

## LUNA NUEVA

(Cuento para explicar el ciclo menstrual)

5º - 6º

Hubo un tiempo, hace muchos siglos, en que las personas comprendían el lenguaje de la naturaleza con mayor claridad que lo que hoy comprendemos.

En aquel tiempo los seres humanos escuchaban el sonido de los ríos y arroyos y comprendían el mensaje que los seres del agua les transmitían para enseñarles los secretos de los fluidos que corren por sus cuerpos. Escuchaban el sonido del viento y descubrían las enseñanzas que los seres del aire les susurraban para que entendieran los misterios del aire entrando y saliendo de sí mismos. Veían arder el fuego y comprendían el lenguaje de los seres que les mostraban los secretos del calor que animaba en los cuerpos humanos. Así también los seres de la Tierra les ayudaban a comprender y cuidar el maravilloso equilibrio de los minerales que integran el cuerpo del ser humano.

En aquellas épocas vivía en una pequeña aldea, a orillas del bosque, una mujer viuda que tenía una sola hija llamada Tania.

Tania ayudaba a su madre construyendo canastos, muy útiles para la recolección de las frutas y verduras del huerto, para cargar la leña y para almacenar el pan recién horneado.

Cierta día que Tania estaba sentada en una esterilla trenzando un canasto, notó que le faltaban juncos y ramas flexibles para terminarlo y se levantó para buscar ese material en la orilla del arroyo. Cuando regresó, descubrió en el lugar de la esterilla donde había estado sentada, una pequeña mancha de sangre.

Algo asustada, pensando que se había lastimado, se apresuró a buscar a su madre para que la curara. Cuando le contó lo que había sucedido, su madre le dijo sonriendo:

*-“No debes sentir temor, esto es una buena señal”*

Tania miró a los ojos de su madre y vio que brillaban de alegría.

*-“Esto quiere decir que tu poder lunar está llegando. Es tiempo ahora que vamos a ver a tu tía para que te cuente sobre la magia de la tierra”*

Tania no comprendía muy bien de qué hablaba su madre, pero se sintió muy contenta pues le encantaba visitar a su tía. Su casa estaba llena de hermosos objetos, plumas exóticas, cantidades de caracoles de hermosas formas, finos cristales que llenaban la casa de arco iris cuando el sol los tocaba, piedras de todos los tamaños y colores, suaves sedas de colores brillantes. Desde muy joven la tía de Tania había vivido en los bosques y había aprendido los misterios que los seres de la naturaleza le habían enseñado.

Al llegar allí, las dos mujeres solo se miraron a los ojos sonriendo, sin necesidad de ninguna palabra.

La tía, después de abrazar a Tania, fue a buscar una canasta y le pidió que fuera al bosque a buscar varias hierbas cuyo nombre le indicó. Eran nombres muy extraños pero Tania los conocía a todos porque desde muy pequeña había acompañado a su tía cuando salía a recogerlas.

Tania estaba contenta con el encargo, ella sabía dónde crecía cada una de las hierbas y de casi todas conocía el regalo que le entregaban a las personas, aunque de éstas que hoy le pedía su tía, nunca se lo había contado, diciéndole siempre que más adelante se lo enseñaría.

Ya empezaba a anochecer cuando Tania tenía en su canasta todas las hierbas encargadas y se apresuró a volver a la casa.

Encontró a su madre y a su tía ocupadas en la cocina. Sobre la gran mesa de madera redonda había una taza de esas que tanto le gustaban a Tania, de paredes finas y hermosas florcitas azules. La tía tomó la canasta de hierbas y eligiendo algunas hojas preparó un té con el agua de la pava que hervía en el gran caldero, perfumando con un exquisito aroma toda la habitación.

La tía luego se sentó en su hamaca y dijo:

-*"Tomate el té y toma también este regalo que he preparado para ti"*. –y le entregó una canasta llena de unas almohadillas forradas en seda roja

-*"Son para que las uses durante tu tiempo lunar, así estarás más cómoda"*.

-*"¿Tendré más sangre?"* –preguntó Tania al ver tantas almohadillas

- *¿Es que acaso estoy enferma?*

-*"¡No!"* –dijo la tía *"Todas las niñas comienzan con este fluido cuando es la hora de convertirse en mujeres. Es la forma en que la Madre Tierra les hace saber que están preparadas para aprender acerca del poder que la mujer que fluye dentro de ellas. Cada mes el fluido vuelve para recordarles su poder en caso de que lo olviden"*.

*Pero... ¿Cómo alguien puede olvidar su poder?*

-*"Te contaré. La Madre Naturaleza da a sus hijos muchos regalos para que puedan experimentar la vida plenamente. Si uno comprende y cuida estos regalos, estos nos ofrecen fuerza y la vida adquiere belleza y felicidad. Así la Madre Naturaleza les ofrece a los seres humanos muchísimos regalos pero hay uno que es solo para las mujeres. Es el regalo del fluido o de la menstruación que viene cada mes. Con este fluir las mujeres entramos a un gran río de sentimientos que nos lleva hasta lo más profundo de nuestras emociones. Es allí donde habita nuestro valioso poder"*.

-*"Cuando una mujer está por entrar en su tiempo lunar se vuelve muy sensible. Es el momento en que ella siente todo con más fuerza, el momento en que puede descubrir con*

facilidad, con los ojos del alma, lo que vive a su alrededor pero que permanece oculto a los ojos del cuerpo. Este es un tiempo sagrado”.

-“Como pasa con cualquier poder, si no se usa con cuidado y no se honra, puede volverse inútil. Algunas mujeres dejan de escuchar sus sentimientos más profundos. Ellas no creen en el poder sagrado de la mujer y callan la sabia voz que hay dentro de ellas.

-¿Por qué alguien haría una cosa así?”

-“Porque a veces tienen miedo de decir su verdad, piensas que a aquellos que están a su alrededor podría no gustarle lo que tienen que decir”.

-“¿Y qué sucede entonces?”

-“En su tiempo lunar, cuando están más sensibles a su verdad, no pueden mentirse a sí mismas y un río de sentimientos que había estado atrapado durante un mes, se expresa de golpe. Aquellos que están alrededor de ellas no siempre pueden comprender porque sus sentimientos son tan fuertes ante cosas que parecen tan pequeñas. La mujer piensa entonces que algo está mal en ella misma y siente que su “regalo” es una molestia. Por eso es tan importante honrar este regalo de la Madre Naturaleza, escuchando su voz que habla en nuestro interior”.

La tía sirvió otra taza de té a Tania y continuó.

-“Cuando es tu tiempo lunar, tu tiempo de poder, necesitas estar mucho tiempo contigo misma, con tus pensamientos, con tus sentimientos. Es un tiempo de mirar hacia el interior. Hay un tiempo de estar ocupada con otros fuera de uno y un tiempo de estar en tranquilidad con uno mismo. Si luchamos contra ese ritmo natural de la luna y de la tierra podemos sentirnos incómodas y hasta a veces doloridas”.

-“Tú has visto como durante el transcurso de un mes, durante algunos días la luna nos muestra su cara reflejando la luz que envía hacia ella el sol y otros días se retira en si misma y permanece oculta a nuestros ojos”.

-“La luna hace danzar a los mares haciéndolos subir y bajar en sus mareas, acaricia las plantas ayudándolas a crecer, hasta tu pelo responde al llamado de la luna creciendo mas fuerte en algunos momentos. Así también este nuevo fluido de tu cuerpo se deja guiar por la sabiduría de la luna”.

Tania afirmaba con la cabeza demostrando que entendía y la tía siguió.

-“Durante tu tiempo lunar necesitarás más sueño que el acostumbrado. Es muy importante saber esto. Recibirás sueños de sanación, sueños de guía y es bueno prestar mucha atención a esos sueños. Ya es tarde y es un buen momento para que te prepares para

*recibir la gracia de esos sueños. Mañana cuando despiertes conversaremos sobre tus sueños”.*

Las tres mujeres se fueron a dormir. Tania se envolvió en una suave manta de seda y se quedó profundamente dormida.

Cuando Tania despertó, unos débiles rayos de sol que pasaban por la cortina de encaje caían sobre su cara. Se quedó un rato recordando las imágenes de sus sueños y con curiosidad por lo que su tía tenía para decirle saltó de la cama en dirección a la cocina de donde llegaba un riquísimo aroma.

Cuando abrió la boca para saludar, la tía puso un dedo sobre sus labios como indicándole que no hablara. Puso dos tazas de té sobre la mesa y un plato de bizcochos recién horneados. Se sentó frente a Tania después de tomar unos sorbos de té, le dijo en voz muy suave y baja:

*–“Cuéntame tus sueños como si estuvieran ocurriendo ahora mismo”.*

*–“Estoy en la orilla de un arroyo que fluye suavemente” –comenzó Tania –“Es diferente a cualquier arroyo que haya conocido. El agua es muy clara y como la arena que hay junto a él es tan blanca, hasta el río parece blanco. Una gran osa marrón sale de entre los arbustos y se acerca al arroyo, parece estar buscando peces. Luego de un rato la osa me mira a los ojos. ¡Nunca vi ojos iguales! Me siento un poco mareada y me parece perder el equilibrio. ¡Caigo al arroyo con tal ruido que la osa se asusta y se aleja! ¡Estoy siendo arrastrada por la corriente como una hoja! Luego me doy cuenta que el arroyo ya no es blanco sino rojo, rojo como la sangre. Siento bastante temor hasta que dejo de luchar contra la corriente. De pronto, no sé como sucede, pero parece como si el río me arrojara a la orilla y quedo acostada debajo de un magnífico árbol. Este árbol tiene dos grandes ramas que salen a cada lado. En lugar de hojas, cuelgan de sus ramas huevos luminosos de los colores más brillantes que yo haya visto. Tomo uno de esos huevos que brilla como una hermosa piedra preciosa; entonces resbala de mi mano y cae rompiéndose en miles de pedazos. ¡Que extraño! Al perderse ese huevo uno nuevo brota de la rama. Es entonces cuando me despierto”.*

Tania miró la cara de su tía y vio que estaba feliz. Después de un largo silencio la tía habló:

*–“Los sueños que tienes en tu primer periodo lunar son los más poderosos de todos, te darán explicación y guía que podrás usar el resto de tu vida”.*

Tania estaba confundida, ella no podía comprender nada de su sueño. La tía pareció entender su preocupación y dijo:

-“Toma tiempo comprender el lenguaje de los sueños porque no es el mismo que usamos cuando estamos despiertos. A veces, recién años más tarde podemos comprender el mensaje que nos ha traído un sueño. Yo voy a tratar de ayudarte”.

-“El gran río de la vida está compuesto realmente por dos ríos: El río de los comienzos y el río de los finales. Algunos piensan que los comienzos son buenos y los finales son malos, pero no es así porque de los finales nacen nuevos comienzos. Estos dos ríos fluyen a través de todas las mujeres y ahora que tú también eres una mujer, también fluyen a través de ti”.

-“El río blanco es el de los comienzos. Habrás notado que últimamente a veces un fluido claro casi blanco fluye de ti. Aquel es el momento en que la mujer puede crear vida dentro de ella, así como la tierra crea vida dentro de sí”.

-“¿Significa eso que ahora puedo tener un bebé?” –dijo incrédula Tania.

-“Ahora tienes ese poder dentro de tu cuerpo, por eso es tan importante honrarlo y tratarlo como si fuera una vasija sagrada”.

-“¿Tendré un bebé pronto?”

-“Será cuando te desposes con un hombre. De la misma manera que la tierra no puede crear una flor sin tener dentro de ella una semilla, tu no podrás tener un niño sin que tu esposo haya plantado una semilla dentro de ti”.

Tania estaba sorprendida por esta información, ¡tantas preguntas aparecieron en su mente!

-“Hay mucho que aprender sobre el poder de la mujer, por eso es importante tomarse el tiempo necesario para prepararse con ese conocimiento antes de invitar a un hombre a participar de tu vida. Hablaremos de esto más adelante, ahora volvamos a tu sueño. En el tiempo que le toma a la luna crecer hasta menguar, tendrás ambos fluidos”.

-“El río rojo de mi sueño me preocupó bastante, tenía temor de sufrir alguna daño.

-“Eso es porque todavía no comprendes su poder. Mucha gente asocia la sangre con peligro porque a no ser que seas una mujer, la única ocasión en que la sangre fluye es cuando se está lastimado. Hay que comprender que este es el fluido rojo de los finales que no es lo mismo que estar lastimado”.

-“¿Qué significa eso de los finales?”

-“Bueno...” –dijo la tía- “otra parte de tu sueño puede responder a esa pregunta, ¿recuerdas el árbol de los huevos?”

-“¡Oh, sí!

-“Este árbol vive dentro de ti, en tu centro de poder”

-“¿Y dónde está mi centro de poder?”

-“En tu vientre, justo debajo del ombligo”.

-“¿Y yo tengo un árbol tan maravilloso dentro de mí?” –pregunto Tania entusiasmada.

-“Aun más maravilloso que el de tu sueño. El fruto de ese árbol es de donde hemos crecido todas las personas”.

Tania se tomó un momento para pensar en esta increíble idea.

-“Los huevos de ese árbol que tú tienes se llaman óvulos. Durante el tiempo de tu río blanco que es el río de los comienzos, tu árbol deja caer uno de esos maravillosos huevos y este viaja hacia abajo a un lugar muy especial en el tronco de este árbol. Cuando en una mujer desposada, conocedora del poder de la mujer, ha sido plantada la semilla por el esposo, esta se unirá con el huevo y un niño será creado. Las aguas del río rojo no correrán porque serán usadas para nutrir a este niño hasta su nacimiento. Si no ha sido plantada una semilla, entonces cuando cambie la cara de la luna el río blanco detendrá sus aguas y el río rojo fluirá en su momento para terminar este ciclo”.

-“Creo que estoy comprendiendo” –dijo Tania a pesar de que se daba cuenta que tendría que pensar mucho acerca de esto – “Ahora sé porque había dos ríos en mi sueño. Para mostrarme las señales de mis dos momentos de poder. Además el árbol me mostró la posibilidad que hay en mi para crear vida. Pero, ¿qué me quiere decir el sueño con la aparición de la osa?”

-“Fuiste muy afortunada de haber conocido un animal que te guía. Si sueñas con un animal en tu primer tiempo lunar, ese es un animal muy especial para ti porque tiene mucho que enseñarte sobre los regalos que te hace la Madre Naturaleza. Esa osa es un animal que durante el invierno tiene el coraje de meterse en sí mismo, de permanecer en la oscuridad y mantenerse quieta encontrando así la verdad de su naturaleza. Ella te recuerda que las respuestas a tus problemas están dentro de ti y que durante tu tiempo lunar estás más cerca de la sabiduría”.

-“Creo que estoy entendiendo que importante es escuchar mis sueños. ¡Pero hay tanto para saber que me parece muy difícil!

-“Tú tienes tiempo” – dijo la tía. Poniéndose de pie dio a entender que había terminado de hablar y le acercó a Tania un regalo que estaba en un estante, entregandoselo con una sonrisa.

-“¿Otro regalo para mí?” –dijo Tania mientras abría el envoltorio de seda donde encontró dos maravillosos libros. Uno estaba forrado con seda blanca y decorado con pétalos de rosas rojas. El otro estaba cubierto con tela roja y sobre ella aparecían pequeños pétalos de rosas blancas.

-“¡Son hermosos!

Tania abrió el libro rojo y leyó unas palabras escritas por su tía:

Para que cuentes a estos dos amigos todo lo que sientes, lo que piensas y lo que haces. bendita seas querida Tania.

Adaptación de Laura Hugas Orpina