

METAMORFOSIS

*REVISTA VIRTUAL PARA EL CRECIMIENTO DEL
ESPIRITU*

NÚMERO 1

MARZO 2009



EDITORIAL

Hola amig@s:

Hoy comienza un nuevo mes, el tercero del año, al que doy la bienvenida con alegría, confianza, esperanza y fe, a la vez que le pido que sea favorable, amoroso, pacífico, lleno de luz y próspero para tod@s. Que así sea.

Marzo es un mes en el que confluyen varias energías arquetípicas, que podemos aprovechar, integrar, emplear y manifestar a lo largo y ancho de estos treinta y un días que se presentan ante nosotr@s. Algunas de esas fuerzas son las siguientes: el número tres, la Casa III de la Rueda Zodiacal, La Emperatriz del Tarot de Marsella, los signos de Piscis y de Aries.

Marzo también es el mes en el que entraremos en el equinoccio de primavera, concretamente a las 11:44 horas (A.M.) del día 20, esa estación florida, hermosa y llena de color en la que las semillas que durante el invierno han estado guardadas bajo la tierra, empiezan a despertarse, a salir, a germinar y a crecer, recordándonos que todo vuelve, que todo renace, que todo pasa por diferentes periodos y circunstancias, es algo que forma parte del proceso de la vida y que es ineludible para cualquier ser. Si aplicamos la sabiduría natural de las estaciones a nuestra propia persona y a nuestro acontecer cotidiano, es la de primavera una época en la que podemos comenzar algo que nunca nos hayamos atrevido a hacer o que saquemos del baúl de nuestra mente y de nuestro corazón aquellas ideas, sentimientos, actitudes, deseos, necesidades... que hemos dejado guardadas, para que el sol las ilumine, las potencie o les de vida y la lluvia les haga recobrar su frescura y las haga crecer. Para estar más en sintonía con los ciclos de la vida y sentirnos más partícipes en el Todo al que, nos guste o no, estamos inseparablemente unidos, así como para darle nuevos bríos e impulsos a nuestro espíritu, debemos recuperar nuestras ceremonias y rituales, tan abundantes y diversos en todas las culturas. Muchos de ellos celebran la llegada de cada estación con el deseo y la esperanza de que sea propicia y aporte sus cualidades y energía. Incluyo una sencilla ceremonia al alcance de cualquiera, para dar la bienvenida a este equinoccio.

Asimismo celebraremos el Día de las Mujeres, y aunque a mí me gustan poco los días de..., y menos aún éste, porque considero que los reconocimientos y los homenajes tendrían que ser diarios para tod@s, sean cuales sean nuestra edad, sexo, cultura, color de piel, creencias..., sirva, ya que está, para recordarnos que aún hay mucho camino por recorrer para que todas las mujeres del mundo sean respetadas y vean reconocidos sus derechos como ciudadanas y como

personas independientes, autónomas e inteligentes, con una existencia propia que vivir y desarrollar, tanto si forman una familia y son madres como si no. Conseguir esa meta es imprescindible para que de una vez por todas construyamos de verdad un mundo equilibrado y justo para tod@s. Esto no quiere decir que todas las personas vayamos a ser en algún momento de la evolución completamente iguales, iría en contra de las leyes de la Naturaleza, que hace a cada ser único e irrepetible, aunque con muchos puntos en común con sus semejantes. Miremos a donde miremos, no podremos encontrar dos piedras, dos ríos, dos flores, dos animales... idénticos, así que tampoco podemos esperararlo de las personas, esto nos convertiría en clones y si lo fuéramos, perderíamos nuestro poder y nuestras posibilidades. Lo que sí debemos hacer sin más dilación es trabajar para que haya igualdad de educación, salud, trabajo, oportunidades... para tod@s.

Podemos considerar también el Día de las Mujeres como un reconocimiento de la energía femenina y receptiva, que tod@s llevamos dentro y que, junto con la masculina y activa, debemos reconocer, integrar y emplear adecuadamente, si queremos convertirnos en los seres complet@s y autorrealizad@s que debemos ser. Por si hay alguien a quien esto le resulta chocante o inadmisibile, sirva como prueba de lo que digo el hecho indiscutible de que la mitad de nuestros genes los hemos recibido de nuestro padre y la otra mitad de nuestra madre, por lo que biológicamente hay tanto un hombre como una mujer en nuestro interior. Y si esto es cierto para la biología, ¿sería posible que no lo fuera también para la psique, las emociones y el espíritu? La energía femenina y receptiva, de la que hablaré en otro momento, lleva muchos siglos maltratada por la cultura patriarcal y no sólo en las mujeres, también en los hombres, algo que no ocurría en culturas más antiguas y más respetuosas con la Vida en general. Así que, por el bien de tod@s, debe recuperar su sitio, hacerlo sagrado y, como La Estrella del Tarot, posar su rodilla en la Tierra mostrando toda su autenticidad y su capacidad para la unión. El artículo dedicado a Las diosas de cada mujer proporciona algunas pistas de cómo podemos empezar a hacerlo, tanto las mujeres como los hombres.

Yo misma también estoy de estreno, y no sólo por el nacimiento de esta revista ya que, tras veinte años trabajando con ella, le digo adiós a la Logopedia, agradeciéndole todo lo que me ha aportado, enseñado y permitido hacer, a la vez que le doy mi más entusiasta bienvenida a la Espiritualidad, con la que estoy segura de que aún voy a llegar más lejos y espero, humildemente, ayudar a otras personas a que también lo hagan. La transformación interna que en los últimos años ha empezado a producirse en mi parte espiritual, me ha llevado a tomar esta decisión. Cada día estoy más plena y profundamente convencida de que somos seres espirituales con experiencia humana temporal, así que no me queda más alternativa que manifestarlo, practicarlo y compartirlo. En griego, el término psijé, significa tanto

mente como espíritu, por lo que tengo claro que puedo y debo unir ambas disciplinas, tanto en lo personal como en lo profesional. La época de grandes cambios y metamorfosis que estamos atravesando también me ha animado a dar este giro, ya que debemos abrirle la puerta a herramientas diferentes a las usadas hasta ahora, puesto que somos seres multidimensionales y debemos aprovechar todas nuestras posibilidades. Primero, para afrontar y resolver las pruebas y los retos que se vayan presentando y que son oportunidades necesarias para recuperar y manifestar nuestro poder interno, nuestra intuición y nuestra creatividad. En segundo lugar, para evolucionar y elevar nuestra consciencia ya que, por mucho dolor y oscuridad que nos rodeen, siempre, estad segur@s de ello y recordadlo a cada instante, nos dirigimos hacia la luz, el amor y la sabiduría. Así que, conservad la calma, la confianza, la esperanza, el optimismo y la fe en un futuro mejor, requisitos necesarios para darle toda nuestra energía mental y emocional a ese sueño, y unos ayudantes imprescindibles para que con nuestros actos se haga realidad. Que así sea para tod@s porque así es.

Y por último, quiero aprovechar la ocasión para felicitar a Eva y Jose, que se casarán el día veintiuno, nada más empezar la primavera, deseándoles una larga y, sobre todo: hermosa, enriquecedora y fructífera unión.

Un fuerte abrazo para tod@s y, si os parece oportuno, gracias anticipadas por compartir esta revista con otras personas a las que les interesen estos asuntos.

M^a Dolores Sánchez-Villacañas

ENERGÍAS ARQUETÍPICAS DEL MES DE MARZO

Los arquetipos son mitos, patrones o símbolos internos muy antiguos, herramientas que evocan sentimientos e imaginación, porque tocan asuntos colectivos muy diversos y resuenan en lo más profundo de nuestra psique. Si nos acostumbramos a trabajar con ellos cotidianamente, podemos aprovechar su energía y sus cualidades para sentirnos más fuertes y creativ@s mientras realizamos nuestros quehaceres y cumplimos con nuestras obligaciones. Algunas de las energías arquetípicas que sintonizan con el mes de Marzo son las siguientes:

NÚMERO TRES

Lo que representa: La Santísima Trinidad y la unión de cuerpo, mente y espíritu. Es el número de la creación, por ser el resultado de la suma del dos y el uno, es decir: del principio receptivo femenino del dos y del principio masculino activo del uno. Incluye un simbolismo sexual con raíces naturales, ya que el aparato genital masculino se compone de tres partes, dos iguales: los testículos y una distinta: el pene, estando compuesto el femenino por dos ovarios y una vagina. Para los pitagóricos el tres era el número perfecto, puesto que tiene un principio, un medio y un fin.

De la unión del elemento masculino: uno y del elemento femenino: dos, surge un tercer elemento a través de la procreación. La/el hij@ que nace del padre y de la madre es la síntesis que surge de la tesis y de la antítesis, por lo que la vibración de este número se convierte en una esperanza realizada y material. Está regido por Mercurio y asociado con las religiones.

La idea: Introduce actividad en la receptividad del dos y en el uno, que aunque sea potencialmente creativo, por sí solo es estéril. Por lo tanto, concede energía a los números con los que se asocia.

Es el número de las artes, de la música y de la creación literaria. Su influencia es doble: mental y social. Mental: desarrolla su esfuerzo en el plano de las ideas, y de la imaginación. Social: se mueve en el ámbito de la relación, de la palabra y de la comunicación.

Da una cierta inestabilidad, al ser el resultado de la suma de lo activo: uno, con lo pasivo: dos, por lo que conlleva el riesgo de quedarse detenido examinando los pros y los contras. Asimismo, al ser el número de la

procreación y de la generación, puede empezar muchas cosas debido a su gran creatividad, pero no terminarlas, ya que no puede abarcar todo el campo de lo creado.

Imagen: Triángulo.

Aspectos positivos o cualidades más favorables de esta vibración: Optimismo, habilidad para las relaciones, talento, capacidad de comunicación, creatividad, autoexpresión, poder de adaptación, agilidad mental, espíritu inventivo, jerarquía, razonamiento, buen humor, sociabilidad, expansión, jovialidad, amor, generosidad, armonía, personalidad fuerte, necesidad afectiva e influencia del ambiente.

Aspectos negativos o cualidades menos favorables de esta vibración: Pesimismo, prepotencia, verborrea, depresión, cotilleo, actitud embaucadora.

Color: Púrpura - **Metal:** Estaño - **Nota musical:** Mi **Piedra preciosa:** Amatista y turquesa

Como número de vibración interna: Naturaleza emocional fuerte que puede marcar la vida de la persona que lo tiene en esta área. Necesidad de estímulo y de elogios. Capacidad para tomar decisiones de manera instantánea, con astucia, inteligencia y sentido práctico. Talento que debe centrarse y orientarse a través de actividades artísticas.

Como número de vibración kármica: Quien lo tiene viene a desarrollar el talento que posee, cultivando el optimismo y la constancia, puesto que su misión es autoexpresarse.

LA EMPERATRIZ DEL TAROT DE MARSELLA

Palabras clave para este arcano son: Fecundidad, creatividad, seducción, deseo, poder, sentimientos, idealismo, naturaleza, elegancia, abundancia, cosecha, belleza, eclosión, adolescencia, estallido creativo, expresión.

El número de La Emperatriz: el III, indica un estallido sin experiencia. Todo lo acumulado en el número dos explota de forma súbita y brusca, sin saber hacia qué ni hacia dónde ir. Es el paso de la virginidad a la creatividad, es el huevo que se rompe y abre a la vida dejando salir al pollito que había dentro, por lo que el arcano de La Emperatriz remite a la energía expansiva e incontrolada de la adolescencia, con su enorme energía vital, su impulsividad, su seducción y su carencia de experiencia ante la vida. En esta etapa de nuestra evolución vital hay innumerables cambios y un enorme crecimiento para irse adaptando

a la vida adulta. El cuerpo tiene un potencial de regeneración excepcional y también aparecen la pubertad, el deseo y la potencia sexual.

La Emperatriz sostiene un cetro de poder con su mano izquierda y lo apoya en la zona del sexo, donde podemos ver una hoja verde: símbolo de una primavera perpetua. El remate amarillo del cetro indica que ejerce su poder creativo con una gran inteligencia. Está en una postura cálida y de confianza, con las piernas abiertas y muy a gusto, como si tras un proceso de gestación se estuviera pariendo a sí misma, entrando incesantemente en la vida y naciendo de forma perpetua, de manera creativa, inteligente, amorosa y bella.

La Emperatriz, aun siendo una figura femenina, lleva en sí dos elementos de masculinidad: el águila macho que sujeta con su mano derecha y la nuez que hay en su cuello, para recordarnos que en el seno de la mayor feminidad hay también un núcleo masculino, de la misma manera que en el centro de la mayor masculinidad hay un punto femenino, como claramente lo vemos en el yin y el yang del Tao.

Interpretaciones más comunes de este arcano: Mujer bella, fertilidad, ama, madre cálida, seductora, creatividad, adolescencia, fecundidad, encanto, coquetería, mujer de negocios, prostituta, amante, artista, producción, belleza, abundancia, acción creativa no razonada y que no sabe dónde va, ebullición, pulsión vital como motor de crecimiento y evolución.

LA CASA III DE LA RUEDA ZODIACAL

La Casa III es una casa situada en el cuadrante Norte-Este del hemicíclulo inferior de la Rueda Zodiacal o Carta Astral, un sector relacionado con la intuición. Es una casa de aire cadente y mutable, que distribuye, reorienta y regenera la energía. Sus claves son comprender y transformar las relaciones; la cercanía y la inmediatez; la pervivencia en el medio y la capacidad de adaptación a él. Es el domicilio natural de Mercurio y de Géminis, por lo que se trata de una casa dual. Evolutivamente corresponde a la etapa de la vida en la que aprendemos a caminar y, como consecuencia, a movernos con autonomía, lo que nos ayuda a independizarnos de y a explorar cuanto nos rodea, a relacionarnos más activamente con ello, a comenzar a formarnos ideas y opiniones respecto a lo que nos vamos encontrando, a darnos cuenta de que queremos crecer y conocer. También en esta etapa aprendemos a hablar y, mediante el desarrollo del lenguaje, podemos dar nombre a las cosas y a las personas, además de comunicarnos con ellas. Mediante el

lenguaje empezamos a tomar contacto con los símbolos y los conceptos, a separar y diferenciar la mente del cuerpo.

Es también la casa de la mente concreta o inferior: la mente racional y lógica, una parte de la mente que, entre otras actividades, recopila hechos y está relacionada con el hemisferio izquierdo del cerebro. Al representar esta casa lo concreto y lo específico, es el sector vinculado a: lo cercano, cotidiano y particular; la comunicación de tú a tú con quienes convivimos; l@s herman@s, vecin@s y familiares, excepto los padres; los desplazamientos diarios y los viajes cortos, los cambios de casa; las oportunidades y las gestiones en el medio; por ella salen nuestras opiniones y nuestro pensamiento empieza a formarse; lugar de encuentro y relación entre las ideas de nuestro propio yo y las que recibimos a través de las experiencias del día a día; naturaleza del ambiente en el que vivimos y de las personas que hay en él; desarrollo de la parte analítica de la inteligencia y de lo empírico; mente del especialista: une las observaciones personales obtenidas con el conocimiento.

La Casa III rige los estudios primarios y elementales, los intercambios hablados y escritos en el ámbito cotidiano: teléfono, cartas, periódicos, revistas...; la fluidez verbal y escrita; el entendimiento con l@s demás; la compañía de personas semejantes a un@ mism@; la asimilación adecuada de los mensajes y conocimientos recibidos del exterior; la facilidad para aprender de las propias experiencias; la capacidad para integrarnos en el grupo social al que pertenecemos, encontrando y conservando a la vez nuestro propio lugar.

SIGNO ASTROLÓGICO DE PISCIS

Vigencia: 19 de Febrero a 20 de Marzo. Polaridad: Femenina-Receptiva. Elemento/Triplicidad: Agua. Cualidad energética/Cuadruplicidad: Mutable. Casa: Doce. Regentes: Neptuno (diurno) y Júpiter (nocturno). Cualidad: Unidad. Misión: Servir. Frase: Yo creo (de creer). Símbolo tradicional: Dos peces atados. Símbolo esotérico: Faro. Anatomía: pies, linfa, somatizaciones. Cristal: Cianita. Color: Plateado. Metal: Aluminio. Plantas: Orquídea y Madreselva. Ángeles: Asariel y Zadkiel. Mito: Dioniso

CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES

Piscis cierra la Rueda Zodiacal y la triplicidad del agua: es necesario purificar los restos emocionales no saneados en los signos anteriores. Signo sentimentalmente adaptable, sensible, emotivo, receptivo y con facilidad para impregnarse de cuanto le rodea, adelantándose con frecuencia a las

peticiones ajenas, porque las percibe con facilidad a través de sus emociones y su intuición. Piscis es servicial pero con frecuencia espera, como si fuera una obligación, recibir más de lo que da: comprensión, apoyo, protección, ayuda..., por lo que su entrega a l@s demás está condicionada y no es tan altruista ni desinteresada como externamente parece. Además, estar pendiente del favor ajeno ni le favorece ni le fortalece, al contrario, le debilita interiormente y le hace caer en la sensiblería. Como agua mutable que es, representa el caos, la pérdida de límites, la disolución del yo en el mar del inconsciente colectivo, algo que su regente natural: Neptuno, alimenta y acrecienta. Neptuno es el dios del océano y un planeta esquivo, escurridizo, misterioso y sutil, que envuelve, lía y confunde. Piscis es el signo más sensible del Zodíaco y sus emociones son fuertes y profundas, otra característica neptuniana. También es muy introspectivo, le da muchas vueltas a las cosas y es difícil de entender para l@s demás. El mundo terrestre no es su hábitat natural y su mayor deseo es escapar de él, motivo por el que suele ser proclive a las adicciones, sobre todo cuando está desconectado de su fuente interior. En cambio, cuando logra y alimenta ese contacto, es capaz de realizar cosas grandes e importantes, ya que su intuición es muy fuerte. Es el signo que peor lleva la soledad y, paradójicamente, es de los que más la necesitan para conseguir y conservar su equilibrio interno, dada su facilidad para dejarse influir y llevar por el exterior.

Piscis está dotado de forma innata para la comprensión de ideas complejas, ya que absorbe como una esponja los conocimientos y la información. Es muy imaginativo y activo mentalmente. Percibe e intuye con facilidad sensaciones y sentimientos que l@s demás no captan y es muy difícil mentirle. Otras cualidades son la simpatía, la adaptabilidad y la versatilidad, aunque carecen de fuerza de voluntad y de una actitud dinámica hacia la vida, con mucha frecuencia ocasionada por sus dudas internas permanentes. Hace amistades con facilidad y es leal a ellas pero su gran susceptibilidad puede imaginar ataques donde no los hay y debe aprender a reconocer su inseguridad y sus altibajos emocionales, para ser más objetivo. Externamente parece una persona plácida y tranquila, pero si alguien le deja en ridículo o le daña de alguna forma, su furia interna puede ser muy destructiva. Conoce intuitivamente sus actitudes y limitaciones, lo que puede ocasionar un fuerte complejo de inferioridad y llevar al victimismo. Su capacidad para la actuación es tan grande que con frecuencia se protege y excusa de hacer cosas mintiendo a quienes le rodean, sobre todo cuando surgen problemas y complicaciones. En el amor es un signo muy romántico, pudiendo incluso idolatrar a la persona amada, también es fiel y leal en este ámbito.

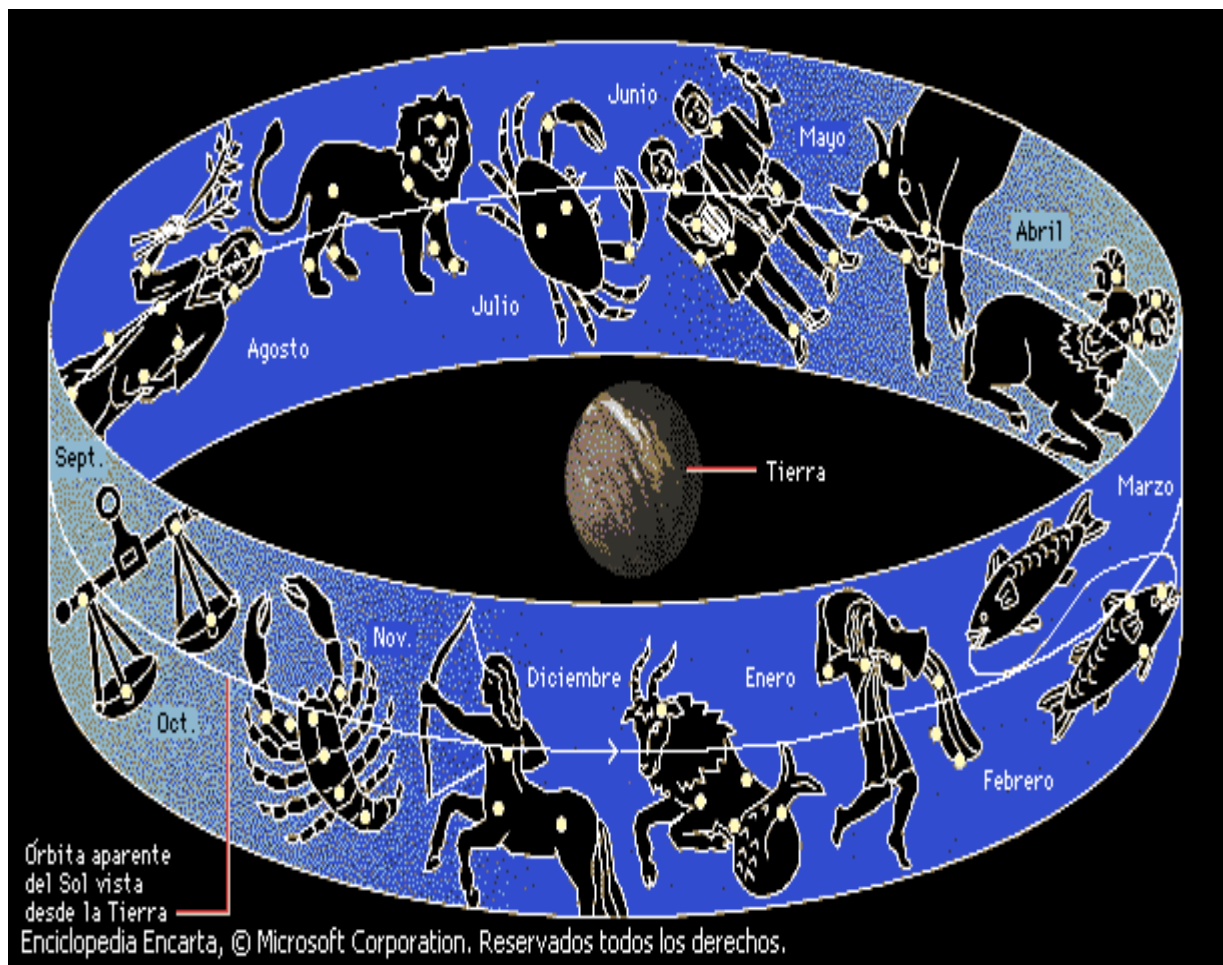
SIGNO ASTROLÓGICO DE ARIES

Vigencia: 21 de Marzo a 20 de Abril. Polaridad: Masculino-Positivo. Elemento/Triplicidad: Fuego. Cualidad energética/Cuadruplicidad: Cardinal. Casa: Uno. Regentes: Marte (diurno) y Plutón (nocturno). Cualidad: Acción. Misión: Comenzar. Frase: Yo soy. Símbolo tradicional: Carnero. Símbolo esotérico: Yunque. Anatomía: cabeza y cara. Cristales: Diamante y jaspé rojo. Metal: Hierro. Plantas: Cardo y anémón. Ángel: Camael. Mitos: Viaje de Jasón y Atalanta.

CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES

Aries abre la rueda Zodiacal y la triplicidad de fuego, comenzando por lo tanto con él un ciclo de experiencias, no en vano es considerado el pionero del zodiaco. Es un signo activamente inspirado, entusiasta, emprendedor, ambicioso, de penetración y fuerza. Es el primer paso, el primer escalón de todos los comienzos, aquél en el que la persona debe comenzar a dar forma y a construir una personalidad nueva, necesitando para ello que todas las energías se centren en un@ mism@ y sean dirigidas por y para un@ mism@. Aries rebosa energía e iniciativa que le impulsan a actuar y a abrir caminos, proporcionándole coraje y valor cuando están bien canalizadas, contribuyendo también a que los proyectos y las ideas nuevas emanen de su cabeza sin parar. Aries hace lo que quiere y cuando quiere, no soporta las interferencias ni las imposiciones del exterior y puede encolerizarse mucho cuando se encuentra con ellas. Es directo, impulsivo y tiene poco tacto, por lo que si no aprende a controlar su ímpetu natural puede resultar, y con frecuencia resulta, intimidador y agresivo. No obstante y como fuego que es, es franco y no engaña, lo que manifiesta es lo que piensa y lo que siente, otra cosa es que sea correcto o que lo exprese de forma adecuada. Como signo cardinal, carece de constancia y de fuerza de voluntad para perseverar y acabar lo que empieza, pudiendo abandonarlo si las cosas se complican o si necesita más tiempo, trabajo y esfuerzo de los previstos para continuar y terminar lo comenzado. Su apariencia externa es de mucha autoconfianza, pero su interior es inseguro y temeroso, a la vez que temerario e imprudente, por algo es el/la bebé del zodiaco. Aries no es sentimental, a pesar de pertenecer a la triplicidad de fuego y se guía por la cabeza más que por el corazón, lo que no le impide ser apasionado y sensual. Al ser un signo fuerte y enérgico sus enfados también lo son, aunque tiene la ventaja de que le duran poco y no guarda rencor, un aspecto positivo de la cardinalidad. Dispersa energía por todas partes y si no aprende a conservarla ni a canalizarla puede haber problemas, tanto internos como externos. Habitualmente está acelerado y es exigente, haciendo cosas sin parar y parece no cansarse nunca de estar activo. Su mente es rápida, aguda, práctica, con ideas claras y respuesta rápida, adelantándose en ocasiones a su interlocutor/a,

pensando y terminando las frases por él/ella, algo que puede originar dificultades de comunicación y conflictos, sobre todo si la otra persona también es de carácter fuerte y no consiente las imposiciones ni los atropellos. Aries es un competidor nato que no espera felicidad y fortuna como recompensa a su trabajo y esfuerzo, aunque sí pretende el reconocimiento de ser el/la primer@, la heroína/el héroe, el/la abanderad@, la persona que abre las puertas y la perspectiva a l@s demás.



LAS DIOSAS DE CADA MUJER: ARQUETIPOS PSICOLÓGICOS FEMENINOS

Las diosas de cada mujer son arquetipos que nos hablan del interior psicológico, emocional, anímico y espiritual femenino, están presentes en cada mujer (y también pueden estarlo en los hombres) en diferente grado, según sus propias características, recursos, habilidades, educación, épocas de su vida, etc. Representan una serie de cualidades, pautas de comportamiento y rasgos de personalidad femeninos que pueden desarrollarse en la vida cotidiana según las necesidades y tareas de cada momento. No importa que una mujer concreta carezca en su repertorio de algunas de esas cualidades, rasgos o modos de obrar, cada diosa, a través de lo que simboliza, le guiará y ayudará para que las aprenda y emplee en su propio conocimiento y en sus relaciones con el mundo.

Hay muchas diosas arquetípicas pero me centraré en siete: Artemisa, Atenea, Hestia, Hera, Deméter, Perséfone y Afrodita. Cada una simboliza una parte de la psique femenina (o masculina) y debe completarse con las otras para un desarrollo pleno.

LAS DIOSAS VÍRGENES: ARTEMISA, ATENEA Y HESTIA

Virgen significa, en este contexto: mujer completa en sí misma, sin necesidad de ser validada externamente, con una parte de la psique que sólo a ella le pertenece.

Artemisa/Diana: *Diosa de la vida natural, la caza y la Luna, rival y hermana. Hija de Zeus y Latona, gemela de Apolo. Personificación del espíritu femenino independiente. Su identidad y el sentido de su propia valía están basados en lo que es y en lo que hace, en su propia unidad e integridad, sintiéndose completa sin un hombre a su lado. Este arquetipo hace posible que una mujer busque sus propias metas en el terreno que ella misma elija. Artemisa era inmune al enamoramiento y nunca fue la mitad de una pareja como esposa, supo cuidarse y protegerse, vivir y operar por sus propios medios, con confianza e independencia. Esta diosa proporciona a las mujeres la capacidad innata para concentrarse intensamente en cualquier cosa que sea importante para ellas, sin ser distraídas de la dirección que eligen, ni por las necesidades ajenas ni por su competitividad. Como mujer libre, independiente y cazadora, Artemisa siente desprecio por la vulnerabilidad emocional humana, negando la suya propia y la necesidad de l@s otr@s, por lo que necesita descubrir que el amor y la confianza de otra persona especial puede ser muy preciado para ella. Tiene también un aspecto*

colérico y destructivo, al que se debe enfrentar para que no la consuma ni destruya sus relaciones.

Atenea/Minerva: *Diosa de la sabiduría y de la artesanía, estratega e hija del padre. Patrona de Atenas y protectora de muchos héroes. Hija de Zeus y Metis, aunque sólo reconoció como progenitor al primero. Atenea era conocida por sus estrategias de victoria y sus soluciones prácticas. Como arquetipo, es el patrón seguido por las mujeres lógicas, dirigidas por su cabeza más que por su corazón y cuyos rasgos naturales son: conservar la lógica en el calor de una situación emocionalmente cargada y desarrollar buenas tácticas en medio de un conflicto. Atenea piensa clara y correctamente por sí misma: símbolo del pensamiento lógico y racional, basado en argumentos sólidos y válidos. Cuando una mujer reconoce la manera penetrante en que funciona su mente como una cualidad femenina relacionada con Atenea, puede desarrollar una imagen positiva e independiente de sí misma, en vez de tener miedo de ser o parecer masculina, es decir: inadecuada si tiene, mantiene y defiende sus puntos de vista y razonamientos.*

Cuando Atenea gobierna la psique de una mujer, ésta se mueve por sus propias prioridades, predispuesta a enfocarse en lo que le importa y no en las necesidades ajenas. Busca la compañía de los hombres, disfruta de estar en medio de la acción y del poder masculinos, pudiendo ser su compañera, colega o confidente, sin desarrollar por ello intimidación emocional o sentimientos eróticos. Atenea se implicaba en hacer cosas que fueran útiles y estéticamente agradables, concediendo mucha importancia a la previsión, la planificación, el dominio de una labor y la paciencia. Como hija del padre, representa a la mujer que gravita alrededor de hombres poderosos y que defiende los valores patriarcales, teniendo poca simpatía por las personas perdedoras, oprimidas o rebeldes. Al vivir más en la cabeza que en el corazón, cultivar los sentimientos y aceptar la vulnerabilidad son dos importantes tareas que debe realizar, así como recuperar y nutrir a la niña que nunca fue, puesto que nació ya adulta de la cabeza de su padre.

Hestia/Vesta: *Diosa del hogar y de los templos, mujer sabia y tía soltera, la menos conocida de las diosas olímpicas. Era la diosa del fuego ardiendo en un hogar circular, una presencia que se sentía espiritualmente y también un fuego sagrado fundamental porque proporcionaba luz, calor y lumbre para cocinar. Hestia fue la primera hija nacida de Rea y Cronos y, como tal, la hermana mayor de la primera generación de dioses del Olimpo y la tía soltera de la segunda. Como presencia arquetípica proporciona sentido de integridad y de totalidad. Nunca se aventuraba en el mundo sino que permanecía dentro de la casa o del templo. La mujer Hestia, por tanto, es introvertida: se enfoca, centra y concentra en su experiencia interior. Percibe mirando hacia dentro y sintiendo de manera intuitiva qué está pasando. Este método*

nos permite entrar en contacto con nuestros valores, poniendo bajo el foco (la luz, la lente) lo que tiene un significado personal y percibiendo la esencia de la situación. También podemos obtener así una comprensión interna del carácter de las demás personas y ver la pauta o sentir el significado de sus intenciones y actos. Esta perspectiva interna proporciona claridad en medio de la miríada confusa de detalles a los que se enfrentan nuestros cinco sentidos. Hestia, al centrarse en su interior, puede también desapegarse emocionalmente y no prestar atención a quienes le rodean mientras atiende a sus propias ocupaciones e intereses, busca la tranquilidad serena, más fácil de encontrar en soledad. Como diosa del hogar y conservadora de su fuego, Hestia es el arquetipo activo en las mujeres que consideran que llevar la casa es una actividad llena de sentido más que una penosa obligación. Este arquetipo florece en las comunidades religiosas, sobre todo en aquellas que cultivan el silencio y donde las mujeres que en ellos habitan y trabajan son anónimas.

Las dificultades de una mujer Hestia surgen cuando sale de su santuario para andar por el mundo, donde estará fuera de lugar hasta que desarrolle otros aspectos de su personalidad y se convierta en una persona socialmente adaptable y capaz de expresarse con firmeza, sin perder por ello sus cualidades internas.

LAS DIOSAS VULNERABLES: HERA, DEMÉTER Y PERSÉFONE

Estas diosas están orientadas a las relaciones, dependiendo su identidad y su bienestar de tener vínculos significativos. También expresan las necesidades de afiliación de las mujeres y son arquetipos relacionados con los papeles de esposa, madre e hija.

Hera/Juno: *Diosa del matrimonio, artífice del compromiso y esposa, consorte de Zeus/Júpiter. Es posible que su nombre signifique Gran Señora, forma femenina de la palabra griega hero. Sus símbolos eran la vaca, la Vía Láctea, el lirio y los ojos de la cola de plumas iridiscentes del pavo real, símbolo de su actitud de desvelo. Hija de Rea y Cronos. Como arquetipo, Hera representa a la mujer que anhela casarse y, cuando predomina en su psique, se siente incompleta sin pareja. Simboliza también la capacidad de vincularse, de ser leal y fiel a la persona con la que está unida, soportando y atravesando dificultades. El compromiso de una Hera no es condicional, una vez casada, asume que debe permanecer así tanto en la dicha como en la adversidad.*

La diosa Hera fue traicionada por las continuas aventuras sentimentales de Zeus, pero no expresó abiertamente su cólera y su dolor contra él, canalizaba su ira de forma vengativa contra la otra mujer o los hijos de esas

uniones. Este arquetipo, por tanto, predispone a las mujeres a desplazar la responsabilidad de su pareja, de la que depende emocionalmente, sobre otras personas, reaccionando al dolor y a la pérdida con rabia y actos vengativos, sintiéndose con ello poderosa en vez de rechazada.

La mujer Hera presupone que la sexualidad debe ir unida al matrimonio y tal vez permanezca virgen hasta que se comprometa o case por lo que, sin experiencia previa en este terreno, depende de su marido para estimular y satisfacer su sexualidad. Si no lo consigue, tendrá relaciones sexuales como parte de su papel de esposa pero no por su propio placer. Para una Hera el día de su boda es el más importante de su vida: al casarse satisface un impulso presente desde sus primeros recuerdos. Suele tener hij@s como consecuencia y parte de ser esposa, aunque no tendrá mucho instinto maternal, a no ser que Deméter también sea un arquetipo fuerte en ella. Tampoco disfrutará haciendo cosas con ell@s, a no ser que también estén presentes Artemisa o Atenea. Cuando debe decidir entre su marido o sus hij@s, normalmente sacrificará los intereses de ést@s para seguir con él.

Vivir como Hera es lo mismo que sentirse únicamente esposa para una mujer plenamente identificada con este arquetipo. Que ese papel le dé sentido y satisfacción o acabe en dolor y cólera, dependerá de la calidad del matrimonio y de la fidelidad del esposo. Los maridos posesivos y celosos, que esperan que sus mujeres se amolden a sus exigencias, actúan de acuerdo con el arquetipo de Hera para reducir a una mujer a ser exclusivamente esposa. Cuando una mujer se identifica con Hera, presupone que tanto ella como su marido se transformarán por el matrimonio, esperando inconscientemente que él la realice como persona y, sobre todo, como mujer, sintiéndose frustrada y encolerizada si no lo hace.

Reconocer la influencia de Hera y entender sus susceptibilidades es el primer paso para trascenderla. Aunque un buen matrimonio es lo que da más sentido y significado a la vida de una Hera, limitarse a ser una esposa indica que tal vez esté limitada su evolución interna y personal, así como la capacidad para adaptarse si la muerte o el divorcio acaban con ese papel. En cuanto una Hera empieza a reflexionar sobre el molde que rige su matrimonio, su persona y su vida, puede sentir que está cumpliendo un papel que, en el mejor de los casos: la limita y, en el peor: la destruye. Posteriormente tendrá que alinearse consciente y repetidamente con otras diosas que le permitan desarrollarse y evolucionar más allá del papel de esposa.

Deméter/Ceres: *Diosa de las cosechas, nutridora y madre. Presidía las recolecciones abundantes. De su nombre romano procede la palabra cereal. Fue la segunda hija de Rea y de Cronos, así como la cuarta consorte real de Zeus, que también era hermano*

suyo. Precedió a Hera, que fue la séptima y la última de las hermanas. De su unión con Zeus nació la única hija tenida con él: Perséfone, a quien Deméter estuvo asociada en el mito y en el culto.

Como arquetipo, Deméter representa a la madre, el instinto maternal realizado a través del embarazo o mediante el suministro de alimento físico, psicológico, emocional o espiritual a l@s demás. Con su poder, este arquetipo puede dictar el curso que tome la vida de una mujer, tener un impacto significativo sobre las demás personas de su vida o predisponerla a la depresión si lo rechaza o se frustra su necesidad de nutrir.

Una mujer con un fuerte arquetipo de Deméter anhela ser madre y una vez que lo es considera que es una función y un papel que le llena y completa, convirtiéndose en los más importantes de su vida. El arquetipo de la madre motiva a las mujeres a nutrir a l@s demás, a ser generosa, a dar y a encontrar satisfacción como cuidadoras y proveedoras, pudiéndose expresar a través de las profesiones de ayuda: docencia, cuidados preescolares, consejo, psicoterapia o cualquier otro empleo en el que ayudar a otras personas es parte de su trabajo. También puede expresarse en cualquier relación en la que puede ser una persona nutridora, ya que el arquetipo no está restringido a la maternidad. Este tipo de mujer vive la autonomía de sus hij@s que crecen como una pérdida emocional propia, se siente menos necesitada e incluso rechazada, pudiendo estar deprimida y enfadada como consecuencia.

Su sexualidad no suele ser muy importante cuando en una mujer predomina este arquetipo, ya que no suele sentir un fuerte impulso sexual, y tanto las relaciones sexuales como el matrimonio son, sobre todo, un medio para convertirse en madre.

Otra dificultad de las mujeres Deméter es su incapacidad para expresar abiertamente el enfado, la sobrecarga de trabajo o sus propias necesidades, manifestándolo a través de síntomas físicos: cansancio, dolores de cabeza y menstruales, úlcera de estómago, subida de la presión sanguínea, dolores de espalda...

Para trascender a Deméter, una mujer de este tipo debe aprender a aplicarse así misma sus capacidades para cuidar y nutrir, centrarse en sí misma, en sus necesidades, deseos e intereses, reservando un tiempo diario para ello.

***Perséfone/Proserpina:** La doncella y la reina del mundo subterráneo, mujer receptiva e hija de la madre. Única hija de Deméter y Zeus. Como doncella estaba asociada a símbolos de fertilidad: granada, cereal, maíz y narciso. Como reina del mundo subterráneo, Perséfone es una diosa transformada, madura y evolucionada que reina sobre las almas muertas, guía a los vivos que visitan el mundo subterráneo y pide para sí lo que desea. Era el centro de los misterios eleusinos, la principal religión de los griegos durante dos mil años antes de la llegada del cristianismo.*

A diferencia de Hera y Deméter, arquetipos vinculados a fuertes sentimientos instintivos, Perséfone no tiene ese impulso como patrón de personalidad, así que cuando predomina en la psique de una mujer, le predispone a no actuar y a dejarse llevar por los demás, es decir: a ser complaciente en la acción y pasiva en su actitud.

Perséfone y Deméter, inseparables en el mito, representan un patrón común madre-hija, en el que la segunda está demasiado cercana a la primera como para desarrollar un sentimiento propio e independiente de sí misma, considerando que su madre siempre sabe más y mejor que ella: quién es, qué le conviene, qué debe hacer o no hacer, qué siente... La mujer tipo Perséfone quiere agradar a su madre, tanto a la real como a cualquier otra persona a la que asocie con ese papel y su deseo le impulsa a ser una buena chica, obediente, complaciente, prudente y, con mucha frecuencia, defendida o protegida de la experiencia que comporta el más mínimo riesgo, dolor, engaño... Como consecuencia, no aprende por sí misma ni a través de su experiencia, no desarrolla los recursos ni las habilidades necesarias para vivir en el mundo ni para afrontar lo que en él se pueda encontrar estando, paradójicamente, mucho más expuesta a los riesgos y peligros que pululan por doquier, como en su mito se refleja.

La receptividad, la espera, la paciencia, la apertura y la flexibilidad, no la pasividad ni el dejarse llevar, son cualidades que muchas mujeres necesitan cultivar, representando la parte más positiva del arquetipo. Al mismo tiempo y por poseerlas, es la diosa que más facilidad y predisposición natural tiene para aprender cosas nuevas y cambiar.

Para crecer más allá de Perséfone, una mujer debe aprender a comprometerse y a vivir con sus compromisos, a decir sí y a cumplir con lo que aceptó hacer, asumiendo también la responsabilidad que por ello le corresponda. El crecimiento y la maduración requieren una lucha para superar la indecisión, la pasividad y la inercia y cultivar sus opuestas: decisión, elección, acción, movimiento y cambio, así como la capacidad de continuar comprometida cuando la elección deja de ser divertida y atractiva. Los principales campos en que puede poner en práctica estas

facultades están relacionados con los potenciales básicos de la diosa, a saber: convertirse en una mujer apasionada y sexual; descubrir su capacidad para la experiencia religiosa extática; desarrollar las posibilidades de mediumnidad o psiquismo y/o ser una guía del mundo subterráneo.

LAS DIOSAS ALQUÍMICAS: AFRODITA

Afrodita es una diosa alquímica gracias al poder de transformación que ella, por sí sola, posee, símbolo de la capacidad creativa y transmutadora de la belleza y del amor.

Afrodita/Venus: *Diosa de la belleza y del amor, mujer creativa y amante. La más bella de todas las diosas. Eligió como esposo a Hefestos/Vulcano, dios cojo de la forja, a quien fue repetidamente infiel. No tuvieron hijos, por lo que su matrimonio puede representar la unión de la belleza y de la artesanía, de las cuales nació el arte. Sin embargo, tuvo una numerosa descendencia de sus abundantes relaciones con otros dioses y hombres. Como arquetipo, Afrodita rige el disfrute del amor, la belleza, la sexualidad y la sensualidad de las mujeres, impulsándolas a crear y procrear. Cuando predomina en la personalidad de una mujer, ésta se enamora con frecuencia y facilidad, poseyendo un magnetismo personal que atrae a otras personas dentro de un ambiente cargado eróticamente, potenciando la toma de conciencia sexual. Si se expresa abiertamente, este arquetipo puede enfrentar a una mujer con las normas morales propias de su cultura, pudiendo ser considerada como una tentadora o una prostituta y condenándola al ostracismo. Como fuerza creativa, Afrodita puede implicar a una mujer en un intenso esfuerzo creativo tras otro, surgiendo nuevas posibilidades que le fascinan cuando acaba un proyecto. Habitualmente, una mujer Afrodita no se centra en objetivos profesionales a largo plazo ni en una carrera, y el trabajo que no le implica emocionalmente no le interesa. Le gustan la variedad y la intensidad, por lo que las tareas repetitivas como las domésticas, administrativas o de laboratorio le aburren. Únicamente da todo de sí cuando puede entregarse por completo de una manera creativa: arte, música, escritura, danza, teatro, maestra, terapeuta, editora... Casi siempre prefiere una tarea que considere interesante a un trabajo mejor pagado pero menos atractivo. Puede lograr el éxito como resultado de hacer algo que le apasione y fascine, pero no lo planifica.*

Este tipo de mujer suele estar con hombres no necesariamente buenos con ella o para ella. Suelen elegir varones: creativos, complejos, con bruscos cambios de humor y emocionales. Quiere mucho a y es querida por sus hij@s y l@s niñ@s en general, porque sabe ver y apreciar sus mejores cualidades, virtudes y sentimientos. El inevitable envejecimiento puede ser devastador para una mujer Afrodita si su atractivo ha sido su principal fuente de

estima y gratificación. Dificultades que una mujer puede tener y debe resolver si tiene a esta diosa como principal arquetipo son: seducir compulsivamente a los hombres, lo opuesto: negar su propia sexualidad y sensualidad o su tendencia a vivir en el presente inmediato y como si la experiencia sensorial fuera lo único que existe en la vida.



CEREMONIA PARA CELEBRAR EL EQUINOCCIO DE PRIMAVERA

Todos los pueblos y culturas del mundo tienen sus propias ceremonias para celebrar diferentes y variados acontecimientos que tienen lugar a lo largo del año, relacionadas tanto con los procesos y movimientos de la Naturaleza y del Cosmos, como con los correspondientes al transcurso y la evolución de la vida humana: la salida y la puesta del Sol o de la Luna, el viento, la lluvia, las estaciones meteorológicas, la siembra y la cosecha, el nacimiento, el paso de la niñez a la adolescencia y a la edad adulta, los casamientos, la muerte... Poco a poco, sobre todo en Occidente, fuimos abandonando esta costumbre que, felizmente, está volviendo y recobrando el lugar que le corresponde. Por muchos artefactos técnicos y muchos adelantos científicos que hayamos logrado, seguimos formando parte de la Naturaleza y, en consecuencia, estamos íntimamente ligad@s a sus ciclos y a sus procesos, motivo por el que es positivo, nos llenará de energía y nos proporcionará una perspectiva más amplia y un gran poder: físico, mental, emocional y espiritual, celebrar las diferentes fechas clave del calendario, como son las lunaciones, los equinoccios y los solsticios, la recogida de la cosecha, el paso a la adolescencia..., de la misma manera que celebramos la entrada de un nuevo año, los aniversarios, el día de l@s difunt@s, etc.

A lo largo del año hay dos equinoccios: el de primavera y el de otoño. En el hemisferio norte o boreal, el equinoccio de primavera (día y noche de igual duración) se extiende desde el 20 o 21 de Marzo hasta el solsticio de verano (el día más largo del año): el 21 o 22 de Junio. En el hemisferio sur o austral, se inicia el 22 o 23 de Septiembre y concluye el 22 o 23 de Diciembre. Los equinoccios señalan las épocas del año en que los días y las noches tienen la misma duración y hay, por tanto, un equilibrio entre la luz y la oscuridad. Durante la primavera no sólo van creciendo las horas de luz, también hay un aumento gradual de la temperatura, características que sólo se aprecian en las zonas de latitud media o alta. En las regiones ecuatoriales no puede hablarse de primavera, ya que por lo general sólo existen dos estaciones, una seca y otra húmeda, cada una con seis meses, y el día y la noche tienen prácticamente la misma duración (doce horas) a lo largo del año. En las zonas árticas y antárticas es una estación muy breve. En el hemisferio norte, la primavera se corresponde con los meses de Marzo, Abril y Mayo, siendo su duración de noventa y dos días. En el sur dura ochenta y nueve, correspondiendo a Septiembre, Octubre y Noviembre. Si le damos un significado simbólico a todo esto, la primavera es una estación que nos sugiere y nos recuerda que debemos prestar atención y potenciar el equilibrio, la armonía, la fertilidad, el colorido, la creatividad,

la luz y el calor en nuestro interior, requisito imprescindible para que se reflejen y manifiesten en el exterior.

Ann-Marie Gallagher (2007) asocia este equinoccio con Eostre, una diosa de la fertilidad, cuyo tótem es la liebre, un animal que, como ya sabemos, se reproduce mucho y con facilidad. Los conejos y los huevos de chocolate de Pascua están relacionados precisamente con ello. Durante la primavera la savia de las plantas sube de la tierra y ésta vuelve a estar verde y florida. Si unimos la fertilidad y el crecimiento de la tierra al equilibrio entre la luz y la oscuridad, se trata de un momento idóneo para centrarnos en el equilibrio de nuestra vida y en nuestro crecimiento, puesto que, como parte de la Naturaleza que somos, debemos renovarnos, resurgir, llenarnos de colores, sacar nuestro lado más alegre y hermoso, empleando y extendiendo nuestra creatividad todo lo posible.

A continuación os propongo una sencilla ceremonia para celebrar y dar la bienvenida a esta estación. También nos servirá para absorber sus cualidades, aprovechar su fuerza y llenarnos de su poder, transformándonos y elevándonos espiritualmente:

- 1. El mismo día del equinoccio de primavera: 20 de Marzo a las 11:44 horas (A.M.) o al día siguiente, hay que ir a algún espacio natural: montaña, playa, río, bosque y, si no es posible, a un parque en el que haya árboles, plantas y alguna fuente o estanque, para que así estén presentes los cuatro elementos de la Naturaleza: aire, fuego, agua y tierra*
- 2. Trazar mental o físicamente un círculo protector y hacer un altar dentro de él, donde os parezca más apropiado del lugar elegido. Para ello llevaréis: un pañuelo, una manta pequeña o algo similar para extender en el suelo o sobre alguna roca, si las hay, cuatro velas de distinto color, incienso o plumas, conchas marinas o un pequeño cuenco con agua, cristales, cantos de río o un cuenco con sal, flores y cualquier otra cosa que tengáis y que sintáis relacionada con la energía de la primavera. Las velas se colocan en cruz, una para cada uno de los puntos cardinales, el resto de los objetos se distribuyen según nos indique la intuición*
- 3. Nos sentamos dentro del círculo y frente al norte del altar, hacemos varias respiraciones profundas y después permanecemos unos minutos atendiendo únicamente a la respiración, que se hará paulatinamente más pausada y rítmica*
- 4. Saludamos a todos los elementos naturales y agradecemos su presencia. Después decimos nuestro nombre y el motivo de la ceremonia. También podemos saludar a los seres protectores de cada elemento*
- 5. Nos centramos plenamente en la belleza y el colorido del paisaje que tenemos delante, impregnándonos de ellos, tratando de absorberlos con cada inspiración y sintiendo cómo van calando en todo nuestro ser, desde los pies hasta la*

cabeza y desde el cuerpo a la psique, al corazón y al espíritu, hasta que nos encontremos tan profunda y plenamente unid@s al paisaje que seamos un@ con él

- 6. Invocamos a la Primavera, que podemos representar como una bella joven vestida con una túnica de colores, con flores en el pelo y guirnaldas alrededor de su cuello, una campanilla en su mano izquierda y una varita mágica en la derecha, danzando alegremente mientras hace sonar la campana y va tocando con su varita cuanto le rodea, llenándolo de luz, de vida y de color, incluid@s nosotr@s mism@s. Le daremos la bienvenida y las gracias por su regreso y le pediremos que nos otorgue su energía para revitalizarnos, regenerarnos y llenarnos de todas sus cualidades: equilibrio, armonía, fertilidad, creatividad, nuevo crecimiento, alegría, luz, calor...*
- 7. Podemos bailar, saltar o movernos de alguna manera, cantar, dibujar... o hacer cualquier otra cosa que se nos ocurra*
- 8. Para acabar la ceremonia y volver a nuestra actividad cotidiana, nos sentamos y nos relajamos durante unos minutos, aprovechando este momento de tranquilidad para despedirnos y dar las gracias por todo lo recibido, antes de recoger el altar, salir del círculo y marcharnos*



Enciclopedia Encarta, Cortesía de Pilar Almazán Ceballos