

DEL TABÚ A LA SACRALIDAD: LA MENSTRUACIÓN EN LA ERA DEL SAGRADO FEMENINO

María del Rosario Ramírez Morales

Universidad Autónoma Metropolitana (Iztapalapa) - Mexico

Resumen: La menarquia como el momento en el cual el cuerpo de las mujeres adquiere su carácter de fertilidad, ha sido apreciada por diversas culturas como uno de los principales ritos de paso femeninos, pero también como el inicio de una serie de valoraciones, casi siempre negativas, hacia las mujeres y sus sangrados periódicos. Sin embargo, desde la perspectiva espiritual del sagrado femenino, se plantea la resignificación de la menstruación a través del uso de componentes simbólicos que más que clasificar la sangre como un elemento de potencial peligro, es considerado como un fluido esencial que emana de una mujer diosa. Así, este trabajo parte de analizar los vínculos que se generan entre el planteamiento de la feminidad sagrada, la menstruación y las formas que adquiere ésta a partir de considerar el cuerpo como espacio privilegiado de significación.

Palabras clave: Feminidad sagrada, menstruación, corporalidad, espiritualidad femenina.

Abstract: Menarche as the moment which the women's body acquires its fertility character has been appreciated by different cultures as one of the main female rites of passage, but also as the beginning of a series of reviews, mostly negative, towards women and their periodic bleeding. However, from the spiritual perspective of the sacred feminine, the redefinition of menstruation arises through the use of symbolic components which, rather than classifying blood as an element of potential danger, is considered as an essential fluid emanating from a goddess woman. Thus, this paper analyzes the links that are generated between the approach of the sacred feminine, menstruation and the forms that it takes from the consideration of the body as a privileged space of significance.

Keywords: Sacred feminine, menstruation, corporeality, feminine spirituality.

Introducción

Las espiritualidades contemporáneas, particularmente aquellas que están vinculadas con el desarrollo del *self*, han planteado nuevos modos de acercamiento con lo divino a través de formas alternativas de creencia y práctica, las cuales parecen rebasar los límites doctrinales de las distintas religiones que conforman el espectro de ofertas de creencia en la actualidad; pero también han construido propuestas innovadoras acerca de la importancia del cuerpo y de las emociones como parte fundamental de los anclajes materiales y sensitivos de las prácticas espirituales. En este sentido, argumentos como los vertidos por Hervieu-Léger, adquieren relevancia en tanto presenciemos expresiones religiosas en esferas anteriormente consideradas profanas, así como la ampliación de los límites de la espiritualidad y la creencia hacia espacios seculares desde los cuales el aspecto religioso no se define únicamente a través de objetos sociales como las religiones, sino que

Lo religioso es una dimensión transversal del fenómeno humano que opera de manera activa o latente en todo el espesor de la realidad social, cultural y psicológica, según las modalidades propias de cada una de las civilizaciones en el seno de las cuales uno se esfuerza por identificar su presencia (Hervieu-Léger, 2004:17-18).

Por otro lado, la propuesta del perfeccionamiento del *self* apunta hacia una forma cualitativamente distinta acerca del lenguaje del yo, pero también de la manera en la cual se significa y se considera al cuerpo como un espacio de significación y de sacralidad. Estos elementos implican así una forma moderna de institucionalizar la importancia del sujeto en relación consigo mismo y con su entorno social, pero también, “permite poner en relieve la cuestión de la emergencia de nuevos códigos y significados culturales y preguntarnos por las condiciones que hacen posible su difusión y su impacto en la sociedad” (Illouz, 2010, p. 17).

Tomando estos argumentos como punto de partida, el presente trabajo se centra en el análisis y conformación de la sacralidad femenina. Por un lado, observando que esta propuesta se ha convertido en una de las bases principales para la transformación de la espiritualidad de nuestro tiempo a partir de la consideración de las mujeres como las gestoras de un nuevo tipo de relación con lo sagrado. Y por otro, tomando en cuenta el vínculo que se ha construido entre la espiritualidad femenina y la consideración del cuerpo como espacio sagrado, particularmente a través de la (re)significación de procesos como la menstruación. Así, en un primer momento se presentan los elementos que conforman la noción del sagrado femenino, sus implicaciones y propuestas para, posteriormente, analizar las formas en las cuales el discurso de la sacralidad femenina impacta en la apreciación de las mujeres acerca de su menstruación y la valoración de sus cuerpos, notando que a partir de la apropiación y encarnación de estos discursos, el cuerpo y la sangre menstrual adquieren un espacio nuevo de clasificación, en este caso como un elemento sacro.

La construcción de la mujer sagrada

En la actualidad, diversos grupos espirituales han planteado el advenimiento de una nueva era que tiene entre sus propósitos la transformación de las relaciones sociales – incluyendo las relaciones y roles establecidos para los géneros - y la forma en la cual los sujetos se acercan a lo sagrado más allá de las instituciones religiosas; colocando así la experiencia y las emociones como ejes desde los cuales se construye la identificación y la práctica religiosa. Dentro de la amplia gama de ofertas espirituales presentes en los contextos latinoamericanos, existe una creencia acerca de la importancia de las mujeres, que son consideradas como uno de los agentes principales para generar estos cambios de conciencia. Esta creencia se basa en el llamado “Retorno de la Diosa” o del sagrado femenino, en el cual se plantea el surgimiento de una especie de feminismo místico que implica la toma de conciencia de las potencialidades humanas con el fin de transformar los estándares sociales, culturales e individuales que caracterizaron a la era masculina y así generar relaciones más armónicas entre hombres y mujeres.

De acuerdo con este discurso, las mujeres tienen un papel protagónico en la construcción de una nueva era, y es a través de retomar los conocimientos que se presumen olvidados – sobre todo aquellos vinculados con la naturaleza - y la sensibilidad que se considera propia de lo femenino, que los cambios se generarían no sólo a nivel de la conciencia y del espíritu individual, sino que tendrían la potencia de una transformación a nivel cósmico.

El retorno de la Diosa considera que las mujeres, su sensibilidad, sus conocimientos y sus cuerpos, son los ejes desde los cuales puede comenzar a generarse el cambio y la sanación de las relaciones sociales y de los propios sujetos. Existe incluso la metáfora que dice que la nueva era, la era de la Diosa, necesita un sitio desde el cual gestarse, y es el útero de las mujeres el lugar privilegiado para que esto suceda. Este discurso no sólo ha servido como referente para la generación de organizaciones espirituales como los círculos de mujeres; sino que se convierte en un discurso vivo que se incorpora en la subjetividad y el cuerpo, que son los ejes fundamentales para el florecimiento de una nueva era que, desde esta perspectiva, parece poseer características femeninas¹.

siento que la evolución de la humanidad está en que nosotras tomemos el timón, que ya este paradigma del hombre y lo masculino como lo mejor, ya no es. Necesitamos tomar el lugar, nuestro lugar, para equilibrar. (C.P. entrevista personal)

La noción de lo femenino que se construye a través de los rituales y discursos anclados al retorno de la Diosa alude a una mujer con características sagradas, una mujer considerada como una Diosa encarnada:

si ves para afuera, todo lo que existe en este universo es sagrado, si todo es sagrado ¿por qué no iba a existir una mujer sagrada? No es porque nosotros seamos sagradas y lo otro no, todo es sagrado, somos diosas. (A.A. entrevista personal)

Pues yo lo he ido construyendo, cada mujer es una diosa, cada mujer es sagrada. Porque cada mujer es especial, es única y cada mujer puede ser muy poderosa (J.L. entrevista personal)

La sacralidad de las mujeres está condensada en primer lugar en su cuerpo y, en este sentido, el esquema corporal que resulta de esta propuesta parte de la construcción subjetiva que se hace sobre el cuerpo propio; por lo tanto, se trata de una autoconcepción que se conforma a partir de la personalidad y de la incorporación de un discurso espiritual encarnado que sirve como medio de expresión y de contacto con el entorno. El cuerpo, al igual que el sujeto, se encuentra en un juego constante entre la interacción, apropiación y reapropiación tanto de los esquemas culturales como del ejercicio de autopercepción y desarrollo de la subjetividad. Así, se puede aludir al concepto de cuerpo vivido, el cual se manifiesta en las relaciones sociales, y siguiendo los apuntes de Merleau-Ponty (1975, p. 5), “Nuestros cuerpos no son sólo el lugar desde el cual llegamos a experimentar el mundo, sino que a través de ellos llegamos a ser vistos en él”.

El cuerpo de la mujer sagrada es considerado como un medio de conexión con el universo y con la tierra, ya que se cree que las energías que circulan a través de él permiten tanto el desarrollo de la conciencia como un anclaje armónico con lo material. Este cuerpo, entonces, no está separado, se encuentra en constante relación e interconexión con todos los demás seres que habitan el mundo, con el soporte que da la tierra como espacio vital y también con el universo: “*el cuerpo no está separado del espíritu. Como dicen muchos maestros, el cuerpo es espíritu condensado*” (A.A, entrevista personal). El cuerpo femenino es visto como la condensación y simplificación del poder de la naturaleza que es capaz de crear, pero también de destruir, modificar y transformar; a su vez teniendo una naturaleza cíclica propia a partir de sus ciclos vitales y principalmente del desarrollo hormonal. Así, una mujer sagrada es considerada como dadora de vida, gestora de una nueva forma de espiritualidad, pero también como gestora de sí misma.

El cuerpo de la mujer sagrada no se considera como una creación hecha a partir de un modelo masculino. La gestación simbólica de la mujer sagrada desafía la noción judeocristiana de la creación de la mujer a partir de la costilla del hombre y también la idea de los cuerpos hechos a imagen y semejanza de Dios. Por otro lado, tampoco es considerada como un cuerpo inacabado – a partir de la consideración Freudiana de la ausencia del pene - sino que se considera un cuerpo completo, autónomo, libre y sagrado que es capaz de crearse a sí mismo a través del autoconocimiento. Así, el cuerpo de la mujer Diosa no deviene de un acto externo de creación divina, sino de un acto de subjetividad y de reconocimiento del potencial creativo de cada mujer y de las mujeres en conjunto.

Una mujer sagrada es un ser con la capacidad de conectarse a la tierra y al cosmos; con la capacidad de crear vida, crear situaciones, de curar, de amar, de formar familia, de vivir gozosamente, de aprender, de resistir. (J. Entrevista personal)

Esta concepción de la mujer sagrada apela a lógicas y símbolos que forman parte del bagaje cultural de las mujeres, pero ejerciendo una lógica de inversión sobre todo en la concepción de la divinidad; ya que se utiliza la figura del Dios creador en una versión femenina. Si bien hay un ejercicio de sustitución de la figura de un Dios masculino por una Diosa femenina esta divinidad tiene un cuerpo, que es el propio; cuestión que implica tanto un ejercicio de reconocimiento personal de esta divinidad encarnada y personal, como de la divinidad de cada una de las mujeres y seres que habitan y conviven en el mundo. Así, el elemento simbólico de la Diosa tiene una potencia tal que se convierte en una metáfora que se corporiza y se encarna.

la mujer sagrada no es otra que yo, no es otra que tú, no es otra que cada una de nosotras y no es otra que cada una de nosotras en comunión con los otros o con el otro ¿no? No tiene limitaciones, pero creo que sí tiene que ver desde el momento en que tú te das cuenta, desde la conciencia [...] La diosa no es una imagen, es alguien carnal, porque es cada una de nosotras. (I.R. Entrevista personal)

De este modo, el planteamiento de las mujeres sagradas rompe con los esquemas contruidos desde las figuras arquetípicas femeninas, particularmente en el caso de la Virgen María en oposición a la figura de Eva. En el antiguo testamento, de acuerdo con Alfie, Rueda y Serret (1994, p. 124), se dice que todas las mujeres "... son estirpe de Eva, y que deben expiar para siempre esa culpa esforzándose por expulsar de sí algo que, no obstante, sabe[n] que es parte de su naturaleza: la tendencia al mal, al caos y a la perdición". La figura de la Virgen María resuelve muchos de los conflictos generados con la imagen de Eva al ser la imagen de la mujer ideal por su virginidad y su castidad absoluta en cuerpo y en alma. A partir de estos referentes femeninos, las mujeres tendrían como aspiración tener la gracia atribuida a la Virgen María como medio principal para ser redimidas. Esto sugiere que las mujeres son culpables por principio, razón por la cual su felicidad máxima y su realización personal podría ser obtenida en tanto "se olviden de sí mismas y vivan enteramente para otros" (Alfie, Rueda y Serret, 1994 p.127).

Desde la propuesta del sagrado femenino, las nociones atribuidas a estas dos figuras arquetípicas se desdibujan a partir de la deconstrucción de ambos referentes con el fin de crear la imagen de una mujer plena, que a través del autoconocimiento y del contacto con su propia divinidad, es capaz de resolver por sí misma y con ayuda de las demás, todos aquellos retos sociales y las necesidades espirituales que ella misma considera relevantes para la construcción de la subjetividad y el impacto e importancia de sus acciones y emociones en el ámbito social.

Esta noción de lo femenino, a su vez, se vincula con las ideas tradicionales que relacionan a la mujer con la naturaleza. En este caso, la relación mujer-naturaleza y mujer-creadora no es considerada como un discurso que coloque a las mujeres en un lugar secundario – como se ha observado desde los análisis feministas - sino que coloca a las mujeres en un lugar protagónico en el ejercicio de creación del mundo y de sí mismas. Así, esta relación, que ha sido uno de los principales argumentos para la

valoración negativa de las mujeres, parece reivindicarse desde el discurso del retorno de la Diosa, ya que se toma como base para la generación de subjetividades y de una conciencia “propiamente femenina”. Pareciera entonces que se trata de dar un nuevo sentido a la relación mujer-naturaleza al considerar que las mujeres más que estar sujetas a sus ciclos y procesos, ellas mismas pueden utilizar la relación con sus cuerpos como un medio de empoderamiento y de acercamiento con lo sagrado.

Consideraciones generales sobre la menstruación

La Gran Diosa universal siempre reclama sacrificios, porque los momentos decisivos de la vida de la mujer -menstruación, desfloración, concepción, parto - están íntimamente vinculados con un sacrificio de sangre
Erick Neuman.
The Great Mother

La menstruación en su dimensión cultural adquiere ciertas particularidades al vincularse con otros procesos sociales y simbólicos, en este apartado se presentan las distintas visiones en torno a la menstruación a partir de su relación con elementos como los ciclos lunares y los mitos de origen en torno a ella, como parte de la diferencia anatómica entre hombres y mujeres, con la fertilidad femenina, así como el establecimiento del orden social y el control de los cuerpos y los fluidos en distintas sociedades. A su vez, se verán cuáles son las elaboraciones simbólicas que se han creado desde el discurso del sagrado femenino acerca de la menstruación para, posteriormente, analizar las formas en las cuales estos discursos son apropiados por aquellas mujeres que han adoptado este tipo de espiritualidad.

En primer lugar, desde la perspectiva biológica, la menarquia es el momento cumbre de la pubertad femenina dado que el cuerpo de una mujer adquiere su carácter de cuerpo fértil y marca en gran medida su paso a la adultez. El desarrollo del cuerpo femenino y la aparición de la menstruación como marcaje particular de las mujeres y su fertilidad, alimenta, en una primera instancia, la relación que se teje entre las mujeres y la naturaleza en su dimensión creadora y cíclica; así como la consideración de los sangrados menstruales como un misterio y, eventualmente, un elemento que es necesario conocer y controlar dada la consideración de éste como contaminante en prácticamente todas las sociedades. Sin embargo, a lo largo de la historia, este hecho biológico ha propiciado la construcción de diversos significados que la vinculan con el peligro, el misterio, la impureza y la muerte; pero también con la renovación y, en este caso, con un medio de empoderamiento.

El periodo menstrual se ha relacionado con el ciclo lunar a partir de dos nociones principales: por la semejanza en la duración del periodo menstrual en ciclos promedio de 28 días, al igual que el calendario lunar, y por la influencia que ejerce la luna en las mareas y los fluidos corporales. Sin embargo, como menciona Ehrenreich (2000), hasta hoy no hay ninguna teoría que explique la supuesta conexión entre el ciclo menstrual y el ciclo lunar:

A los pueblos que ni siquiera poseían el concepto de “explicación científica” quizá les pareciera que el ciclo femenino controlaba el lunar o, por el contrario, que la presencia divina de la luna se expresaba a través del cuerpo de las mujeres. No sabemos [...] Pero sí parece probable que la regularización de la menstruación de las mujeres, unida a su sincronización con el ciclo lunar, bastarán para convertir la menstruación en un acontecimiento de relevancia pública, sino en una ocasión de observancia ritual. (2000, p. 162).

La menstruación no es sólo un hecho que sucede en el cuerpo de las mujeres, sino un hecho cultural que ha suscitado una serie de concepciones, incluso místicas, acerca de su origen y potencialidades, principalmente sobre la manifestación física del ciclo femenino a través del sangrado. Al respecto se citan dos ejemplos: En primer lugar la Biblia, que en su libro del Génesis establece que después de comer del fruto prohibido Dios le dijo a la mujer “Multiplicaré tus sufrimientos en los embarazos y darás a luz a tus hijos con dolor” (Gen, 3.16), siendo la menstruación, desde las interpretaciones de este versículo, uno de los castigos dados a la mujer por su desobediencia. Por otro lado, Citro (2008), de acuerdo con los relatos míticos de los Tobas, menciona que la luna es un hombre, y es él el encargado de generar la menstruación de las mujeres a través de un coito que se produce con el sólo hecho de mirarlo. En este sentido, las mujeres que están cerca de la edad de su menarquia no deben mirar la luna con el objetivo de evitar que ésta las posea y les provoque el primer sangrado menstrual.

Siguiendo a Ehrenreich, la menstruación ha tenido también connotaciones inquietantes que tienden a considerarla como algo peligroso dada la asociación de las mujeres menstruantes con elementos de potencial peligro. Uno de los ejemplos es la imagen de la vagina dentada, que desde la mitología se presenta como una boca depredadora o como una herida que se asociaba con la violencia al ser una boca manchada de sangre.

La imaginería tradicional y popular conecta a veces la sangre con la boca de la mujer [...] las mujeres maoríes y amerindias se tatuaban líneas paralelas desde la barbilla hasta la boca, que a veces se llamaban “chorros”, y las mujeres de hoy en día usan carmín de labios (2000:165)

De acuerdo con la interpretación de esta autora, los registros arqueológicos no muestran indicios claros acerca de las conexiones que existían entre el ciclo femenino y los elementos naturales, pero sí del carácter ritual que adquiere la menstruación en las comunidades y las formas en las cuales fue tratada en función del desarrollo de los pueblos y sus actividades, sobre todo en la caza: La sangre de los animales era derramada por los hombres a través de esta actividad, que tenía un carácter público y de prestigio en las sociedades patriarcales; pero la sangre menstrual no tiene un carácter violento ni deviene de un hecho externo, sino de un proceso biológico que eventualmente se relega al ámbito privado, principal aunque no únicamente en el caso de la menarquia, donde las mujeres se concentraban en las casas menstruales para vivir una serie de rituales y acciones enfocadas en el ocultamiento de la sangre,

considerándola un elemento contaminante y peligroso dado que podía atraer animales y poner en riesgo a la comunidad y a los hombres.

Retomando el caso de los Tobas, existe un mito que se vincula con la menstruación y las actividades asignadas a cada género. El mito de la serpiente arcoíris, de acuerdo con Citro (2008, p.33), cuenta que una mujer menstruante fue a buscar agua a un pozo y se encontró con una serpiente arcoíris; ese día cayó un temporal que reblandeció la tierra provocando una gran destrucción en el pueblo y el único hombre sobreviviente – un chamán - fue el encargado de matar a la serpiente. A partir de este mito se cuenta que los hombres eran aquellos que perdían su sangre, pero esto provocaba que no pudieran ir a cazar, por lo que pensaron que sería mejor que las mujeres menstruaran para que así los hombres pudieran cumplir con la función de la caza y se evitara la escases de alimentos en la comunidad.

Una de las bases desde las cuales se funda la idea de contaminación del sangrado menstrual se encuentra en el pensamiento griego, donde la menstruación era considerada como un producto de desecho y como manifestación de la incapacidad femenina de “cocer” la sangre; como dice Héritier (1991, p.97), “las menstruaciones en la mujer son la forma inacabada e imperfecta del esperma”. El origen de estos sangrados, según Galeno, se debían a que la mujer, al ser fría y húmeda, no generaba el calor necesario para la digestión normal de los alimentos, siendo el sangrado menstrual un elemento regulador para eliminar los desechos. Pero fue Plinio el Viejo uno de los principales generadores del estigma sobre la sangre al afirmar que ésta tenía la capacidad de agriar el vino, secar las semillas, secar los frutos de los árboles, etc. creando así una imagen peligrosa sobre la sangre y sobre las mujeres durante la menstruación.

Desde esta perspectiva, la carga negativa del sangrado menstrual tiene que ver con su potencial contaminante al ser una carga excesiva de energía, de calor y de poder que la convierte en un elemento perjudicial para quienes puedan estar cerca de ella o incluso para la mujer que la porta. Así, a la menstruación se le ha relacionado también con la muerte al ser una manifestación de la ausencia de feto, cuestión que la vincula directamente con la capacidad reproductiva femenina y con el peligro de la no continuidad de la vida del grupo. La relación menstruación-fertilidad está presente también en estas concepciones acerca del sangrado al considerar que la sangre era un elemento que ayuda a la formación del feto, ya que al ocurrir un embarazo “la sangre menstrual ascendía hacia los pechos, donde se usa para producir leche” (Iglesias-Benavides, 2009, p. 284). Por otro lado, citando a Levy-Bruhl, Douglas (1980, p.115) menciona que los maoríes crean una relación entre la menstruación y el aborto ya que “si la sangre no hubiese fluido se habría convertido en una persona, de modo que posee el rango imposible de una persona muerta que nunca ha vivido”.

Godelier (2000, p. 45) comenta que en el caso de los Baruya la sangre menstrual o *ganié* “desempeña un papel clave en la legitimación del poder masculino” y se vuelve uno de los elementos que, aunado a las diferencias anatómicas entre hombres y mujeres, establece una especie de discurso mudo sobre el orden que debe reinar en la sociedad. Douglas apunta que “Las ideas de contaminación pueden desviar la atención de los aspectos sociales y morales de una situación por el sólo hecho de centrarla en una

sencilla cosa material” (1980, p. 159), que en este caso es la sangre y el cuerpo de la mujer menstruante. En esta lógica, Godelier afirma que esconder los cuerpos resulta un medio por el cual se puede preservar el orden, pero este hecho tiene el potencial de “consentir en el silencio. Le es suficiente a cada uno o a cada una con vivir su cuerpo y verse, para saber qué puede hacer o no hacer, qué puede desear o debe evitar” (p. 45).

Estos ejemplos nos llevan a pensar, por un lado, en las diversas formas en las cuales se ha considerado el flujo menstrual en distintos grupos humanos, pero también la relación que existe entre el tratamiento de este proceso femenino con respecto al orden social. El control de los fluidos corporales ha tenido relevancia a partir no sólo de la distinción entre lo peligroso y lo sagrado, sino que se relaciona con una forma específica de considerar a las mujeres dentro de un espacio social concreto. Así, es posible observar visiones polivalentes acerca de la menstruación y su manifestación a través del sangrado, pero también las distintas maneras en las cuales el control y tratamiento de la sangre imprime un carácter tanto de subordinación como de poder – casi siempre en términos negativos- acerca de las mujeres.

Esta visión, a su vez, ha sido reforzada a partir del tratamiento del fluido menstrual desde la noción de asepsia y del control de los límites corporales. La menstruación “no es el reclamo de una feminidad ofrecida al otro masculino, sino el flujo de vida y símbolo de muerte: la sangre como aquello que comunica el interior con lo exterior (Plaza, 1996, p.311). Las ideas de asepsia que caracterizan al proceso civilizatorio moderno plantean justamente el control de los fluidos corporales como uno de sus objetivos esenciales. “Las normas de etiqueta y los modelos aceptados giraban - y giran todavía - en torno al cuerpo humano, a sus movimientos y necesidades físicas: sólo el adecuado control de la corporalidad podía dar paso a una feliz y amorosa civilidad” (Bartra, 2011). La menstruación ha pasado también por este filtro aséptico apoyado por la tendencia a invisibilizar el sangrado a través del uso de compresas, toallas femeninas, tampones y otras tecnologías que refrendan la idea tradicional de dejar a las mujeres la tarea de vivir sus menstruaciones en el ámbito de lo privado. Pero ¿cuál es la propuesta del sagrado femenino al respecto de la menstruación?

La dimensión corporal del sagrado femenino: la menstruación consciente

Desde la propuesta de la feminidad sagrada la menstruación se ha caracterizado como el ejemplo por excelencia de la naturaleza cíclica femenina. Así, se han construido una serie de características que vinculan el ciclo hormonal femenino con formas subjetivas y arquetipos que funcionan como reguladores tanto de las actividades como de las emociones de las mujeres desde la conciencia, el autoconocimiento y aprovechamiento de estas características en favor de cada una. Plaza (1996, p. 304) comenta que “los individuos femeninos se caracterizan por una conciencia cíclica marcada por su propia fisiología y en ciertas circunstancias determina también su entorno cotidiano y su manera de estar en el tiempo”.

La naturaleza cíclica femenina tiene diversos anclajes simbólicos desde la noción de la mujer sagrada, los cuales se relacionan con elementos de la naturaleza y

del cosmos; siendo la tierra y la luna las principales y más recurrentes. La relación con la tierra se establece principalmente a partir la capacidad de crear, de gestar y de transformar: la mujer sagrada es considerada como una extensión de la tierra:

la diosa se empieza a revalorar con todo lo que está relacionado con la tierra. La tierra, las estaciones, porque realmente la creadora es ella. Entonces cualquiera que profesa la religión de la diosa considera a la tierra también como su diosa. Algunas creemos que sanándonos nosotras la tierra se va a sanar. Porque al estar tantas mujeres conectadas con su propio cuerpo con su propia espiritualidad, están conectadas con la tierra, que es su madre. (B.G. Entrevista personal)

Por otro lado, se cree que las mujeres están relacionadas con los ciclos lunares a partir de la duración de sus ciclos hormonales y de la influencia que la luna ejerce sobre ellos. Ejemplo de ello es que en la actualidad diversas mujeres pertenecientes a círculos de espiritualidad femenina nombran su menstruación como “luna” o “lunita”, dada la similitud de los tiempos y fases de los ciclos lunares con los ciclos hormonales femeninos.

Otro anclaje simbólico que tiene el ciclo menstrual está relacionado con las estaciones del año y con los cuatro elementos. Así, la fase pre-ovulatoria se relaciona con la primavera y con el aire, la fase ovulatoria con el verano y con la tierra, la fase premenstrual con el otoño y con el fuego y, finalmente, la menstruación con el invierno y el agua. La Diosa, vista como arquetipo, lleva implícitas tres figuras que representan el ciclo vital femenino: la doncella, la madre y la bruja. La doncella representa el aspecto energético y dinámico, la madre es el símbolo de la fertilidad y la bruja es la representación de la sabiduría. A su vez, estos arquetipos tienen una adaptación para el ciclo menstrual donde se sugiere que las mujeres tienen en sí mismas cuatro fases o mujeres distintas de acuerdo con cada parte de su ciclo: La bruja, la mujer intuitiva, relacionada con la menstruación; la virgen, la mujer sexual, vinculada con la fase pre ovulatoria; la madre, la mujer que vincula y que cuida, que representa la ovulación; y finalmente la hechicera, la mujer que transforma, que se relaciona con la fase premenstrual. A partir de estos arquetipos se establece una serie de significaciones que permiten potenciar las habilidades de las mujeres en cada parte del ciclo con el fin de tener una relación más estrecha con cada periodo y consigo mismasⁱⁱ.

Todos estos elementos simbólicos imprimen una serie de valoraciones y concepciones acerca del ciclo y el sangrado menstrual en aquellas mujeres que adoptan la noción de la sacralidad femenina a nivel de creencia. La incorporación selectiva de este tipo de discursos implica, por un lado, el cambio en la percepción del cuerpo propio y sus procesos; pero también la transformación de las ideas de contaminación y peligro relacionadas con la menstruación. Así, estos planteamientos más que reforzar la idea negativa en torno a los sangrados femeninos, adquieren un estatus de verdad a partir de la apropiación de los arquetipos, pero sobre todo, por la experiencia – corporal y emocional - que los acompaña. De este modo, la apropiación del discurso del sagrado femenino en el tema de la menstruación apunta a la revaloración de este proceso a través de la llamada menstruación consciente. Pero ¿de qué manera las mujeres que han

adoptado el discurso del sagrado femenino han transformado sus nociones acerca de la menstruación? ¿Cómo vivieron su menarquia y cómo viven actualmente sus ciclos?

De la menstruación como tabú a la menstruación consciente

Van Genneep (2008) al hablar de los ritos de paso en la vida individual apunta que en ésta ocurre una sucesión de etapas cuyos finales y comienzos forman conjuntos del mismo orden, y que cada una de estas etapas van acompañadas de actos especiales vinculados con lo sagrado.

Todo cambio en la situación de un individuo comporta acciones y reacciones entre lo profano y lo sagrado, acciones y reacciones que deben ser reglamentadas y vigiladas a fin de que la sociedad general no experimente molestia ni prejuicio. [se hace que] el individuo pase de una situación determinada a otra igualmente determinada. (Van Genneep, 2008:15-16)

Para el caso de la menarquia de las mujeres en la pubertad, estos ritos de paso suelen estar marcados tanto por las ideas preconcebidas en torno a la menstruación como por la información que se tenga a partir de la educación brindada desde la familia y los espacios escolares y sociales. Pero, sin duda, es un momento en el cual las mujeres adquieren no sólo conocimiento sobre su propio cuerpo, sino una serie de valoraciones sociales tales como “hacerse mujer” o “convertirse en una señorita”. En ese sentido, la aparición de los primeros sangrados menstruales tienen un carácter tanto fisiológico como cultural y social a partir, como hemos apuntado, de las construcciones que se relacionan con este hecho. De acuerdo con Lozano (2010)

La menarquía o la primera menstruación, es asumida como un evento importante en la vida de las mujeres, dado que esta signo de una nueva posición de nosotras en la vida social. La primera menstruación significa para muchas la entrada a un nuevo estado de Mujer, el cual está asociado directamente con la posible maternidad, cómo si Mujer y madre fuesen sinónimas (p. 51)

Con el objetivo de ejemplificar los cambios que imprime la adopción del discurso del sagrado femenino en las mujeres y sus menstruaciones, se rastrearon algunas experiencias desde las cuales se muestra la forma en la cual fue vivida esa primer experiencia menstrual y las situaciones de vida que suscitaron, así como las nociones actuales de un grupo de mujeres que asume la espiritualidad de la mujer sagrada.

En primer lugar, la menstruación es vista como una forma tanto de diferenciación como de pertenencia al grupo de pares:

para mi fue como muy... emocionante. Porque todas mis amigas de la secundaria ya les había pasado y a mi no, entonces, de por sí era la rara de la escuela, y yo decía cuándo me va a pasar a mi, o ¿no me va a pasar? ¿soy diferente? Así que cuando me pasó fue muy emocionante, lo disfruté, me daban ganas de decirle a todo el mundo. No entendía por

qué no podía decírselo a mis hermanos y a mi papá, no lo entendía. Mi mamá me dijo que era como un secreto que no debía de rebelar, como un misterio (N.D. Entrevista personal)

La menarquia, considerada como un momento de transición, implicó un cierto cambio – incluso inmediato - en las actividades que estas mujeres realizaban al momento de ocurrir aquel primer sangrado:

Mi primera menstruación me tocó como a los 14. Estaba en semana santa, en aquel tiempo el sábado de gloria todavía se permitía que te mojaras, entonces me acuerdo que andábamos todos “empijamados”, echándonos agua como locos. Y de repente alguien se me aventó, yo traía una batita, no traía pantalón,. Entonces, en la mojadera alguien me dice ¿qué te pasó, qué te pasó? Y veo que me empieza a escurrir con el agua kilos de sangre, y todos [decían] ¿qué te pudo haber pasado, qué te duele? La gran mayoría estaba más chavita que yo. Mi mamá me vio y me dijo ven, ven, vamos a ver y ya, así me llegó, entre el juego. Después de ese momento me metieron a bañar, me pusieron una toalla sanitaria entre las piernas y ya no pude seguir mojándome porque mí mamá me aventó un “choro”, ese de - te debes de cuidar, que no te puedes ni mover. Casi, casi me meten a la cama. (I.R. entrevista personal)

Existen también algunos relatos en los cuales el primer sangrado representaba un hecho esperado y deseado por las mujeres; pero no sólo por ellas, sino también por parte de sus familiares cercanos:

Estaba bien chiquita, tenía 10 años. Aunque me habían hablado mucho de eso mi papá siempre decía que el día que me llegara mi primer periodo íbamos a comprar champaña, íbamos a celebrar... y a mí como que eso me daba bastante vergüenza (A.A. entrevista personal)

Pero la menarquia no era un momento esperado para todas, ya que representaba un hecho traumático gracias a la relación que se construye con otros factores como la maternidad o el abuso. En estos casos, la información que se tenía por parte de las madres y la reacción de las mismas ante la menstruación de sus hijas resultó fundamental:

Me traumó toda la vida. Yo vivía en provincia, donde había muchos animalitos. A mí nunca me dijo mi mamá qué me iba suceder, nunca. Días antes de que a mí me sucediera, vi a una chivita dando a luz, le salía mucha sangre. Y me acuerdo que una de mis tías me dijo “ así te va a suceder a ti”. Me quedé con eso y a los pocos días empecé a sangrar. Yo tenía un primo que me acosaba, entonces cuando me pasó, yo pensé que había quedado embarazada, tenía 11 años, yo no sabía nada, pensaba que iba a tener un bebé. Y como me duró muchos días, yo recordaba a la chivita y pensaba que algo iba a salir de ahí, fue un trauma tremendo en mi vida. Mi mamá se dio cuenta como a la semana de eso, me dio mucha pena porque pensé que mi mamá ya se habría enterado de que iba a tener un bebé... yo en mi inocencia. Ya después me explicó que cada mes me iba a pasar y que debía tener cuidado. Por mucho tiempo yo odié ese momento, odiaba mi cuerpo así porque lo asociaba con la chiva y lo asociaba con mi primo. (G.E. Entrevista personal)

En este sentido, las madres, su contención, acompañamiento e información o la falta de ellos, influye en la manera en la cual las mujeres establecen tanto su experiencia como sus recuerdos sobre el momento de su primera menstruación.

Mi mamá me había explicado todo el rollo. Cuando fue mi primera menstruación empecé a gritar como loca “¡mamá, mamá!, me estoy muriendo, me estoy desangrando”, yo como en víctima (risas) entonces llega mi mamá y me abraza y me dice “ya eres una mujer” y yo “¿Cómo que una mujer?! ¡Me estoy desangrando, llévame al doctor! Entonces me dijo “a ver, te vas a poner una toallita y esto va a pasar cada mes y esto va a pasar” lo que sí me decía era “Esto no lo pueden ver tus hermanos, porque es algo muy tuyo, muy íntimo”. ¿Me sentí sucia? No me sentí sucia. Me sentí como, pues sí estaba nerviosa, como lógico porque dices “En la madre, ¿qué pasa con mi cuerpo? me estoy desangrando, ¿me estoy muriendo?” Que tuviera pena de contarle, pues no, de hecho mis compañeras ya estaban menstruando, faltaba yo. (N.H. Entrevista personal)

En estos relatos se identifican diferentes elementos que resulta pertinente analizar. En primer lugar se observa que la menarquia responde a una especie de momento de transición tanto en un sentido biológico como social. Van Genep (2008, p. 100) afirma que la pubertad social y la pubertad biológica no suelen ocurrir en paralelo ya que particularmente en el caso de la primera menstruación ésta no suele ocurrir a la misma edad ni en las mismas circunstancias para todos los individuos, incluso pertenecientes a la misma raza o grupo social. Sin embargo su aparición sí establece una serie de asociaciones que permiten tejer un entramado de significaciones entre la biología femenina y lo social al considerar a la mujer que menstrua como un ser apto para la reproducción. Decir que con la primera menstruación una niña “se convierte en mujer”, le da un estatus que descansa en el carácter reproductor de su cuerpo, creando así una asociación entre lo biológico y la potencial preservación de la vida del grupo al que pertenece; pero, como se observa en los relatos, este hecho suele tener algunos aspectos problemáticos en los casos particulares y en la experiencia de las mujeres, ya que la asociación entre menstruación y reproducción a partir de las historias de vida de cada una puede dar como resultado experimentar las menstruaciones con miedo, con desagrado o con sentimientos negativos sobre el propio cuerpo y el proceso que vive cada una.

Por otro lado, se observa que la aparición del primer sangrado menstrual no tiene un carácter sagrado o ritual en estos casos – aún cuando es un hecho que pudo ser esperado o deseado –, ya que se encuentra velado por un aspecto práctico, principalmente el hecho de aprender el funcionamiento y uso de compresas o toallas sanitarias para la retención del sangrado menstrual, cuestión que normalmente es resuelta gracias a la intervención de las madres o de los pares femeninos, quienes fungen como primeras referencias cuando el primer sangrado sucede. Si bien en nuestra sociedad muchas de las ideas en torno a las mujeres menstruantes y al proceso de sangrado han ido cambiando con el tiempo, muchas de las mujeres de las generaciones actuales vivieron el tabú de la menstruación a partir de dos hechos fundamentales: por una parte, bajo la consigna de mantener el sangrado menstrual en el ámbito de lo

privado y de la secrecía; de manera que con el uso de tecnologías para la menstruación se pudiera esconder el sangrado hacia alguien más que no fuera la propia mujer. Y, por otro lado, a partir de la información difundida acerca de ésta, que casi siempre era transmitida por parte de las madres o las pares y que se relacionaba con la suciedad, el temor o, en algunos casos, se trataba de un hecho desconocido y del cual no debía hablarse abiertamente.

Pese a los relatos presentados, es necesario considerar que estas mujeres gracias a su trayectoria tanto de vida como en el aspecto espiritual, han tenido acceso a una serie de conocimientos y técnicas que han posibilitado un acercamiento distinto con su ciclo menstrual, donde se propone una transformación de los tabús que se han construido en torno a la menstruación a partir de una reconfiguración de este hecho para ser convertido en un proceso consciente: en un bienmenstruar que no descansa en la idea de contaminación de la sangre ni en la señalización de la mujer menstruante de forma negativa, sino en la revaloración de la menstruación como un elemento que permite a las mujeres sagradas conectarse con ellas mismas y con sus pares genéricos. Una forma de vivir un proceso natural revestido de herramientas simbólicas que tienen la capacidad de transformar las experiencias mensuales del sangrado menstrual en momentos primigenios de conexión espiritual, con sus propios cuerpos y con la naturaleza. *“Porque la menstruación es lo que nos hace diferentes, lo que nos hace sabias. Es nuestro tributo mensual a la tierra, a lo divino, como una donación (J. Entrevista personal).*

Esta propuesta de transformación incluye, por un lado, recordar esa primera menstruación para comprender el por qué de las construcciones negativas que normalmente se le adjudican a esa primera experiencia, para así resignificarla y darle una connotación más positiva que logre impactar las experiencias menstruales de las mujeres en su presente. Pero también existe una proyección hacia generar un cambio en la percepción de la menstruación en las niñas que están por vivir su menarquia:

ahora obviamente quiero darle otro mensaje a las niñas porque yo hubiera querido tener otro mensaje, como más acogida, que no hubiera llegado de sopetón sino estar más preparada, con más armonía con mi mamá y con mi hermana. Más como una celebración y no como algo que habría que esconder. (B.G. Entrevista personal)

Al respecto de las percepciones del ciclo menstrual de estas mujeres en la actualidad, hay relatos en los cuales se puede observar la importancia que tuvieron las actividades realizadas al interior de los círculos de espiritualidad femenina para transformar las nociones anteriores acerca de este proceso.

Ahorita, es algo súper sagrado. Es algo como parte de mí, sabes, esta sangre que viene de mi cuerpo. Digo, representa algo súper importante, como parte de mi linaje, como estas mujeres que han estado atrás de mí. Sobre todo como este alimentito que realizo cada mes de guardar mi sangre, de compartirlo en la tierra en forma de agradecimiento por todo lo que me da, es algo muy femenino de mí. Creo que expande muchas cosas, resuena alrededor de mí. Considero que mi sangre es nutritiva, sana. (N.H. Entrevista personal)

Desde la experiencia como guía de círculos de espiritualidad femenina, se relata así la forma en la cual se han incorporado los conocimientos del ciclo menstrual en los círculos convocados y también en la vida cotidiana:

Descubrir esta lectura cíclica de las 13 lunas, del ciclo menstrual y de cómo eso es como una brújula para nosotras fue la revelación. Fue decir que esa es la herramienta más femenina de todas las que he encontrado en el camino de la vida. Hay muchas herramientas de todo tipo, pero esta en particular, que tiene que ver con la menstruación y así, creo que es la herramienta más femenina como recurso disponible para nosotras a nivel de autoconocimiento. Es un producto para niñas, por eso es tan importante. Puedo guiarme con cuencos, con cualquier terapia, que yo creo que son como unisex, pero ésta en particular sólo aplica a nosotras, esto no aplica para ellos [para los hombres], porque no vibran ni resuenan ni tienen una influencia directa, no es el tema para ellos, sino para nosotras y para el mundo (R.A. entrevista personal)

Un aspecto que consideran muy importante es el discurso de lo cíclico y de la manera en la cual la menstruación, como menciona Plaza (1996), establece una forma de temporalidad específica de habitar el mundo. En este sentido, los ritmos de cada mujer, así como el ciclo menstrual como un medio de transitar un tiempo propio, permite tejer una relación con el cuerpo, consigo mismas, con la tierra y con el universo; pero, a su vez, este ciclo es considerado como un marcaje que caracteriza lo que se considera propiamente femenino:

El ciclo menstrual nos une todas y el ciclo menstrual es lo que realmente te hace como mujer. O sea es como característica principal, todas menstruamos, todas tenemos ciclo menstrual y todas tenemos útero o bueno, la mayoría. [...] Y hay etapas dentro de nuestro ciclo menstrual que somos más espirituales. No es que seamos más o menos espirituales, siempre lo somos. [...] Entonces las mujeres que están haciendo este trabajo femenino es eso, enseñan un camino de espiritualidad que es como la parte más importante del cuerpo femenino. (B.G. entrevista personal)

A través de estos relatos es que puede afirmarse que, con la adopción del discurso del sagrado femenino, se vive una especie de doble rito de paso al respecto de la menstruación. De acuerdo con Turner (1988) y Van Gennep (2008), los ritos de transición se caracterizan por tener tres facetas: la separación, la liminalidad y la agregación. Particularmente en el estado de liminalidad, el sujeto se percibe en un estado de ambigüedad y de cambio; siendo la agregación o reincorporación lo que verifica la consumación del “paso”. Así, el primer rito de paso femenino en el tema de la menstruación es la menarquía, donde las niñas a partir de encontrarse en el estado liminal de la primera menstruación, se perciben no sólo como seres en transición, sino como sujetos ambiguos al respecto de su potencial fertilidad y naturaleza cíclica. Recordando que el estado liminal es considerado también como un estado que frecuentemente se compara con la muerte, las niñas al experimentar la menarquía se reincorporan a la vida social consideradas como mujeres dado que su periodo de fertilidad ha comenzado y son consideradas de manera distinta desde las estructuras de pensamiento y las estructuras sociales que se establecen a partir de su desarrollo biológico.

Por otro lado, las mujeres desde la espiritualidad femenina viven un segundo rito de paso a partir de su trayectoria espiritual acerca de lo femenino, la cual, a través de la difusión de distintas herramientas de autoconocimiento, crean una sensación de agregación al mundo social, al mundo femenino y hacia ellas mismas desde un plano diferente. Ya que, por una parte, la consideración del cuerpo sagrado y del cuerpo de una diosa imprime en los procesos corporales una serie de significaciones que transforman la noción de impureza y contaminación convirtiéndola en un proceso sagrado, de depuración, de autoconocimiento y como la manifestación máxima de su naturaleza sagrada y cíclica.

Si bien este segundo rito de paso puede ser un ritual retrospectivo –en el sentido en el cual se recuerda esa primera menstruación como referencia primaria-, éste tiene el potencial de transformar las nociones que social y culturalmente se han construido sobre la menstruación en un tiempo presente, con el objetivo de reconocer que cada una vive un proceso de crecimiento y expansión a través de la menstruación consciente y por medio del reconocimiento y de la conexión con cada ciclo.

A modo de conclusión

¿qué implica este tipo de tratamiento acerca de los fluidos menstruales en términos de clasificación y vinculado con las nociones que culturalmente se han construido en torno a ellos? Esta pregunta resulta pertinente dado que las formas en las que históricamente se ha tratado el sangrado menstrual ha tenido connotaciones misteriosas, privadas, de peligro y principalmente relacionadas con la noción de contaminación; sin embargo, en las propuestas que se han presentado, estas nociones parecen no estar presentes e incluso se plantean en términos contrarios.

De acuerdo con Durkheim (1996), “toda clasificación implica un orden jerárquico del que ni el mundo sensible ni nuestra conciencia nos brinda un modelo” (p.30), y apunta, “debemos preguntarnos acerca de qué es lo que les lleva a disponer sus ideas bajo esa forma y dónde han podido encontrar el plan de tan profunda disposición” (p.31). Así, para el caso que aquí nos ocupa, la apropiación del discurso del sagrado femenino así como del reconocimiento de la mujer en lo físico, emocional, espiritual y social, plantea nuevas clasificaciones en torno a aquello que se considera, en términos de Douglas, puro y contaminante; siendo el ejemplo la sangre menstrual; ya que sangre pasa de ser un elemento contaminante y tabú, a ser un elemento sacro y con potencialidades propias al ser una extensión de la mujer considerada sagrada.

Douglas sostiene que “nuestras ideas de suciedad expresan igualmente sistemas simbólicos y que la diferencia entre comportamiento de contaminación en una y otra parte del mundo es sólo cuestión de detalle” (Douglas, 1980, p. 54). Como se ha comentado, la sangre como fluido corporal es un elemento que ha sido considerado contaminante; generalmente las reglas de contaminación prohíben el contacto físico, siendo el contacto con los fluidos corporales una de las mayores fuentes de peligro. Sin embargo, las creencias y reglas relativas a la contaminación están expresadas muchas veces en términos de las emociones que producen.

Así se puede afirmar que a través de los cambios surgidos al interior de los círculos de espiritualidad femenina como en el contexto de las opciones ecológicas y alternativas en torno a la menstruación desarrolladas en los últimos años, parece haber un desplazamiento al respecto de las nociones de contaminación, ya que las mujeres intentan – tanto al interior de los círculos como en el ámbito de lo subjetivo - transformar esta idea considerando la sangre menstrual como un elemento purificador, no sólo del cuerpo, sino como un fluido esencial y sagrado.

Es justamente este proceso lo que permitiría afirmar que, desde la noción del sagrado femenino y desde la menstruación consciente, se presenta una especie de nueva clasificación donde aquellos elementos que se consideraban contaminantes, encuentran un sitio y un espacio nuevo de significación, desde donde son tomados como un medio de transformación de la idea de lo femenino más allá de las concepciones dicotómicas tradicionales, y la noción de peligro que se asociaba con las mujeres menstruantes y su sangre. Siendo este discurso apropiado por algunos grupos como una posición política digna de ser difundida y aprendida por las mujeres independientemente de su generación, estatus social y más allá de la pertenencia a los círculos de espiritualidad femenina.

Bibliografía

ALFIE, Miriam; RUEDA, Teresa y SERRET Estela. *Identidad femenina y Religión*. Colección Resultados de Investigación. Departamento de Sociología. Universidad Autónoma Metropolitana- Unidad Azcapotzalco. México, 1994.

BARTRA, Roger. *El mito del salvaje*. FCE. México, 2011.

CITRO, Silvia. Creando una mujer: ritual de iniciación simbólica de los géneros entre los tobas takshik” en Hirsch, Silvia (coord.) *Mujeres indígenas en la Argentina*. Editorial Biblos. Buenos Aires, 2008. P. 27-58.

DOUGLAS, Mary. *Pureza y peligro, un análisis de los conceptos de contaminación y tabú*. Siglo XXI. España, 1980.

DURKHEIM, Emile. *Las formas elementales de la vida religiosa (y otros escritos sobre religión y conocimiento)*, FCE, UAM, UIA. México, 1996.

EHRENREICH, Bárbara. *Ritos de sangre. Orígenes e historia de las pasiones de la guerra*. Editorial Espasa Forum. España, 2000

GODELIER, Maurice. *Cuerpo, parentesco y poder. Perspectivas antropológicas y críticas*. Ediciones Abya-Yala. Pontificia Universidad Católica del Ecuador, 2000

GRAY, Miranda. *Luna Roja. Emplea los dones creativos, sexuales y espirituales del ciclo menstrual*. Editorial Gaia. España, 2010.

HÉRITIER, Françoise. La sangre de los guerreros y la sangre de las mujeres. *Alteridades*. Número 1. Universidad Autónoma Metropolitana Iztapalapa. México, 1991. Pp. 92-102.

HERVIEU-LÉGER, Danièle. *El peregrino y el convertido. La religión en movimiento*. Helénico. México, 2004.

IGLESIAS-BENAVIDES, José Luis. La menstruación: un asunto sobre la Luna, venenos y flores. *Medicina Universitaria*, 11 (45). Universidad Autónoma de Nuevo León, 2009. P. 279-287.

ILLOUZ, Eva. *La salvación del alma moderna. Terapia, emociones y la cultura de la autoayuda*. Katz Editores. Buenos Aires, 2010

LOZANO, Lina Tatiana. *La sangre de las otras. Cambios generacionales en la percepción de a menstruación y su relación con la dominación masculina*. Tesis de grado. Universidad de Granada. España, 2001.

MERLEAU-PONTY, Maurice. *Fenomenología de la percepción*. Editorial Península, 1975.

PEARCE, Lucy. *Moon time. A guide to celebrating your menstrual cycle*. Womancraft Publishing. Estados Unidos, 2012.

PLAZA, Elsa. Rituales femeninos y temporalidad biológica. *D'Art. revista del departamento d' Historia de l'Arte*. nº 22. Universidad de Barcelona. España, 1996 P. 303-313.

TURNER, Víctor. *El proceso ritual*. Taurus. Madrid, 1988

VAN GENNEP, Arnold. *Los ritos de paso*. Alianza Editorial. Madrid, 2008

Entrevistas citadas:

- B. G. entrevista personal, 1 de julio de 2014
- A. A. entrevista personal 28 de agosto de 2014
- R. A. entrevista personal 22 de agosto de 2014
- N. H, entrevista personal, 5 de febrero de 2014
- I. R., entrevista personal, 17 de agosto de 2014
- J. entrevista personal, 23 de agosto de 2014
- C. P. entrevista personal, 15 de agosto de 2014

- N. D. entrevista personal, 29 de agosto de 2014
- G. E. entrevista personal, 11 de febrero de 2014
- J. L. entrevista personal, 19 de agosto de 2014

Notas

ⁱ Las citas que aquí se colocan corresponden a fragmentos de entrevistas realizadas como parte del proyecto de tesis doctoral titulado “Lo femenino resignificado: Discursos y concepciones de lo femenino desde los círculos de mujeres” y que fueron realizadas en el periodo comprendido entre febrero y agosto de 2014.

ⁱⁱ Estos arquetipos surgen del seguimiento del ciclo hormonal femenino a través del llamado “diagrama lunar” propuesto por Gray (2010). Esta autora en su libro “Luna Roja” plantea el diagrama lunar como una herramienta desde la cual las mujeres pueden auto-observar sus ciclos hormonales y así poder identificar los momentos, sentimientos, emociones y acciones que cada parte “inspira”. El diagrama lunar consiste en el dibujo de un círculo dividido en tantas partes como días que dura el periodo hormonal. En la parte exterior se marcan las fechas de acuerdo con el calendario gregoriano y en el interior el día del ciclo en el que cada mujer se encuentra; a su vez, se deben dibujar las distintas las fases del ciclo lunar. En cada una de las secciones del círculo se sugiere anotar una serie de detalles diarios tales como el nivel de energía, las emociones, salud, sexualidad, los sueños y manifestaciones externas como la creatividad, la confianza, concentración, etc. Así, este diagrama está formado por las experiencias diarias de cada mujer con el objetivo de “enfaticar su naturaleza cíclica, que permite comprender ese concepto intelectualmente y sentir por sí misma la veracidad y validez de los ritmos de la vida” (Gray, 2010, p.131). Los nombres asignados a cada arquetipo remiten a figuras femeninas que permiten caracterizar a cada parte del ciclo hormonal desde la perspectiva de la mujer sagrada. Pearce (2012) por ejemplo, retoma la propuesta de Gray acerca de los arquetipos planteando algunas variaciones, denominando a la fase preovulatoria como la fase de la doncella o la virgen; la fase ovulatoria como la madre; la fase premenstrual como la mujer salvaje o la bruja y, finalmente la fase menstrual como la fase de la hechicera o la mujer sabia. Si bien cada grupo de espiritualidad femenina retoma o aplica de manera diferenciada tanto el diagrama lunar como los arquetipos, es observable que existe una apropiación de estos discursos con el fin de modificar las visiones negativas acerca de la menstruación; apoyándose en figuras que más que degradar o colocar a las mujeres en un sitio subordinado o de peligro, representan figuras femeninas simbólicamente poderosas.