrió en la reflexividad, la conciencia, la voluntad, la congruencia, el bienestar, la sanación.

Para visibilizar los fenómenos de hacer cuerpo y cultura en torno a la espiritualidad femenina, me fue preciso nombrar las agencias entramadas, como lo propone Karen Barad (1996), en donde los fenómenos y las prácticas se producen en las sincronías y agencias colectivas, y en donde el rol humano se entreteje y fortalece con las fuerzas y significados de factores materiales y discursivos, naturales y culturales. Las agencias entramadas de la espiritualidad femenina, han permitido procesos de recuperación, descolonización y empoderamiento, de emancipación en las mujeres de los círculos, aquellas que han encarnado

las cosmovisiones, conocimientos, prácticas, voluntades y sensibilidades. En este sentido, me fue necesario nombrar y reconfigurar el entramado de agencias, en el contexto de la espiritualidad y ritualidad femenina. Los conocimientos, saberes y los procesos sensibles y reflexivos que las mujeres compartieron, mostraron otras posibilidades de vivir el cuerpo en bienestar y encarnar sanaciones en su sentido amplio, abarcando aspectos del sentido de sí, del cuerpo bioquímico/físico, aspectos psicoemocionales, y lo relativo a las relaciones sociales y familiares.

Las mujeres vivieron experiencias iniciáticas para acceder a esta otra manera de ser y percibir. Las rupturas y reconexiones psíquicas, somáticas y socioculturales de las experiencias iniciáticas, les permitieron iniciar un camino de autosanación, de ritualidad cíclica y cotidiana; camino para reconectar con “la sabiduría femenina” y con la “propia feminidad”. En este sentido, las mujeres vivieron procesos de empoderamientos enraizados en el cuerpo, la carne, la bioquímica y la energía biofísica.

La experiencia ritual y performativa fue posibilitadora y generadora de cambios y transformaciones en el cuerpo/ser femenino; fue el tiempo y espacio colectivo, en donde las mujeres resemantizaron y re-sensibilizaron su cuerpo/ser femenino; experiencia de simbolizar lo orgánico y encarnar lo simbólico. El estudio del ritual como el medio de re-creación de la espiritualidad femenina, me permitió dilucidar las hibridaciones, reapropiaciones y revitalizaciones que las mujeres están haciendo de la cultura y la espiritualidad alternativa. Fue en la ritualidad que la sanación se volvió colectiva, experiencias que trastocaron la información bioquímica, simbólica, orgánica y comportamental de lo que cada una es como humana, encarnando un proceso integrativo del cuerpo/ser, desde el bienestar, la salud, la ciclicidad y lo sagrado.

Los rituales, el lenguaje simbólico, la ampliación de sensibilidades y las prácticas liberadoras permitieron a las mujeres, ser agentes activas ante la cultura corporal/emocional femenina hegemónica y sus malestares inherentes. El colectivo de espiritualidad femenina instrumentalizó su vivencia corporal como palanca de cambio y empoderamiento. Las experiencias rituales fueron las oportunidades para las rupturas y creaciones del sistema de creencias. La experiencia del ritual permitió encarnar la conciencia reflexiva, estados sensibles de la presencia, que aportaron sabiduría, poder, enseñanzas e instrucciones para continuar transformándose a sí mismas en la vida cotidiana.

En este sentido, abordé “lo femenino” desde la matriz de sentido o el marco interpretativo de la espiritualidad femenina; discursos compartidos como patrón arquetípico de la conciencia humana, formas que se encarnan tanto en hombres como en mujeres. Para las mujeres de la espiritualidad femenina, el cuerpo femenino está permitiendo acceder a los acervos históricos y ancestrales de la sabiduría femenina, aquella que ha sido violentada y perseguida por el sistema patriarcal. La mito-historia femenina, permite reconocer claves de lo Femenino antes de ser subordinado, sacrificado y abandonado. Desde el marco interpretativo de la espiritualidad femenina, el cuerpo -femenino-, es cuerpo biofísico, energético y cósmico, interconectado con la Tierra, con la luna. Así, el cuerpo toma un lugar central, en donde se abraza la biología para revalorizar las funciones del cuerpo y honrar los procesos bioquímicos, menstruales, la maternidad, la menopausia, para encarnar las experiencias de ser cuerpo sagrado como parte de la naturaleza y del cosmos. Desde la experiencia encarnada de las mujeres, ellas vivieron su cuerpo biofísico desde marcos interpretativos alternativos a los hegemónicos, encarnaron elementos significados y significativos de la esfera natural y cósmica, construyendo y definiendo corporalidades centradas en lo holístico, sano y sagrado.

El estudio de los *modos somáticos de atención* de las interconexiones orgánicas, psíquicas, emocionales que las mujeres en círculo han encarnado, me permitió analizar las experiencias de la conciencia somática/reflexiva para las transformaciones y sanaciones de las mujeres. Las mujeres encontraron en las nuevas concepciones y experiencias del útero, los ovarios, el vientre, las mamas, fuentes generadoras de poder, autonomía y bienestar. El útero adquirió relevancia orgánica y simbólica como centro femenino. Las mujeres establecieron vínculos conscientes con el útero y lo renombraron útero/corazón, para desde ahí sensibilizarse, vincularse y posicionarse como manera de ser y estar. Las prácticas, disciplinas y procesos para la recuperación del equilibrio en la gyn/ecología, posibilitaron la útero/consciencia como centro de poder y alta potencia vibracional.

Las mujeres hicieron alianzas simbólicas con su útero, porque encontraron la clave para actuar, realizarse y materializar sus deseos, desde este centro de poder femenino; ellas aprendieron a “llevar energía y conciencia” al útero, visualizaron y decretaron para materializar sus deseos en vinculación con la energía centrípeta de la tierra y la energía cósmica que actúan en conjunto para la realización. Encontré que en el útero se albergan las memorias negativas y de dolor, pero también los conocimientos ancestrales que nos han heredado nuestras antepasadas, sabidurías y poderes para ejercer los roles vitales de la vida femenina. Las mujeres

en círculo “reunieron sus úteros” para llevar a cabo sanaciones individuales y colectivas a la vez, como una labor trascendente. El útero es sagrado, porque es el espacio de la vida y la creación. El útero es el centro femenino que conectó a las mujeres consigo mismas, con las otras mujeres y con la luna, la tierra y el cosmos. Para la espiritualidad femenina, el útero de las mujeres hace recordar y revitalizar al “Útero cósmico” que es la naturaleza que nos sostiene y nos unifica como humanidad en la Tierra. Las concepciones y creencias del útero cósmico que contiene con su “esencia femenina”, que alimenta, nutre y acoge, aportaron seguridad ontológica, enraizada en el cuerpo como manifestación de la tierra y la naturaleza.

En el análisis, la menstruación se convirtió en un campo privilegiado para retejer la trama de la vida/cultura humana, en donde se entrevera la bioquímica y las cosmovisiones. Los estados menstruales fueron un camino y una manera de autoconocimiento, ritualización y sanación. La iniciación para encarnar las sensibilidades del estado menstruante y los arquetipos de la Bruja y la Anciana, fueron maneras de encontrar sentido y poder para la transformación de sí mismas. La menstruación fue momento para re-crearse. El estado menstruante otorgó poder y sabiduría para la transformación, la renovación y la sanación.

La sangre menstrual se convirtió en fluido sagrado, que se encuentre en los basureros habla de la labor femenina/feminista que falta por reconocer y reconectar con el poder menstrual que las mujeres en círculo comparte. En contrapeso al tabú y estigma menstrual, las mujeres ritualizaron para ofrendar la sangre a la Tierra, para agradecer a las Diosas, a su útero; ellas ofrendaron para hacer rezos, plegarias, súplicas, para pedir fuerza, guía y protección, también pidieron fuerza de voluntad para comprometerse consigo mismas y continuar las labores como guardianas e hijas de la Tierra.

Encontramos espiritualidades enraizadas en el cuerpo/ser, sabio y poderoso. La sabiduría cíclica y menstrual fue la llave para encarnar el poder de las transformaciones y (auto)sanaciones. “El poder de amar la sangre” se manifestó en la vida de las mujeres, cuando, después de un trabajo profundo para conectarse con su ciclicidad, accedieron a la sabiduría que emana de su cuerpo, para tener experiencias de bienestar y sanación, empoderamientos y estados espirituales.

Encarnar el tiempo cíclico, permitió experiencias del movimiento cíclico cósmico dentro de sí, para sentirse “parte de un todo”, de “un universo completo y perfecto”, que les dio sentido de sí y de su vida. La reivindicación de la ciclicidad femenina es una propuesta alternativa al

tiempo lineal impuesto por un sistema económico de producción. Con estas prácticas y concepciones, se reconoció y recuperó el tiempo del propio cuerpo, organismo cíclico femenino. La capacidad personal y colectiva de encarnar el tiempo cíclico, habla de un paso evolutivo, por encarnar el bienestar, los empoderamientos y las autotransformaciones.

Aunada a la vivencia cíclica hormonal, las mujeres encarnaron la sensibilidad de la ciclicidad lunar, para entretejer los vínculos sensibles y simbólicos útero/luna; oportunidad somática, simbólica y energética de los ciclos para el cuidado y la sanación de sí. El saberse y vivirse como mujer cíclica fue la manera de reconocer, utilizar y favorecerse de las oportunidades arquetípicas y energéticas de la totalidad del ciclo lunar y del útero/corazón/cerebro, como manera de ser y estar en la vida; accediendo a su espiritualidad, poder y sanación.

Las mujeres encontraron poder y sabiduría en su cuerpo y su ciclicidad. La conciencia reflexiva encarnada, el instinto vital, erótico, la búsqueda de la vivencia de bienestar, de satisfacción, de certeza fue lo que empoderó a las mujeres somáticamente conscientes de sí mismas. Las mujeres reconocieron y revitalizaron a la propia *mujer salvaje*, experiencia de encarnarse a sí misma, para acceder a su sabiduría y poder. Encontramos, pues cómo las prácticas que las mujeres encarnaron fueron actos rebeldes y liberadores, que cuestionaron los sistemas de poder-saber androcentristas y patriarcales. Las mujeres cambiaron sus concepciones y prácticas para vivirse desde otras cosmovisiones, en donde lo femenino arquetípico, la naturaleza y lo sagrado cobró relevancia en su manera de ser y estar.

En estos procesos de individuación psíquica encarnada, las mujeres reconocieron sus linajes sanguíneos e imaginarios para configurarse como mujer con una ascendencia violentada. El trabajo con los linajes en la espiritualidad femenina, tiene una fuerte carga emocional y simbólica, porque en la experiencia se descubrió que la gran mayoría de mujeres venimos de ancestras que han cedido su libertad y vida, viviendo desequilibrio y enfermedad. Esta información negativa y de enfermedad se reconoció en el ADN, de ahí la importancia de “sanar la historia” que reside en el útero y la sangre. En esta búsqueda y reconocimiento de los linajes, también se encontró ser descendientes de mujeres poderosas, valientes, e inclusive curanderas y sanadoras. De tal manera que posicionarse como mujer, tuvo que ver con reconocer en la conciencia a las mujeres que preceden, así como a la cultura patriarcal encarnada; construyendo así una conciencia de género y una práctica para la autoliberación.

Los procesos de malestar/enfermedad-bienestar/sanación, fueron procesos autorreflexivos/sensibles, en donde el *self* guió y movió para la agencia, para la voluntad de recobrar el equilibrio. Los procesos en donde las mujeres transformaron aspectos psíquicos/corporales/emocionales estuvieron enraizados en la conciencia somática reflexiva; procesos movidos por el poder de ser/saberse un ser espiritual, con capacidad de construir la propia vida en lo cotidiano y en lo social y trascendente. Las mujeres emprendieron proyectos que tienen que ver con su vida laboral y la generación de recursos económicos, en congruencia con su misión de vida. Muchas de ellas dejaron sus trabajos y dedicaron su tiempo a actividades que tenían un mayor sentido con su vivencia espiritual.

En este desarrollo de su proyecto de vida, las mujeres se encontraron compartiendo sus experiencias, conocimientos y saberes; algunas de ellas se convirtieron en Mujeres Medicina, al servicio planetario, cambiando su perspectiva y su relación con el dinero y la abundancia (divina) de recursos. Convertirse en Mujer Medicina correspondió a procesos de transformación acética, disciplina de trascenderse a sí mismas, para poder revitalizar sus sensibilidades, sus dones y poderes. Este proceso transformativo, tuvo que ver con someter el cuerpo como ofrenda, como medio para acallar la mente y acceder a estado alterados de consciencia que permitieron encarnar fortaleza, claridad y guía para llevar a cabo su labor como mujeres sanadoras. Sin embargo, no todas las mujeres desearon y buscaron ser mujeres medicina, algunas mujeres decidieron y escogieron este camino como una creación de vida.

Ahora vemos como la convergencia en los discursos ecológicos, feministas, pacifistas y espirituales que se están dando en diversos contextos, esto nos habla de un fenómeno global, una manifestación discursiva interpretada y vivida como “despertar femenino”. Los temas en torno al cuerpo femenino y la menstruación han alcanzado un despunte histórico, aunque falta mucho por visibilizar y transformar, estamos siendo partícipes de un cambio cultural que está liberando los tabús de la corporalidad y la psique femenina; proyecto feminista de largo alcance con eficacia práctica y simbólica en la vida de las mujeres.

En cuanto a la cultura por la conciencia holística femenina en nuestro país, se ha ido gestando desde hace más de cuarenta años. Las manifestaciones del movimiento en México tienen su raíz en la neomexicanidad, en donde se accedió al reconocimiento de las raíces étnicas como opción espiritual, dándole un giro femenino; las mujeres se apropiaron de las prácticas tradicionales desde una reinterpretación y perspectiva femenina y feminista; lo que ha permitido que cada vez más mujeres se empoderen para convocar y guiar rituales colectivos. En la ciudad

de Guadalajara, la propuesta alternativa de los círculos de mujeres se puede definir por las siguientes aristas que conforman su matriz de sentido:

- Una espiritualidad holística/sanadora. En la búsqueda de sentido de las mujeres, encontraron prácticas de una espiritualidad terapéutica en donde las sanaciones holísticas y la trascendencia se entrelazaron en las interconexiones humanas y cósmicas que encarnaron. Las experiencias de la espiritualidad sanadora, fueron vividas como proceso de sanación individual y colectiva, como resultado del auto-conocimiento del cuerpo, y como la labor trascendente de sanarse y sanar en colectivo. Las mujeres crearon y recrearon prácticas terapéutico/espirituales: visualizaciones, oraciones y bendiciones, meditaciones dirigidas, respiraciones conscientes que enraizaron a las mujeres con su cuerpo. El carácter holístico de las prácticas terapéutico/espirituales facilitaron la confluencia de las partes disociadas por el dualismo; el cuerpo, la mente, las emociones, el espíritu, el cosmos fueron entrelazados en las experiencias de las mujeres, experiencias de co-influencias biofísicas, simbólicas y energéticas que resultó en sanaciones, personales y colectivas.

- Psicoterapia holística. Algunas mujeres vivieron procesos profundos de sanación y transformación psicoemocional, soltando patrones y vicios patológicos. La función terapéutica, tuvo su efecto en las atmósferas propicias para la conexión con el *self* y su expresión. La característica catártico-terapéutica, de los círculos convocados por mujeres psicoterapeutas, tuvieron eficacia terapéutica. Se guiaron las reuniones reconociendo la vital importancia de tomar consciencia (que emerjan de la sombra del inconsciente) de los arquetipos, los linajes, del cuerpo sensible; sanando las heridas emocionales y reconociendo los errores de juicio. Las mujeres, lograron trascenderse a sí misma y “tomar su destino”, autorealizándose.

- Medicina holística femenina. Desde el paradigma holístico se comprende y se recobra el equilibrio. En este sistema de salud, el cuerpo y el ser tienen la capacidad de sanarse por sí mismo, con la ayuda de la naturaleza. Los procesos de sanación holística de las mujeres, buscaron recuperar la conexión con la sabiduría del cuerpo, emociones e intuición, para descubrir los recursos personales que favorecen el proceso de sanación. El autoconocimiento como proceso, tuvo que ver con la capacidad de escuchar al cuerpo/*self*, la sensibilidad para descubrir qué es lo que cada una es y necesita. La sanación colectiva es vital, está interrelacionada y tiene que ver con la memoria: información bioquímica, simbólica, orgánica y comportamental de lo que somos como humanas. La creación y elaboración de concepciones y prácticas de salud y del cuerpo femenino abarcaron una gama de conocimientos y saberes. El autoconocimiento y el

autocuidado recobraron el equilibrio y la salud, las cuestiones simbólicas y los rituales personales y colectivos recuperaron el bienestar. El movimiento de los círculos de mujeres y la espiritualidad femenina, se fundamenta en los cambios a nivel vibracional que se da en el cuerpo/ser de las mujeres y en lo colectivo. Las prácticas terapéuticas/espirituales producen cambios bioquímicos y movimientos vibratoriales que se expanden y tocan a la totalidad del cuerpo/ser; cuando los cambios y transformaciones vibratoriales se presentan en la conciencia encarnada, se revelan, perduran y emanan hacia el exterior la alta frecuencia vibratoria. El cuerpo/ser encarna la conciencia y crea -otras- realidades. Como un fenómeno de campos electromagnéticos (Sheldrake, 1988) se busca el número crítico, para que las transformaciones sean información, conocimiento y sabiduría humana y planetaria.

- Superación personal. Con los autoconocimientos profundos de sí mismas se empezaron los cambios más radicales y fundamentales en las vidas. La práctica de conocerse y cuidarse fue “un ejercicio sobre sí”, como un ascetismo para “elaborarse, transformarse y acceder a un determinado modo de ser”. Como parte de los procesos de autoconocimiento, sanación y autonomía, y el deseo en las mujeres por cambiar sus estilos de vida, las llevó a cuestionar y estar en discrepancia con una labor que no correspondería a sus deseos más profundos para realizarse, actuando para materializarlos.

- Ecofeminismos. La encarnación de lo femenino es conciencia de género para el cambio radical de la mente/cuerpo, para tener como prioridad vital el autocuidado, la salud, y los valores de la vida en bienestar. Manifestaciones locales de discursos y prácticas rituales reivindicativa de lo femenino y ancestral.

- Empoderamientos. Las mujeres encarnaron la reflexividad encarnada/espiritual para recuperar la capacidad de transformar(se) y sanarse. Las experiencias rituales que las mujeres vivieron, se enfocaron en retomarse y encarnarse en su completud, para desde ahí autotranscenderse y autorrealizarse. La no autoridad y la autorreferencia fueron antídotos en contra de la imposición; en la práctica de la espiritualidad femenina se requiere la propia autoridad, el poder y sabiduría, que en el colectivo se cultiva.

- Sensibilidades. Las experiencias rituales fueron una oportunidad para revitalizar las sensibilidades somáticas. Las meditaciones, los ejercicios, las danzas fueron experiencias para sentir y “escuchar” al cuerpo. La conciencia somática les dio las mujeres conocimientos e intuiciones para su vida en bienestar. El útero adquirió relevancia, además de simbólica, potencialidad sensible que trastocó la conciencia. Las mujeres recobraron sensibilidad hacia las

vibraciones, los movimientos, las temperaturas, los dolores y el placer del útero. La conciencia somática reflexiva del útero se convirtió en fuente de conocimiento, de poder, de “medicina”. Las sensibilidades de los estados menstruales, la pesadez, la expansión del abdomen, la humedad de la sangre en la vulva, fueron experiencias vividas en mayor presencia, fueron revitalizadas.

- Sexual. La sexualidad como acto trascendente, vinculante y sanador. La espiritualidad femenina reconoce que la sexualidad está sujeta por los mandatos patriarcales del poder-saber-ser que violenta y domina la expresión del *eros*; que es la energía y movimiento del cuerpo, capacidad creativa y sanadora, posibilidad de vinculación, estados de éxtasis que conecta lo trascendente y profundo. Las sensaciones eróticas fueron vividas como señal de plenitud y salud, reconociendo a *eros*, versus *tánatos* -la energía de muerte y destrucción-.

- Cultura menstrual alternativa. Las experiencias re-significativas en cuanto a la sangre fueron desde la salud, la belleza, el poder y la sacralidad. Las prácticas menstruales cambiaron para usar ecoalternativas menstruales, reconociendo así la propia sangre que fluye del interior cargada de simbolismos, de mensajes, de células madre para usar. Abrazaron los estados menstruales como la oportunidad para dedicarse tiempo y cuidarse, también como el momento para ritualizar y rezar. Sacralizaron la sangre por ser el fluido de la continuidad de la especie, lazo que une con las ancestras y ancestros. La ofrenda de esta sangre de vida a la tierra, materializó proyectos, deseos, peticiones en la vida de las mujeres. Las mujeres de la espiritualidad femenina, son precursoras de la cultura menstrual alternativa en la ciudad.

- Modelo de labor feminizado. Las mujeres construyeron su propia actividad económica en sincronía con sus deseos y aspiraciones, en concordancia con su labor trascendente como mujeres. Dejaron sus trabajos para buscar la independencia económica o institucional y poder dedicarse a realizar su vida. Las actividades económicas que las mujeres realizaron, en su mayoría, se encausaron a las prácticas de acompañamiento terapéutico.

- Grupales alternativas. En el imperativo trascendente de las relaciones no patriarcales entre las mujeres, se fundamenta la vital importancia de las reuniones femeninas, porque es en el compartir en colectivo, que las mujeres se fortalecieron y sanaron. Las atmósferas de los rituales femeninos permitieron el tiempo/espacio para la sororidad y *affidamento*; en el círculo fue posible reconocer las diferencias entre las mujeres, y aun así establecer vínculos de admiración, respeto y contención, para la creación de atmósferas rituales y terapéuticas, experiencias de cosanación o sanación en/del colectivo. Se vivieron procesos de vínculos afectivos logrando comunidad. En los círculos femeninos encontré relaciones y actitudes

sororales. Pude reconocer la capacidad de las mujeres por vincularse con las demás mujeres, sin jerarquías, desde el apoyo y el acompañamiento. Además la actitud sororal fue más allá para reconocer el *affidamento* entre las mujeres, es decir, la capacidad que ellas tuvieron para cuidarse, orientarse y ayudarse en términos más amplios que el contexto ritual. También, las mujeres aprendieron estas dinámicas para vivirlas con otras mujeres de su vida. Considero los círculos de mujeres como una oportunidad de vivir experiencias vinculantes y colaborativas, para crear comunidades afectivas en donde es posible expresar lo que ha sido silenciado, con apertura, respeto y compasión por el pasado violento femenino y poder así, vislumbrar un presente diferente para las generaciones actuales y venideras.

- Relaciones sociales a partir de lo femenino. La encarnación de espiritualidades feministas trajo consigo los cuestionamientos y la crítica a creencias, valores y actitudes que mantienen y refuerzan los vínculos de dominación humana y con la naturaleza. Su búsqueda la afirmación de la autonomía, se valoró positivamente la diferencia y las relaciones y vínculos centrados en la transformación positiva.

- Cosmovisión/espiritualidad femenina. Las mujeres se reapropiaron de los rituales con perspectiva femenina, diversidad de tradiciones se trastocaron como las del movimiento de la neomexicanidad, que cobró conciencia de género para visibilizar el poder ancestral de las mujeres y de lo femenino. Mujeres de la neomexicanidad y la espiritualidad femenina, crearon espacios de inclusión y revaloración de lo femenino, su energía y ciclicidad.

- Industria cultural. La producción global y local en torno a lo femenino toma artísticas manifestaciones, cada vez más diversas. Rituales, performances, libros, música, artes visuales, audiovisuales, circulan por las redes de espiritualidad femenina. También, en algunos casos se comercializó con los saberes.

El esfuerzo por definir los elementos de la matriz de sentido desde donde se elaboran las prácticas de la espiritualidad femenina, permite abonar un mayor valor heurístico al movimiento de los círculos de mujeres y su carácter terapéutico, antipatriarcal y anticolonialista. Las experiencias de estas aristas del fenómeno de espiritualidad femenina/feminista y círculos de mujeres, no son sensibilidades, ni prácticas homogéneas, mi estudio permite apreciar trazos culturales específicos, tendencias encarnadas. Lo que podemos observar es cómo las sensibilidades encarnadas fueron las que movieron a crear y recrear las cosmovisiones, las prácticas. Las mujeres crearon maneras alternativas e intuitivas que se confrontan con el saber especializado y las lógicas de los sistemas del poder y del ser.

Las Ausencias del estudio

El tema de lo Masculino está ausente en mi investigación. Las prácticas discursivas de la espiritualidad femenina integran a lo masculino y a los hombres para las vivencias en bienestar y completud, sin embargo, no abordé el tema a profundidad de lo masculino arquetípico. Por lo que mi estudio tiene la ausencia del tema que permite comprender el papel que juega lo masculino en sentido psicosomático, colectivo y social. No abordé las prácticas discursivas en torno a la integración de la dualidad de lo femenino y lo masculino, en la vida de las mujeres. En este sentido, es preciso profundizar para saber ¿Cómo las mujeres integran la dualidad que hay dentro de cada una? ¿Qué papel juega las mujeres y los hombres para lograr la integración a nivel simbólico y social de lo masculino y lo femenino? ¿A qué proyecto humanitario corresponde “integrar la dualidad”? ¿Cómo se proponen resarcir el dualismo jerarquizado?

Otra ausencia en la tesis es el análisis de la nueva cultura menstrual como un fenómeno con múltiples manifestaciones. Los conocimientos y usos en torno a la sangre, los manifiestos en torno a la sangre y la menstruación que circulan, la socialización y visibilización de la sangre en el ámbito público, los fenómenos de sincronía menstrual entre mujeres, así como el activismo y arte menstrual que se diversifica en esto tiempos. El tema es amplio, sin embargo, me centré en la cultura menstrual considerada como espiritual, sin poder abordar la diversidad y complejidad de las manifestaciones de una cultura menstrual emergente.

También, considero que no me fue posible mostrar cómo la ritualidad femenina es una manifestación observable de la cultura de la espiritualidad alternativa. Me refiero a los medios audiovisuales como herramienta efectiva y afectiva para mostrar la riqueza de los actos corporales y rituales. En ese sentido, dejo abierta la puerta para hacer uso de las tecnologías para mostrar y evocar actos cargados de movimiento, sensaciones y percepciones como lo es la ritualidad. La tecnología y los medios audiovisuales como recursos para la circulación del conocimiento a un público más amplio, permite la transmisión y circulación de los “pequeños mundos de vida” que pueden iluminar y ayudar a resolver los problemas de las crisis biosociales, que inspiren en prácticas descolonizadoras, liberadoras a favor del conocimiento ancestral del cuerpo y la energía que ayuden a superar el letargo, el malestar y la enfermedad. En ese sentido, aún tengo la deuda con la creación audiovisual para circular el conocimiento, e inspirar y crear otras realidades femeninas.

Se me ha señalado que hay una ausencia en cuanto a evidenciar mis experiencias sensibles, sin embargo, he hecho eco con ellas para reflexionar y teorizar, para describir y analizar las experiencias. La ausencia en este sentido, es que no hay un documento reflexivo de este proceso.

Los Retos

Me fue un reto visibilizar cómo los procesos de autocuidado holístico trascienden las disidencias ideológicas, para converger en lo que es posible construir en positivo cocreando la ética ecofeminista. Mostrar cómo las tendencias de conocimientos, prácticas y sensibilidades encausadas al bienestar y la sanación se unificaban en la energía vital del amor propio, lo que ancló y develó para trascender las resistencias personales y culturales. Mostrar cómo con la intercorporalidad del ritual, se fluye con las sensibilidades y cosmovisiones compartidas, que emana la oxitocina y así, no hay lugar para las disonancias culturales, racionales o ideológicas. Poder entretejer y describir cómo las sensibilidades de la corporalidad, la bioquímica y los lenguajes simbólicos de los vínculos humanos y no humanos, crean las experiencias intercorporales de la cultura emocional compartida.

Fue retador poder mostrar, cómo la realidad bioquímica asociada a las emociones y los contextos familiares y culturales, son parteaguas de las experiencias para poder vencer las tensiones y contradicciones; Fue un reto mostrar cómo las mujeres se sensibilizaron y reconocieron pensamientos intuitivos, simbólicos, holísticos y globales, experiencias difíciles de describir y conceptualizar. Igual fue un reto poder definir la visión del cuerpo que interconecta los bio-elementos que le conforman y lo mueven en su totalidad y en su centro regulador el *self*, el yo espiritual, la conciencia cósmica develada que se encarna para el bienestar y la sanación.

Queda seguir estudiando los fenómenos y las transformaciones del cuerpo/ser femenino y sus alcances en espacios públicos y políticos. Es reto encontrar las maneras de crear y vivir prácticas simbólicas y materiales para las transformaciones al alcance de la mayoría de las mujeres y niñas, ¿Cómo cocrear una cultura en donde las mujeres estemos enraizadas a la propia *mujer salvaje*, aquella que no ha sido colonizada?

En cuanto a los desafíos de la práctica y utilidad investigativa, es un reto mostrar maneras, caminos, propuestas antipatriarcales, significados y experiencias, movimientos en sentido contrario a la dominación cultural; como una manera de entramar agencias, ampliar sensibilidades, potencializar el bienestar colectivo. Cocrear y difundir ciencia desde una

perspectiva que honre la diferencia para poder recuperar lo dominado, lo olvidado, lo inconsciente, lo subvalorado. Transformar subjetividades y realidades en la circulación del conocimiento y las experiencias.

Las Conexiones

Mi implicación en la elaboración de la tesis, me exigió congruencia con mi manera de vincularme ante el objeto de estudio: las transformaciones sanadoras de las mujeres. Mis posturas epistémicas me posicionaron para encontrar formas positivas de intersubjetividad, de empoderamientos y sanaciones femeninas, y ver los círculos de mujeres como facilitadores de estados espirituales con efectos en la curación holística y en la creación de una cultura alternativa, en agradecimiento y respeto a la naturaleza. En este sentido, más que plantear una evidencia como tal descolonizadora, sí planteo una ciencia y una práctica investigativa que busque descolonizarnos en nuestros cuerpo/mentes, en nuestras prácticas e instituciones. La co-reación de conocimiento fue vital para desafiar prácticas y patrones de pensamiento dominantes.

Comprender los vínculos y conexiones del entramado vital/cultural, me dio oportunidad de encarnarlos y desde ahí reflexionar y posicionarme. El entretejido de la complejidad vital existe, los vínculos y conexiones son algo real y comprobable, sólo es preciso la sensibilidad y la conciencia de que los vínculos que nos conectan son frecuencias y materialidades, y que como seres humanos que habitamos esta tierra, tenemos su energía y poder para transformarnos a nosotras mismas. Queda mucho camino por recorrer, aun así, contemplo que es posible la cocreación de conocimiento, de arte, de activismo que busque la liberación, el bienestar y la sanación de la vida.



QR 12. Video "Mujeres en Círculos" Guadalajara, 2014.

<https://www.youtube.com/watch?v=WmfAK6ty4eU>

ANEXOS

Anexo 1

Currículo del diplomado en formación “Mujer Medicina, Guía y Terapeuta en Sexualidad Sagrada y Empoderamiento Femenino”.

Temario y fechas de reunión
Para hermanas de nuevo ingreso sigue la tabla verde Grupo Isis

			Grupo Isis Imparte Lili Moon de Mayo 2015 a Enero 2016			Grupo Venus Imparte Zuhari Mk de Enero a Septiembre 2015				
Mod	Título	Tema	Mes	Día	Fecha	Mes	Día	Fecha	Lugar	Horario
I	Sanación y Manejo de Energía I	Energía Femenina y Prácticas Transformacionales	may	Sab	23	Ene	Sab	17	Avalon Escuela de Brujas	10:00 a 20:00
		Sanando mi Alma								
		Maquillaje Mágico	may	Sab	23	Ene	Sab	17	Avalon Escuela de Brujas	10:00 a 20:00
		Consulta Numerologica de tu Diosa Regente								
		Sanando mi Cuerpo								
		Atracción y Manejo de Energía								
		Dom	24	Dom	18	Avalon Escuela de Brujas	10:00 a 17:00			
II	Sanación y Manejo de Energía II	La Mujer como Sanadora	Jun	Sab	06	Feb	Sab	14	Avalon Escuela de Brujas	10:00 a 20:00
		Sanación a Distancia								
		Reconciliación con la Luna Roja	Dom	07	Dom	15	Cerro de Moctezuma	10:00 a 17:00		
III	Órfica	Órfica Sanación con arte	Jul	Sab	04	Mar	Sab	14	Avalon Escuela de Brujas	10:00 a 20:00
		La Magia de los Atrapasueños							Dom	05

IV	Shamanismo Femenino	Limpias	Ago	Sab	01	Mar	Sab	28	Avalon Escuela de Brujas	13:00 a 20:00
		El poder de los 4 Elementos							Ajusco	10:00 a 16:00
		Mujer Shamana y animal de poder		Dom	02		Dom	29		
		Mujer Shamana Agudizando los sentidos								
V	Prosperidad	Cocina Prospera	Sep	Sab	01	May	Sab	09	Avalon Escuela de Brujas	8:00 a 19:00 hrs
		Lakshmi Rituales de prosperidad		Dom	02		Dom	10		
VI	Sexualidad Sagrada	Conocimiento de Vida	Oct	Sab	03	Jun	Sab	13	Avalon Escuela de Brujas	10:00 a 20:00
		Apertura de la Cadena de Celibato vs Energía Sexual Desbordada								
		Alquimia Sexual								
		Respiración y Control de las Emociones Limpieza Sexual Karmica		Dom	04		Dom	14	Avalon Escuela de Brujas	10:00 a 17:00
		Yoga Shakti								
		Sexualidad Sagrada Misterios ocultos iniciación de las Hijas de Maria Magdalena								
Geishas Secretos de Seducción										
VII	Tantrismo	Sexo Sagrado, Kamasutra y Movimientos Sensuales	Nov	Sab	07	Jul	Sab	11	Avalon Escuela de Brujas	10:00 a 20:00
		Monte de Venus, El Exstasis en mi Ser								
		El Eterno Cortejo La Diosa y la Gacela								
		Cleopatra Secretos de Alcoba								
		El poder Sutil de la Seducción								
VIII	Mujer Empoderada	Empoderamiento de Soledad, silencio y canalización de mensajes	Dic	Sab	12	Ago	Sab	15	Cuautlita Morelos	07:00 a.m.
		La Mujer Alquimista de los 4 elementos		Dom	13		Dom	16	Cuautlita Morelos	7:00 pm
IX	Certificación como guía y terapeuta en sexualidad sagrada y Empoderamiento Femenino	Entrega y revisión de manuales, Aplicación de examen final teórico Practico y entrega de certificados	Ene	Sab	9	Sep	Sab	12	Avalon Escuela de Brujas	de 10:00 a 20:00 hrs
				Dom	10		Dom	13		

Fragmento del directorio internacional de Mujeres Medicina egresadas.

¿Cual será tu misión como Mujer Medicina?

Tras haber cursado 9 módulos , y al haber sido constante en todas tus practicas transformacionales notarás grandes cambios en tu vida, te sentirás más plena, mas radiante, más segura de ti misma, mas prospera, física, mental, emocional, y espiritualmente, te sentirás sana, alegre, libre, la magia se dará como un acontecimiento natural en tu diario vivir, lograrás comprender que tu puedes hacer todo aquello que creas que puedes hacer, y que el poder de la alquimia, de la magia y la transformación, habitan en tu corazón y en tu alma siempre en constante equilibrio entre la Energía Sagrada Femenina con la Energía Sagrada Masculina, tendrás relaciones más estables y armónicas en todos los ámbitos de tu vida.



Notarás como has despertado, como has sanado y es ahí cuando tienes una nueva misión si así lo deseas:

“Ayudar a otras Mujeres en su Despertar y en su proceso de Sanación y Reconexión con la Madre Tierra y con su propia Esencia”.

En el noveno mes, recibirás la Certificación e iniciación como mujer medicina, y obtendrás todas las herramientas necesarias para guiar y dar terapias individuales o grupales, conocerás sobre las prácticas previas que tu tienes que realizar antes de cada reunión, sobre cómo ayudar a otras mujeres a darles las herramientas para resolver sus vidas y brillar como seres radiantes y Mujeres de Luz que somos.



Querida hermana te abrazamos con amor de corazón a corazón.

Aquí encontrarás un listado de mujeres medicina guías y terapeutas en sexualidad sagrada y empoderamiento femenino, cada una de ellas está capacitada para acompañarte en tus procesos de vida, ya sea en terapias individuales y/o de pareja o guiando amorosamente en círculos de mujeres y carpas rojas donde comparten la medicina y brindan acompañamiento dentro del círculo.

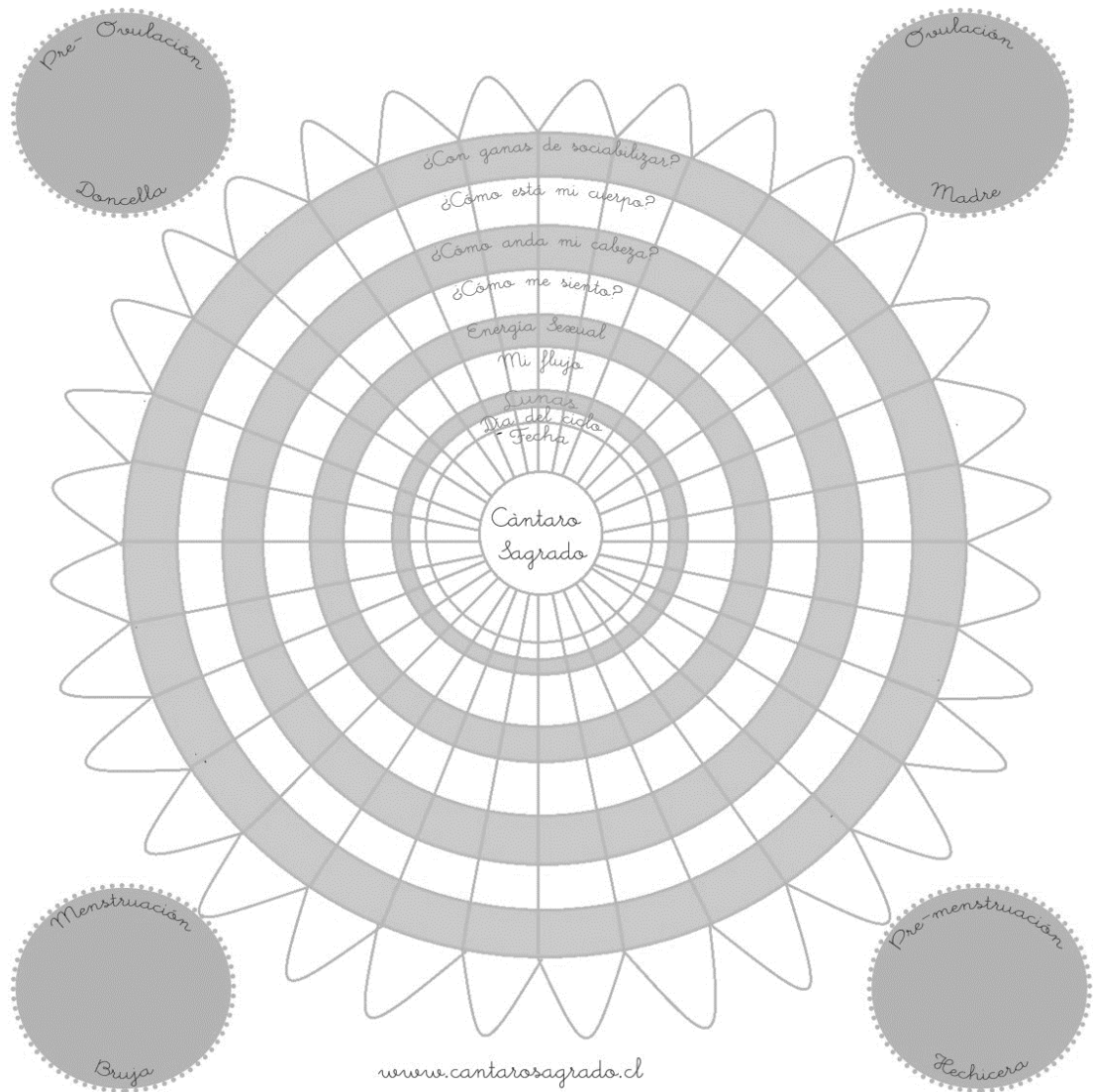
Anexo 2

MANIFIESTO POR LA VISIBILIDAD DE LA MENSTRUACIÓN

A quien nos adoctrinó en el pensamiento de usar y tirar
Aquel que esperaba que rechazáramos indefinidamente nuestro propio cuerpo
Este es el Jugo de mis entrañas del que no huyo
Una mancha sin límites, un caudal que no puedes parar
Mi cuerpo se desparrama, mi mente también
Con estos calzones manchados de sangre como bandera
Libre de las doctrinas del poder, Libre de las estructuras establecidas, te hago saber que:
En mi cuerpo decido yo! y así cada mes, me deshago del endometrio, reafirmando mi decisión
de controlar la capacidad de reproducción de mi cuerpo.
En mi carne mando yo!, lo conseguiste en algún momento, pero ya no me avergüenza
mancharme e incluso decido voluntariamente hacerlo exhibiéndolo de forma pública, ME
MANCHO Y NO ME DA ASCO, ME MANCHO Y NO ME DOY ASCO, acepto mi cuerpo,
esta es mi naturaleza.
Tampoco estoy enferma cuando tengo mi menstruación, no estoy mala, exactamente lo
contrario, me reciclo con cada periodo.
No es una maldición ni un castigo divino, es actividad hormonal.
Nos liberamos de los prejuicios menstruales y la censura.
Visibilizar la menstruación para visibilizar el cuerpo como espacio político.
Nos liberamos de pedir toallas sanitarias entre susurros y miradas cómplices, con ese manifiesto
damos fin a la tiranía en la que nos has educado. No hay más permisividad de mi parte.
Mi menstruación es mía, Mi cuerpo es mío!

Mar Ceja, 2009, Adaptación de: Las Vulvas Parlantes, 2013

Anexo 3
Diagrama Lunar.



<http://www.cantarosagrado.cl/2016/03/16/como-crear-mi-primer-diagrama-lunar/>

BIBLIOGRAFÍA

- Aguilar, Alejandra y Francisco Morfín (2007) El cuerpo conciliado. Una revisión del cuerpo en la filosofía y el pensamiento social. En Muñiz E. y Reyes, M. (coords.) (2007) *Pensar el cuerpo*. México: UAM
- Allen, John (2010) Powerful City Networks: More than Connection, Less than Domination and Control, *Urban Studies*, 47: 13 2895-2911
- Allen Kevin (2007) *The Reluctant Hypothesis: A History of Discourse Surrounding the Lunar Phase Method of Regulating Conception*. Lacuna, Editions
- Almeida Filho Naomar (2000) *Qual o sentido do termo saúde?* Editorial, Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 16(2):300-301. Recuperado en abril, 2015, de <http://www.readcube.com/articles/10.1590%2FS0102-311X2000000200001>
- Amaral, Leila (1999) "Sincretismo em movimento. O estilo Nova Era de lidar com o sagrado", en María Julia Carozzi (org.), *A nova era no Mercosur, Petropolis*, Editora Vozes, pp. 47-80
- Ameigeiras, Aldo Rubén (2006). El abordaje etnográfico en la investigación social, en: Irene Vasilachis de Gialdino (coord.) *Estrategias de investigación cualitativa*. Barcelona, Buenos Aires, Ed. Gedisa, pp. 107-151
- Andrews Cecile (2013) *Living Room Revolution: A Handbook for Conversation, Community and the Common Good*. United States:New Society Publishers.
- Aquino, María Pilar, (1993) *Our Cry for Life: Feminist Theology from Latin America*. Maryknoll, New York: Orbis Books.
- Aquino, María Pilar; Támez Elsa (1998) *Teología feminista latinoamericana*. Ecuador: Pluriminor.
- Archer, Margaret (1988) *Cultura y Agencia: El lugar de la agencia en Teoría Social*, Cambridge University Press, Cambridge.
- Argyriadis, Kali y De la Torre, Renée (2012) Introducción. Del objeto al método: los desafíos de la movilidad, en Argyriadis K., Capone S., De la Torre R. y Mary A. (coords.). *En sentido contrario transnacionalización de religiones africanas y latinoamericanas*. México: Centro de Investigaciones y Estudios Superiores en Antropología Social. Editorial Academia, Publicaciones de la Casa Chata.
- Ayús Ramfis, Eroza Enrique (2005) El Cuerpo y Las Ciencias Sociales. *Revista Pueblos y Fronteras digital*. Núm. 4, Dic. 2007 – Mayo 2008. Recuperado en abril de 2015 en http://www.pueblosyfronteras.unam.mx/a07n4/pdfs/n4_art02.pdf
- Balbás Ma. de Jesús (2001) Introducción, En Fuentes María (2001) *Mujeres y salud desde el sur*. 2a edición. Barcelona: Icaria
- Baldwin Christina (2009) *Calling the Circle: The First and Future Culture*. Random House Publishing Group
- Barad, Karen (1996) *Meeting the Universe Halfway: Realism and Social Constructivism Without Contradiction*. In Nelson and Nelson
- Bernardo Analía (2008) *En Memoria: Ethel Morgan, 1932-2008*. Recuperado de <http://circulodelasmujeres.blogspot.mx/>. Consultado en Febrero del 2014.
- Birky William (1983) Relaxed Cellular controls and organelle heredity. En *Science*, vol. 222 pp. 466-475

- Blázquez, Maribel y Cornejo, Mónica (2013) *Empoderamiento de género en las medicinas alternativas y complementarias (MLAC) de influencia new age ¿es el holismo feminista?* Facultad de Ciencias Políticas y Sociología, Universidad Complutense de Madrid. Recuperado en abril de 2015 de, https://www.academia.edu/8143881/Empoderamiento_de_genero_en_las_medicinas_alternativas_y_complementarias_de_influencia_New_Age._Es_el_holismo_feminista
- Bobel, Chris (2006) "Our Revolution Has Style": Contemporary Menstrual Product Activists "Doing Feminism" in the Third Wave. En *Sex Roles*, Mar2006, Vol. 54 Issue 5/6, p331.
- _____ (2010) *New Blood: Third-Wave Feminism and the Politics of Menstruation*. Rutgers University Press
- Bobel Chris y Arveda Elizabeth (2011) Menstruation Matters: Introduction to Representations of the Menstrual Cycle. *Women's Studies: An inter-disciplinary journal*. 40:2, 121-126. Recuperado en abril de 2015 en; https://www.academia.edu/918942/Menstruation_Matters_Introduction_to_Representations_of_the_Menstrual_Cycle
- Bocchetti, Alessandra (1996) *Lo que quiere una mujer*, Madrid: Cátedra
- Boff Leonardo (2003) *La voz del arco iris*. Madrid: Trotta
- Bolen, Shinoda (2014) *El Nuevo movimiento global de las mujeres*. Barcelona: Kairós.
- _____ (2006) *Mensaje urgente a las mujeres*. Barcelona: Kairós.
- _____ (2004) *El Millonésimo círculo*. Barcelona: Kairós.
- Bordo, Susan (1993) El feminismo la cultura occidental y el cuerpo. En Revista de estudios de género. *La Ventana*. Núm. 14, Vol. II, diciembre 2001. México: Universidad de Guadalajara, Pp. 7 - 81.
- Braidotti, Rosi, (2005) *Metamorfosis. Hacia una teoría materialista del devenir*, Madrid, Akal,
- _____ (2004) *Feminismo, diferencia sexual y subjetividad nómada*. Ed., a cargo de Amalia Fischer. Barcelona: Gedisa
- _____ (2000) *Sujetos Nómades: Corporización y diferencia sexual en la teoría feminista contemporánea*. México: Paidós.
- Braudillard Jean [1974] (2009) *Las sociedad de consumo. Sus mitos, sus estructuras*. España: siglo XXI
- Brownmiller Susan (2000) *In Our Time: Memoir of a Revolution*. The Dial Press. New York.
- Brumberg, Joan (1998) *The Body Project: An Intimate History of American Girls*. Vintage Books
- Buckley, Thomas y Gottlieb, Alma (1988) A Critical Appraisal of Theories of Menstrual Symbolism. En: *Blood magic. The Anthropology of Menstruation* (pp. 3-50). California: University of California Press.
- Budapest, Zsuzsanna (1975) *The Feminist Book of Lights and Shadows*. California: Feminist Wicca, Luna Publications
- _____ (2001) *La Gran Madre Luna: magia lunar en nuestras vidas*. España: Obelisco
- Butler, Judith (1991) *Mecanismos psíquicos del poder. Teorías sobre la sujeción*. Ed. Cátedra, Universitat de Valencia, España: Instituto de la Mujer
- _____ (1993) *Cuerpos que importan. Sobre los límites materiales y discursivos del 'sexo'*. Ediciones Paidós. Buenos Aires.

- Carozzi Julia (1999) La autonomía como religión: la Nueva Era, *Alteridades*, Antropología de los movimientos religioso, México, UAM- Iztapalapa, año 9, núm. 18, pp. 19-38
- _____ (1995) Definiciones de la *new age* desde las ciencias sociales. *Boletín de lecturas de ciencias sociales y económicas*. UCA. Año 2, No. 5
- _____ (2000) *Nueva Era y terapias alternativas*, Buenos Aires: EDUCA
- Castells Manuel (2002) *La era de la Información. La sociedad Red*. Vol I. Siglo XXI: México.
- Citro, Silvia (Coord.) (2010) *Cuerpos plurales. Antropología de y desde los cuerpos*, Buenos Aires, Editorial Biblos,
- Cigarini, Lia (2000). El affidamento En: Mediar para reconocer otros mundos en este mundo. Vol. 8 de la Colección Año 2468. *La mediación en la sociedad de la información*. Gil Gómez, Alicia y Dora Sales Salvador(eds.) Castellón: Fondo Social Europeo. Universidad Jaume I. Proyecto NOW-Isonomía, p. 29-37
- Ceriani César (2013) Diversidad religiosa y pluralismo espiritual: notas para repensar las categorías y sus dinámicas de producción, *Corpus* Vol 3, No 2, recuperado en abril 2015 en URL: <http://corpusarchivos.revues.org/582>
- Champion, Françoise (1990) La nébuleuse mystique-ésotérique, en Françoise Champion y Danièle Hervieu-Lèger (ed.), *De l'emotion en religion. Renouveaux et tradition* . Paris, Centurion: 17-69.
- Christ Carol (2003) *She Who Changes: Re-imagining the Divine in the World*. Palgrave Macmillan
- Citro Silvia (2011) *La eficacia ritual de las performances en y desde los cuerpos*, Universidad de Buenos Aires, Argentina.
- Clifford, James (1991) Sobre la autoridad etnográfica, en Reynoso, C. (comp.), *El surgimiento de la antropología posmoderna*, en Gedisa, Barcelona/México
- Cohen, Sari (2005). Melatonin, menstruation, and the moon. *Townsend Letter for Doctors and Patients*
- Colegrave Sukie (1990) El desarrollo del Principio Femenino en la conciencia humana. En: *Ser Mujer*. Ed. Kairos. Barcelona.
- Collins, Randall (2009) *Cadenas de rituales de interacción*, Barcelona, Anthropos, UAM-Azcapotzalco, UNAM-FCPYS, Editorial Universidad Nacional de Colombia.
- Contreras Jesús y Gracia Mabel (2005) *Alimentación y cultura. Perspectivas antropológicas*. Barcelona: Ariel
- Cornwall, Andrea; Lindisfarne, Nancy, eds (1994) *Dislocating Masculinity: Comparative Ethnographies*. New York: Routledge
- Cowell, Alan (1993) *Pope Issues Censure Of 'Nature Worship' Among U.S. Women*. The New York Times. 3 de Julio 1993. Recuperado el 16 de mayo 2016 <http://www.nytimes.com/1993/07/03/world/pope-issues-censure-of-nature-worship-among-us-women.html>
- Crossley, Nick (2005) Mapping reflexive body techniques: on body modification and maintenance. *Body & Society*, vol. 11 (1). London: Sage.
- Csordas, Thomas J. (1990) *Embodiment as a Paradigm for Anthropology*. Ethos 18, no. 1 5-47.
- _____ (1994) *Embodiment and Experience: The Existential Ground of Culture and Self*. Cambridge University Press

- _____ (1997) *The Sacred Self: A Cultural Phenomenology of Charismatic Healing*. University of California Press
- Cubides Humberto (2007) Política y subjetividad, experiencia o cuidado de sí y la creación de otros mundos. *Revista de Ciencias Humanas UTP* No. 37
- _____ (2006) *Foucault y el sujeto político: ética del cuidado de sí*. Bogotá; Siglo del hombre editores
- Cubides C., Humberto y Durán, Armando, (2002) Epistemología, ética y política de la relación entre investigación y transformación social, en: *Nómadas* No. 17, pp.10-24.
- Dael Jan (2014) *El porqué de la importancia de usar falda* [Mensaje de un blog] Recuperado de <http://circulosdemujeres.blogspot.mx/2014/05/el-porque-de-la-importancia-de-usar.html>
- Daly Mary (1968) *The Church and the Secund Sex*. Beacon Press
- _____ (1973) *Beyond God the Father*. Beacon Press
- _____ (1978) *Gyn/Ecology: The Metaethics of Radical Feminism*. Beacon Press
- Davis Wade (2015) *Los guardianes de la sabiduría ancestral: Su importancia en el mundo moderno*. Colombia: Sílabá Editores.
- De la Peña (2012) Profecías de la mexicanidad: entre el milenarismo nacionalista y la *new age*. *Revista Cuicuilco*, ENAH Vol. 19, Núm. 55
- De la Torre Renée (2006) Circuitos mass mediáticos de la oferta neoesotérica *new age* y neomagia popular en Guadalajara, *Alteridades*, año 16, núm. 32, julio-diciembre, pp. 29-41.
- _____ (2007) Alcances translocales de cultos ancestrales: El caso de las danzas rituales aztecas. *Revista Cultura y Religión*. Vol. 1, N°. 1. Recuperado en Agosto, 2015. <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2785595>
- _____ (2008) Tensiones entre el esencialismo azteca y el universalismo *New age* a partir del estudio de las danzas conchero-aztecas. *Trace*, 54 Recuperado en mayo, 2015. <http://trace.revues.org/480>
- _____ (2011) *Religiosidades nómadas. Creencias y prácticas heterodoxas en Guadalajara*, Centro de Investigaciones y Estudios Superiores en Antropología Social, México, 2011, 279 pp
- _____ (2012) *El don de la ubicuidad. Rituales étnicos multisituados*, México: CIESAS
- _____ (2014) Las danzas aztecas en la nueva era. Estudio de caso en Guadalajara. *Revista Cuicuilco*, ENAH número 55, septiembre-diciembre 2012
- De la Torre, Renée y Gutiérrez, Cristina (2011) La neomexicanidad y los circuitos *new age* ¿Un hibridismo sin fronteras o múltiples estrategias de síntesis espiritual? *Archives de sciences sociales des religions*, Recuperado en Mayo, 2015 URL <http://assr.revues.org/22819>
- De la Torre, Renée; Gutiérrez, Cristina; Juárez Nahayeilli (coords.) (2013) *Variaciones y apropiaciones latinoamericanas del new age*. México:CIESAS
- De la Torre, Renée; Mora José (2001) Itinerarios creyentes del consumo neoesotérico. *Comunicación y Sociedad* (DECS, Universidad de Guadalajara), núm. 39, enero-junio 2001, pp. 113-143. En línea http://www.publicaciones.cucsh.udg.mx/ppperiod/comsoc/pdf/39_2001/113-143.pdf
- De Lauretis, Teresa (1987) *Technologies of gender. Essays on theory, film, and fiction*.
Bloomington e Indianapolis: Indiana University Press.

- Diamant Anita (2009) *La tienda roja*. España: Viamagna Ediciones.
- Díaz Cruz, Rodrigo (1997). La vivencia en circulación. Una introducción a la antropología de la experiencia. En: *Alteridades* 7 (13), México
- _____ (1998) *Archipiélago de rituales. Teorías antropológicas del ritual*. Barcelona: Anthropos.
- Dietz Gunther (2011) Hacia una etnografía doblemente reflexiva: una propuesta desde la antropología de la interculturalidad. *AIBR Revista de Antropología Iberoamericana*. Volumen 6, número 1,
- Duarte, María (2003) *Medicina occidental y otras alternativas: ¿es posible su complementariedad?* Reflexiones conceptuales. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, 19(2):635-643, mar-abr
- Ehrenreich, Barbara y Deirdre English (1973) *Witches, Midwives and Nurses. A History of Women Healers*, Old Westbury (NY), *Trie Feminist Press* [ed. cast.: *Brujas, comadronas y enfermeras: historia de las sanadoras*, Barcelona, La Sal, 1984].
- Eisler, Riane (1999) *Placer Sagrado II: Nuevos Caminos Hacia el Empoderamiento y el Amor*. México: Cuatro vientos.
- _____ (2000) *Placer Sagrado I: sexo, mitos y política del cuerpo*. México: Pax
- Eller Cynthia (1995) *Living in the Lap of the Goddess: The Feminist Spirituality Movement in America*. Boston: Beacon Press.
- _____ (1999) “Magic,” “Priestesses,” and “Neopaganism,” in *Contemporary American Religion*, ed. Wade Clark Roof. New York: Macmillan Reference.
- _____ (2000) *The Myth of Matriarchal Prehistory: Why an Invented Past Won't Give Women a Future*. Boston: Beacon Press.
- Eliade, Mircea (1981). *Lo sagrado y lo profano*. Guadarrama, Punto Omega.
- Elias Norbert (1988) *El proceso de la civilización. Investigaciones sociogenéticas y psicogenéticas*, México, FCE, 1988.
- Esteban, Mari Luz (2004) El género como categoría analítica, revisiones y aplicaciones a la salud. *Cuadernos de Psiquiatría comunitaria*, Vol. 3, N°. 1, 2003
- _____ (2013) *Antropología del Cuerpo: Género, itinerarios corporales, identidad y cambio*. Barcelona: Bellaterra
- Fahsa Breanne, Gonzalez Jax, Courseya Rose y Robinson-Cestaro Stephanie (2015) Cycling Together: Menstrual Synchrony as a Projection of Gendered Solidarity. *Women's Reproductive Health*. 1(2), 90–105, Recuperado en abril 2015 en <http://www.tandfonline.com/loi/uwrh20> al 5 de mayo, 2015.
- Fedele Anna (2006) Learning to Honour Their Body and Blood: Pilgrims on the Path of Mary Magdalene. *Periferia*, revista de recerca i investigació en antropologia. Número 5.
- Fedele, Anna and Knibbe, Kim (2013) Introduction: Gender and Power in Contemporary Spirituality. En Fedele, Anna and Knibbe (eds.) en *Gender and Power in Contemporary Spirituality*. New York: Routledge.
- Federici, Silvia (2004). *Calibán y la bruja: Mujeres, cuerpo y acumulación originaria*. Madrid: traficante

- Ferguson Marilyn (1981) *La Conspiración de Acuario: Transformaciones personales y sociales en este fin de siglo*. Barcelona: Kairós
- Fernández Olaya (2010) Cuerpo, espacio y libertad en el ecofeminismo. *Nómadas*. Revista Crítica de Ciencias Sociales No. 27. Recuperado en Noviembre 2014 <http://revistas.ucm.es/index.php/NOMA/article/view/26945>
- _____ (2012) Pensar con el cuerpo, pensar desde el cuerpo. *Thémata*. Revista de Filosofía N° 46 (Segundo semestre) pp.: 361-368
- Fischman, Dianna (1998) *El arte y la ciencia de la Danza Movimiento Terapia*. Hilda Wengrower y Sharon Chaiklin (coord.) Barcelona: Gedisa,
- Foucault Michael (1975) *Vigilar y castigar*. España: Siglo XXI
- _____ (1980) *Microfísica del poder*. España: Siglo XXI
- _____ [1981] (2008) *Tecnologías del yo y otros textos afines*. Buenos Aires: Paidós,
- _____ (1984). La ética del cuidado de sí como práctica de la libertad. En *Obras esenciales Vol. III Estética ética y hermenéutica*. Editorial Paidós: Barcelona.
- _____ (2005) *La hermenéutica del sujeto*. Madrid: Akal
- Frazer, James G. (1981). *La Rama Dorada*. Madrid: F.C.E. España
- Frey-Rohn, (1991) *De Freud a Jung*. México: Fondo de cultura Económica
- Frigerio Alejandro (2013) Lógicas y límites de la apropiación *new age*: donde se detiene el sincretismo. En De la Torre, Renée; Gutiérrez, Cristina; Juárez Nahayeilli (coords.) (2013) *Variaciones y apropiaciones latinoamericanas del new age*. México: CIESAS
- Fuentes María (2001) *Mujeres y salud desde el sur*. 2a edición. Barcelona: Icaria
- García Marianna (2010) De cómo la menstruación nos hizo human@s. Gaceta Femenina *La Voz de la Arboleda*. Recuperado en diciembre 2014 en, <http://circulosdemujeres.blogspot.mx/2010/01/de-como-la-menstruacion-nos-hizo-humans.html>.
- García Selgas, Fernando (1994) El cuerpo como base del sentido de la acción, *REIS-Revista Española de investigaciones sociológicas*, no. 68, octubre-diciembre, pp. 41-83.
- Gatens, Moira (1996), *Imaginary Bodies. Ethics, Power and Corporeality*, Londres y Nueva York, Routledge.
- Gebara, Ivone (1993) Aportes para una teología feminista. *Tópicos '90*, Chile, 1993.
- _____ (2000) Ecofeminismo: algunos desafíos teológicos. *Alternativas*, 16/17, 173 – 185
- Gibellini Rosino (1998) *La teología del siglo XX*. España: Sal Terrae.
- Giddens Anthony (1993) Consecuencias de la modernidad. Una interpretación de las transformaciones Asociadas a la Modernidad. 1a. edición en *Alianza*, Universidad, Madrid
- Giménez, Gilberto (1997) Materiales para una teoría de las identidades sociales. *Frontera Norte* 9, no. 18

- Goffman Erving (1981) *La presentación de la persona en la vida cotidiana*. Buenos Aires: Amorrouto
- Grosz, Elizabeth. (1994) *Volatile Bodies. Toward a Corporeal Feminism*. Bloomington, USA: Indiana University Press
- Guattari Félix (1990) *Las tres ecologías*. Valencia: Pretextos
- Guber, Rosana (2005). *El salvaje metropolitano. Reconstrucción del conocimiento social en el trabajo de campo*. Buenos Aires, Paidós
- Guijarro, E. M. (2008). La mujer y el holismo, o antropología de la urdimbre. *Nueva epistemología feminista para mundos nuevos*.
- Guirao Josep (2013) La espiritualidad como dimensión de la concepción holística de salud. *ENE. Revista de Enfermería*. Abr. 2013; 7.
- Hanegraaff, Wouter J. (1998) *New Age Religión and Western Cultura: esotericism in the Mirror of Secular Thought*. New York, State University of New York Press
- Heelas Paul (1996) *The New Age Movement. The Celebration of the Self and the Sacralization of Modernity*. Oxford, Blackwell Publishers
- _____ (2006) Challenging Secularization Theory: The growth of “New age” Spiritualities of Life. *The Hedgehog* 8(1/2), 46 Recuperado en abril 2015 en <http://iasc-culture.org/THR/archives/AfterSecularization/8.12FHeelas.pdf>
- _____ (2008) *Spiritualities of Life: New age Romanticism and Consumptive Capitalism*. Blackwell Publishing
- Heelas Paul y Woodhead Linda (2005) *The Spiritual Revolution: Why religion is giving way to spirituality*. Oxford: Blackwell Publishing
- Hernández Castillo Rosalva (2008) De Feminismos y Poscolonialismos: Reflexiones desde el Sur del Río Bravo, en Hernández Castillo Rosalva y Suárez Liliana en *Descolonizando alfeminismo: teorías y prácticas desde os márgenes*. Madrid: ediciones Cátedra.
- Hernández Miguel (2005) Entre las emergencias espirituales en una época axial y la mercantilización contemporánea de los bienes de sanación. *Desacatos*, núm. 18, mayo-agosto, pp. 15-28 Centro de Investigaciones y Estudios Superiores en Antropología Social Distrito Federal, México.
- Houppert, K. (2000) *La menstruación, desmontando el último tabú femenino*, Barcelona: Editorial Juventud.
- Iglesias-Benavides José (2009) La Menstruación: un asunto sobre la Luna, venenos y flores. *Medicina Universitaria* 2009;11(45):279-287
- Irlgaray, Luce (1993) *An ethics of sexual difference*, Ithaca, Nueva York: Cornell University Press.
- Irusta Erika (2014) *Para ser cíclica se necesita comunidad y sororidad*. Recuperado en mayo 2015 en, <http://www.elcaminoarubi.com/el-blog/para-ser-ciclica-se-necesita-comunidad/>
- _____ (2014) Blog <http://www.elcaminoarubi.com/el-blog/251-dia-8-de-marzo-el-dia-de-la-mujer-menstruante/>.
- Jackson, Michael (1989) Conocimiento del cuerpo. En *Cuerpos Plurales: Antropología de y desde los cuerpos*. Buenos Aires: Biblos, Ed
- Jung Carl (1947) *Der Geist der Psychologie*. Rhein-Verlag

- _____ [2004] *Hombre y sentido: Círculo de Eranos III*. México: Anthropos Editorial.
- Kailo Kaarina (2004) Desde el dis-curso viril a los con-cursos fértiles: el ecofeminismo y las mujeres nórdicas. En Cavana, Puleo y Segura, coords. *Mujeres y ecología: Historia pensamiento, sociedad*. Madrid: Laya
- Kailo, Kaarina; y Vaughan, G. (2004). Giving Back to the Gift Paradigm: Another worldview is possible. *The Gift/Il Dono: A feminist analysis, Athanor*.
- Kaminer Wendy (2001) *Durmiendo con extraterrestres. El auge del irracionalismo y los peligros de la devoción*, Alba, Barcelona. Kazantzakis, Nikos,
- Keats Patrice (2009) Multiple text analysis in narrative research: visual, written, and spoken stories of experience. *Qualitative Research*- 9.
- King, Y., y Mies, Maria (1997) *Curando las heridas: Feminismo, ecología y el dualismo Naturaleza/Cultura*. Ecología. Recuperado en abril 2015 en, http://www.universalbookdistribution.com/Web/img_prod/P22058
- Knight Chris (1991) *Blood Relations: Menstruation and the origins of culture*. London & New Haven: Yale University Press
- Kogan, Liuba. (2010): La entrevista como herramienta para el estudio del cuerpo vivido. *Cuerpos y Emociones desde América Latina* 115.
- _____ (2009) La insoportable proximidad de lo material: cuerpos e identidades en las ciencias sociales. *Debates en Sociología* 32.
- Lacey, Louise (1975). *Lunaception: a feminine odyssey into fertility and contraception*. New York: Coward, McCann & Geoghegan
- Lagarde Marcela ((2006): Pacto entre mujeres. Sororidad. Madrid, 10 de octubre. Departamento de Comunicación. Coordinadora Española para el Lobby Europeo de Mujeres. Recuperado en abril 2015 en, http://pmayobre.webs.uvigo.es/textos/marcela_lagarde_y_de_los_rios/sororidad.pdf
- _____ (2009) La política feminista de la sororidad. *En Mujeres en Red*. El periódico feminista Recuperado en mayo 2015 en, <https://mujeresenred.net/spip.php?article1771>
- _____ (2014) *El feminismo en mi vida: hitos, claves y topias*. México: Horas y horas.
- Lamas, Marta (2006) Género: algunas precisiones conceptuales y teóricas en: *Feminismo. Transmisiones y retransmisiones*. México: Taurus.
- Lauretis Teresa (1989) *Technologies of Gender. Essays on Theory, Film and Fiction*, London, Macmillan Press.
- Le Breton, David (1990) *Antropología del cuerpo y modernidad*. Buenos Aires: Nueva visión
- _____ (2013) Por una antropología de las emociones. *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*. N°10. Año 4. Diciembre 2012-marzo de 2013. Argentina.
- Lefebvre Henri, (1974) La producción del espacio. *Revista de sociología*, Año: 1974 Núm.: 3 (p. 219 - 229)
- Leif Joseph (1992) *Tiempo libre y tiempo para uno mismo*. Madrid: Narcea
- Lerner Harriet (2003) Practicing “psychic genital mutilation”. *Chicago Tribune*, especial del Tribune.

- Lorde, Audre. (1984) *Uses of the Erotic: The Erotic as Power*. En *Sister Outsider, Essays and Speeches by Audre Lorde*. Freedom, CA: Crossing Press,.
- Lorenzo Josemi (2003). *Discurso histórico y tradiciones críticas: Posibilidad del ecofeminismo y la desobediencia civil*. En Cavana M.L., Puleo A. y segura (Coords.) (2004) *Mujeres y ecología: Historia Pensamientos y Sociedad*. Madrid: Laya.
- Mack-Canty Colleen (2004) *Third-wave feminism and the need to reweave the nature/culture duality*. *WSSAA Journal*, vol. 16. No. 3
- Macy, Joanna (2007) *World as lover, world as self: Courage for global justice and ecological renewal*. Parallax Press
- Macy, Joanna y Brown, Molly Young (2014) *Coming back to life: The updated guide to the work that reconnects*. New Society publishers.
- Mahmood, Saba (2008). *Feminist theory, embodiment, and the docile agent: some reflections on the Egyptian Islamic revival*. *Cultural Anthropology*
- Maines Rachel P. (1999). *The Technology of Orgasm: "Hysteria," the Vibrator, and Women's Sexual Satisfaction*. Baltimore: The Johns Hopkins University Press.
- Marcos Sylvia (2004) *Religión y Género*, Madrid: Editorial Trotta.
- Marcus George (1995) *Etnografía en/del sistema mundo: El surgimiento de la etnografía multilocal*. *Alteridades*, 2001 11 (22): Págs. 111-127
- Mardones, José María (1997) *Nueva espiritualidad y renacimiento religioso. Características de la nueva religiosidad emergente*, en Oleza Le-Senne, Francisco (coord.), *Las sectas en una sociedad en transformación*. Madrid. Fundación para el análisis y los estudios sociales: 132-135.
- Martín, Emily (1987) *The Woman in the Body. A Cultural Analysis of Reproduction*. Boston: Beacon Press.
- Martínez, G. Alejandro (2015). *El cielo en el cerebro: la fascinante relación entre la Luna y los neurotransmisores*. Consultado en: <http://pijamasurf.com/2015/04/el-cielo-en-el-cerebro-la-fascinante-relacion-entre-la-luna-y-los-neurotransmisores/>.
- Massey Doreen (2005) *La filosofía y la política de la espacialidad: algunas consideraciones*. En L. Arfuch (comp.) *Pensar este tiempo. Espacios, afectos, pertenencias*. Buenos Aires: Paidós
- Massó G, Ester (2009) *La sexualidad femenina, el holismo epistemológico y la complejidad: reflexiones para la vida contemporánea*. *Revista Estudos Feministas*, vol. 17, núm. 2, mayo-agosto, , pp. 467-480 Universidade Federal de Santa Catarina Santa Catarina, Brasil
- Maturana Humberto (1992) *El Sentido de lo Humano*. Ediciones Pedagógicas Chilenas
- _____ (1997) "Prefacio a la Edición en Español". Eisler Riane (2000) *Placer sagrado I*. México: Pax
- Maturana Humberto y Varela Francisco (1984) *El árbol del conocimiento: Las bases biológicas del conocimiento humano*. Santiago de Chile, Editorial Universitaria.
- McClintock Martha (1971) *Menstrual Synchrony and Suppression*. *Nature magazine*. Vol 229 Recuperado en abril 2014, <http://www.mum.org/mensyn.PDF> al 15 de mayo 2014
- Meisenbach Kristi (2000) *The Seven Sacred Rites of Menopause. The Spiritual Journey to the Wise-Woman Years*. Santa Monica Press,

- Melucci, A. (1999). *Acción colectiva, vida cotidiana y democracia*. El Colegio de México. Centro de Estudios Sociológicos.
- Menéndez, Eduardo (1994) La enfermedad y la curación ¿qué es medicina tradicional? *Alteridades* 4(7): pags71-83.
- _____ (1996) El saber popular como proceso de transformación. Tipos de articulación entre la biomedicina y la medicina popular. En: González Alcantud, *Creer y curar; la medicina popular*. J.A.;
- Merchant, Carolyn (1980), *The Death of Nature: Women, Ecology and the Scientific Revolution*, Nueva York, Harper and Row.
- Mercier, Patricia (2007) *La biblia de los chakras*. Ediciones Gaia.
- Merelo-Barberá (1980) *Parirás con placer*, Kairós, Barcelona
- Merlo Vicente (2007) *La llamada (de la) Nueva Era*. Barcelona: Kairós
- Mies Maria y Shiva, Vandana (1997) *Ecofeminismo. Teoría, crítica y perspectivas*. Barcelona: Icaria
- _____ (1998) *La praxis del ecofeminismo - Biotecnología, consumo, reproducción*. Barcelona: Icaria Editorial. Colección Antrazyt,
- Monlau, Pedro Felipe (1888) *Higiene del matrimonio o el libro los casados*. Garnier Hermanos
- Mora Sabrina (2008), “Cuerpo, género, agencia y subjetividad”, ponencia presentada en las V Jornadas de Sociología de la Universidad Nacional de La Plata , La Plata.
- _____ (2010) Entre las zapatillas de punta y los pies descalzos. Incorporación, experiencia corporizada y agencia en al aprendizaje de danza clásica y contemporánea. En Citro Silvia. (2010). *Cuerpos Plurales: Antropología de y desde los cuerpos* (editorial ., p. 347). Buenos Aires.
- _____ (2011) Cuerpo, género, agencia y subjetividad. Publicado por *Grupo de Estudio sobre Cuerpo - Universidad Nacional de La Plata*. Recuperado en abril 2015 en, 28 <http://grupodeestudiosobrecuerpo.blogspot.mx/2010/06/cuerpo-genero-agencia-y-subjetividad.html>
- Morales, Marcela (s/a) Lunáticas: *Luna Nueva y Menstruación*. Blog LunaCup. Consultado en septiembre, 2016. <http://lunacup.mx/copamenstrual/lunaticas-luna-nueva-y-menstruacion/>.
- Morin, Edgar (1984) *Ciencia con consciencia, Pensamiento crítico/Pensamiento utópico*, Col. dirigida por José Ma. Ortega, Barcelona, Anthropos, Editorial del hombre
- _____ (1994). *Introducción al pensamiento complejo*. Barcelona: Gedisa.
- Morris, Brian (2009) *Religión y antropología. Una introducción crítica*. Madrid: Akal
- Muñiz y Reyes (2007) *Pensar el cuerpo*. México: UAM
- Muraro Luisa (1994) *El orden simbólico de la madre*. Madrid: Horas y Horas
- Murdock Maureen (1993) *Ser Mujer: Un Viaje Heroico*. Gaia
- Najmanovich, Denis (2008) *Mirar Con Nuevos Ojos Nuevos Paradigmas en la Ciencia Y Pensamiento Complejo*. Buenos Aires

- Najmanovich, Denis y Vera Lennie (2004) *Pasos hacia un pensamiento complejo en salud*. En <http://www.fac.org.ar/fec/foros/cardtran/colab/Denise2.htm>
- Nash, Mary (2006) Lo intercultural en acción, identidades y emancipaciones. Identidades de género, mecanismos de subalternidad y procesos de emancipación femenina, *Revista Cidob D'afers Internacionals* 73-74, Barcelona.
- Novelo, Victoria Introducción. Las imágenes visuales en la investigación social, en: V. Novelo (coord.) (2011) *Estudiando Imágenes. Miradas múltiples*. México, CIESAS. (Publicaciones de la Casa Chata), pp. 9-24.
- Neuman, Erich (2009) *La gran madre. Una fenomenología de las creaciones femeninas de lo inconsciente*. Madrid, Trotta.
- Noble Vicki (1991) *La mujer Shakti: sintiendo nuestro fuego, sanando nuestro mundo*. Madrid.
- Northrup Christiane (2006) *Madres e hijas: creando un legado de salud física y emocional*. México: Urano
- _____ (2010) *Cuerpo de Mujer, Sabiduría de Mujer*. España: Urano
- Pániker Raimundo (1994) *Ecosofía: para una espiritualidad de la tierra*. Madrid: San Pablo.
- Pedraza, Zandra (2003) Cuerpo e investigación en teoría social. *Antropología.uniandes.edu.co*, 1–33.
- Peter Fabienne (2001) Health Equity and Social Justice *Journal of Applied Philosophy*, Vol. 18. No. 2
- Pike Sarah (2001) *Earthly Bodies, Magical Selves: Contemporary Pagans and the Search for Community*. University of California Press.
- Pink, Sarah (2001) *Doing Visual Ethnography*. SAGE, London, *Thousand Oaks*, New Delhi.
- Pinkola Clarissa (1992) *Mujeres que corren con los lobos*
- Piontek, Maitreyi (2002) *El Tao De La Mujer: Trabajo Energético, Autocuración, Sexualidad*. España: Luciernaga.
- Plumwood Val (2002) *Cultura Ambiental: Crisis Ecológica de la Razón*. Universidad de Salamanca.
- Pope, Alexandra (2002) *A Kind of Blessing- understanding the power of menstruation*. Consultado el 20 de mayo 2015. http://www.wildgenie.com/articles_fs.html consultado.
- _____ (2012). THE PILL: “Los efectos secundarios de la píldora Anticonceptiva son muchos”. *Revista The Ecologist* N°39
- Prat Joan Carós (2012) Hacia una arqueología de los nuevos imaginarios culturales. Autores, temas e ideas. *Gazeta de Antropología*, 28 (3), artículo 05 · <http://hdl.handle.net/10481/22983>
- Puleo Alicia (2000) Luces y sombras del ecofeminismo. *Asparkia: Investigación feminista*, ISSN 1132-8231, N° 11.
- _____ (2012) Feminismo y ecología. *Mujeres en Red*. El periódico feminista. Recuperado en abril 2015 en, <http://www.mujeresenred.net/spip.php?article2060>
- Pupo, Rigoberto (2014). Ecosofía, cultura, transdisciplinariedad. *Big Bang Faustiniiano*, 2(4).
- Ramírez Rosario (2017) Lo femenino resignificado: Discursos y concepciones de lo femenino desde los círculos de mujeres. Tesis doctoral. Universidad Autónoma Metropolitana. Cd. de México.

- Reich Wilhelm [1949] (1993) *Análisis del carácter*. Barcelona: Paidós
- Ress, Judith (1993) Entrevista con Ivone Gebara: Ecofeminismo holístico, *Con-spirando: Revista latinoamericana de ecofeminismo, espiritualidad y teología* #4 (junio, 1993), pp. 44-49
- _____ (2010). Espiritualidad ecofeminista en América Latina. *Investigaciones Feministas*. Recuperado en febrero 2015 <http://revistas.ucm.es/index.php/INFE/article/view/8536>
- Restrepo, Eduardo (2007). Identidades: planteamientos teóricos y sugerencias metodológicas para su estudio. *Jangva Pana* 5
- Rey, Alain (1993) *Dictionnaire Historique de la Langue Française*. Paris: Dictionnaires Le Robert.
- Reyes, List (2008) Varones del siglo XIX y XX: La construcción de la masculinidad y la definición de las perversiones sexuales. En Muñiz, e. (2008) *Registros corporales*. México: UAM
- Rich, Adrienne (1983) *Sobre mentiras, secretos y silencios*, Barcelona: Icaria.
- Rist Stephan (2006) Diálogo intra e intercientífico entre comunidades ontológicas: Caminos para recuperar las dimensiones espirituales de las ciencias naturales y sociales. En Freddy Delgado B., Cesar Escóbar. *Diálogo intercultural e intercientífico*. Bolivia: Agruco-compas-Plural editores
- Rivera Milagros (1997) *El fraude de la igualdad*. Barcelona: Planeta
- Robbins, Thomas (1988) *Cults, Converts, and Charisma: the Sociology of New Religious Movements*, Sage Publications.
- Roberts, Celia (1999) Thinking biological materialities. *Australian Feminist Studies* 14.29, 131-140
- Rodrigáñez Casilda (2010) *El asalto al Hades: la rebelión de Edipo*. Traficantes de sueños. Editorial
- Rodrigáñez Casilda y Cachafeiro Ana (1999) La sexualidad de la mujer. Dossier Ediciones Ez. *Revista Ekintza Zuzena*, Bilbao, España. Recuperado en octubre, 2015. <http://www.contranatura.org/articulos/Sex/Cachafeiro-Mujer.htm>
- Rodríguez, Manuela (2012) Aportes para un análisis multidimensional de la eficacia performativa ritual. Imprevistos en una ceremonia umbanda argentina. *Revista Colombiana de Antropología*, vol. 48, núm. 2, julio-diciembre, 2012, pp. 163-188 Instituto Colombiano de Antropología e Historia Bogotá, Colombia
- Rodríguez, Gregorio y J. Gil y E. García (1999) *Metodología de la investigación cualitativa*. Málaga: Ediciones Aljibe.
- Russell Letty (1974) *Human Liberation in a Feminist Perspective - A Theology*
- Ruz Alberto (1992) *Los Guerreros del arcoíris*. México: Círculo Cuadrado
- Sabido Olga (2012) Los retos del cuerpo en la investigación sociológica. Una reflexión teórico-metodológica. *En cuerpo, espacio y emociones. Aproximaciones a las ciencias sociales*. Aguilar Miguel Angel y Soto Villagrans, coords. México: Porrúa.
- Salas María (1993) De la promoción de la mujer a la teología feminista: cuarenta años de historia. España: Sal Terrae.
- Salleh, Ariel (1994) Naturaleza, Mujer, Trabajo, Capital: La Más Profunda Contradicción. En *Ecología Política* n°7, Cuadernos de Debate Internacional. Barcelona: Icaria

- Salomonsen Jone (2002) *Enchanted Feminism: Ritual, Gender and Divinity among the Reclaiming Witches of San Francisco*. London: Routledge.
- Sánchez, José (2014) Un clamor de voces. Dialogismo y narrativas del riesgo en Molango.
- Sarachild Kathie (1978) *Feminist revolution*. New York: Random House
- Saylor Coleen (2004). The circle of health: a health definition model. *Journal of Holistic Nursing*,
- Scott, Joan (1993), El género: una categoría útil para el análisis histórico, en Cangiano, M. et L. Dubois (dir.), *De mujer a género. Teoría, interpretación y práctica feminista en las ciencias sociales*, CEAL, Buenos Aires.
- Scranton Alexandra (2013) *Los efectos Potenciales para la Salud de los Productos Químicos tóxicos en los Productos para el cuidado femenino*. Women's Voices for the Earth.
- Sendón Victoria (1994) *Feminismo holístico: de la realidad a lo real*. España: Icaria Editorial
- Serrano Silvia (2007) *Osiris el huevo de obsidiana: sanación de la energía femenina*. México: editorial continente
- Sheldrake Rupert (1988) *The Presence of the Past: Morphic Resonance and the Habits of Nature*. Collins: Londres,
- Shiva, Vandana (1995) *Abrazar la vida. Mujer, ecología y desarrollo*. Madrid, horas y HORAS
- Simonis Angie (2012) Tesis La diosa: un discurso en torno al poder de las mujeres
- Smoley, Richard. (1998) The old religion. *Gnosis*. No. 48, Summer. Pages 12-14
- Sotomayor Carmen T. (2008) El espacio y la construcción de la identidad en *La enredadera*, de J. Aldecoa Letras Hispanas, Volume 5, Issue 1 Spring 2008 2
- Spretnak, Charlene (1982) *The Politics of Women's Spirituality: Essays on the Rise of Spiritual Power within the Feminist Movement*
- Stanton, Elizabeth (1895) *The Woman's Bible: A Classic Feminist Perspective* at Google Book Search
- _____ (1898) *The Woman's Bible, parts I and II* (1895, 1898), at Sacred Texts
- Starhawk (2012) *La Danza en espiral*. México: Urano
- Stein, Robert (1990). De la liberación de las mujeres a la liberación de lo femenino. En: *Ser Mujer*. Barcelona: Editorial Kairos.
- Strathern Marilyn (1992) Fuera del contexto. Las ficciones persuasivas de la Antropología. En Geertz, C., Clifford, J. (1992) *El surgimiento de la Antropología Posmoderna*. Barcelona: Gedisa.
- Street, Susan (1999) Representación y reflexividad en *La (auto)etnografía Crítica: ¿voces o diálogos?*
- Talarn Antoni (2007) *Globalización y Salud Mental*. Herder.
- Tarnas Richard (2009) *Cosmos y Psique*. España: Editorial Atalanta.
- Taylor, S. E., Klein, L.C., Lewis, B. P., Gruenewald, T. L., Gurung, R.A.R., & Updegraff, J.A. (2000). Female Responses to Stress: Tend and Befriend, Not Fight or Flight, *Psychological Review*, 107(3), 41-429.

- Toledo Víctor (2003) *Ecología, Espiritualidad y Conocimiento: de la sociedad del riesgo a la sociedad sustentable*. México: Universidad Iberoamericana
- Touraine, Alain (2007). *El mundo de las mujeres*. Barcelona: Paidós.
- Tyler Stephan (1986) Etnografía postmoderna: Desde el documento de lo oculto al oculto documento
En Clifford, James y Marcus George (Comps.) *Retóricas de la antropología*. Madrid: Júcar
- Vacarezza, Nayla (2010) Aportes de Spinoza para reflexionar acerca de la vida corporal del género, las mujeres y el feminismo, *A Parte Rei*. Revista de Filosofía, nº 71, pp. 1-10.
- Valls-Llobet, Carmen (2006) La menstruación: de la invisibilidad a la abolición. DUODA. *Estudios de la Diferencia Sexual*. num 31 -2006
- _____ (2009) *Mujeres, salud y poder*. Madrid: Ediciones Cátedra.
- Van Gestel I, IJland MM, Hoogland HJ, et als. (2003) *Endometrial wave-like activity in the non-pregnant uterus*. Human Reproduction Update, Vol.9, No.2 pp 131-138,
- Watts Alan (1988) *Naturaleza, hombre y mujer*. Barcelona: Kairós
- Willis, Ellen, (1984) Radical Feminism and Feminist Radicalism. En *No More Nice Girls: Countercultural Essays*, Wesleyan University Press, 1992
- Wilson Anne (1996) *Meditaciones Para Mujeres Que Hacen Demasiado*. Madrid: Editorial EDAF
- Yuni, José A. y Claudio A. Urbano (2005). *Mapas y herramientas para conocer la escuela. Investigación etnográfica e investigación acción*. 3ª. Ed., Córdoba, Argentina, Editorial Brujas.
- Zemelman, H. (1987) Razones para un debate epistemológico en: Método y teoría del conocimiento. Un debate. *Revista Mexicana de Sociología*. Año XLIX/Vol. XLIX/Núm.1. Enero-Marzo.
- Zimecki M. (2006) The lunar cycle: effects on human and animal behavior and physiology. *Postepy Hig Med Dosw (Online)*. 60:1-7. *Review. PubMed PMID: 16407788*.
- Zuluaga Patricia (2004) Ecofeminismos. En: *Memorias del Seminario Vamos Mujer*, 25 años, Medellín Colombia.
- Zweig Connie (2001) [1993] *Ser Mujer*. Barcelona; Kairós