

CIRCULO DE MUJERES

Diosas cíclicas

Mientras la industria farmacológica crea píldoras para reducir los períodos de la mujer, en Buenos Aires se realizan talleres para recuperar el respeto por los ciclos que tenían los pueblos originarios.

19/05/2008

"Qué mal humor que tenés hoy, ¿te está por venir?", ""Estás histérica, por favor, que te venga rápido así se te pasa", "Uy, qué sensible, ¿estás en 'esos' días?", son frases que las mujeres estamos acostumbradas a escuchar. Y lo mismo ocurre desde las publicidades que vemos en televisión: esos días somos unas pobres chicas, que nos odiamos a nosotras mismas, que no podemos hacer que nos cierre el pantalón, que nos sentimos como si fuésemos ¿otra?, etcétera, etcétera. Tan mala prensa tiene que hasta muchas de nosotras renegamos de nuestro ciclo femenino, y pasar por "esos días" -y los seis o siete previos- es una complicación. Inclusive, desde hace unos años la industria farmacológica llegó a crear unas píldoras anticonceptivas que reducen las doce menstruaciones anuales a cuatro, "Y los 84 días promedio de sangrado por año pasan a ser sólo 28", enuncian los folletos que las promocionan.

Para María José Gutiérrez Marques, Instructora en Bioenergética y estudiosa de las energías femeninas, quien se dedica a dar talleres llamados "Círculo de mujeres", todos estos mensajes no hacen más que alejarnos de nuestra esencia, de lo sagrado femenino, y de lo que nos caracteriza como mujeres. "Mes a mes recorremos distintos estados energéticos y emocionales. Y cada una de esas sensaciones y sentimientos tienen relación con las cuatro diferentes fases, por las que las mujeres atravesamos en cada ciclo mensual-menstrual", explica Marques, y recuerda que antiguamente, las diferentes culturas, por ejemplo los pueblos aborígenes respetaban mucho "esos días" de la mujer, en donde las indígenas se reunían en sus "cabañas rojas", a hacer sus oráculos de adivinación, justamente cuando estaban sangrando, porque era el momento de mayor sensibilidad, percepción y visión. Era a ellas a quienes se les iba a consultar acerca de cuál era el mejor momento para ir a un enfrentamiento, una conquista de territorio, o agrandar la descendencia.

"Las cuestiones cruciales para las tribus se les iban a consultar a estas mujeres que tenían un contacto muy especial con su ciclicidad y la respetaban. En la actualidad, en cambio, en esta conquista nuestra de los espacios que antes eran exclusivamente masculinos, rehusamos y dejamos de lado cosas que son esenciales de nuestro género. Hoy la menstruación está vista como algo -como mínimo- molesto, cuando gracias a que menstruamos podemos engendrar vida", reflexiona Marques. Sin embargo, en esta cultura actual de la panza chata y la delgadez extrema - requisitos contrarios a la anatomía natural femenina- que alude a lo externo y a no respetar nuestro interior, aunque ya no sepamos las causas, las mujeres seguimos teniendo el registro de estos cambios energéticos y emocionales que nos ocurren mes a mes".

Por eso, Marques comienza sus talleres preguntando lo siguiente: "¿Cómo te sentís hoy?", y luego: "¿Te acordás de la fecha de tu última menstruación?". "Me siento contenta, con pilas para hacer veinte mil cosas", fue lo que contestó Patricia, a quien la menstruación se le acabada de ir hacía dos días. Patricia se encontraba en la "Fase de la Diosa Joven ", que se corresponde con los 7 días posteriores a la finalización de la menstruación, aproximadamente; y la descripción de su estado anímico coincidía con precisión con las energías que prevalecen en este estadio. "Esta fase que más o menos es de una semana tiene que ver con el momento donde la mujer está absolutamente plena para iniciar cosas, con más energía, en la cual, si la vivimos en conciencia se ancla nada más y nada menos que nuestra autoestima. La mujer, salió del repliegue y empieza un período de extroversión", explica. La siguiente fase es la de la "Diosa Adulta", que se inicia aproximadamente durante nuestra ovulación: día 14 de nuestro ciclo. Según Marques, este es el momento donde nuestra energía de expansión se pone de manifiesto en las relaciones vinculares. "Como nuestra capacidad de entrega se encontrará muy activa, deberemos estar más atentas a no dar más energía que la necesaria. Todo lo que entreguemos llenas de amor y despojadas de cualquier sentimiento egoísta, debemos practicarlo primero con nosotras mismas", agrega.

"La Diosa Anciana Sabia", es la fase siguiente, que comienza aproximadamente una semana antes de producirse el sangrado. Aquí se sucede una etapa introspectiva de recarga energética y evaluación de lo vivido. Comenzamos a estar más perceptivas, a través de nuestros sueños se manifestaran los mensajes de nuestra "anciana sabia" que todas llevamos dentro, tenemos el valor para manifestarnos con una sinceridad a veces despiadada con los otros, es un momento propicio y necesario para la creación en cualquiera de sus expresiones", detalla Marques. Y la última es la fase de "La Diosa Oscura o Bruja" que se inicia el primer día en que comienza nuestro sangrado. Aquí, nuestra energía necesita replegarse hacia el interior, es el momento más introspectivo. "Estamos más intuitivas, también más cansadas que lo habitual, deberemos darnos en lo posible el espacio para descansar, en todo los sentidos, no sólo físico. Este tránsito

simboliza la aceptación de lo que ya pasó y la preparación para la afrontar la incertidumbre del futuro, por eso, la maduración de distintos procesos y su cierre se ven favorecidos en esta etapa. Estaremos también más abiertas a recibir información de otros planos más sutiles", explica Marques.

"Si podemos entender que esto que nos pasa tiene un motivo que es nuestra propia identidad femenina, nuestro propio tránsito energético, vamos a dejar de pelearnos con las emociones que no entendemos porque empezamos a tener un registro consciente y, por lo tanto, a aceptarlas. La mujer debe volver a sincronizarse con la naturaleza", reflexiona Marqués. El segundo estadio de los talleres incluye a los hombres. "Una vez que realizamos el trabajo interno con nosotras mismas, el objetivo posterior es analizar las relaciones hombre y mujer desde esta nueva percepción. El objetivo final es compartir esta nueva conciencia con los hombres, poder expresarles qué es lo que realmente nos pasa, para poder 'entendernos y tomarnos' a nosotras mismas en nuestra completud y sabiduría", concluye Marques.