

L I S A L I S T E R



B R U J A

*Despertar el poder ancestral
de las mujeres*

 SIRIO

Título original: *How to Be Happy Without Even Trying: The Anti-Law of Attraction, Anti-Positive Thinking, Anti-Believe it and Achieve It System That Really Works*

Traducido del inglés por Begoña Merino

Diseño de portada: Editorial Sirio, S.A.

Diseño y maquetación de interior: Toñi F. Castellón

© de la edición original

2017, Lisa Lister

Publicado inicialmente en 2017 por Hay House UK Ltd.

Para oír la radio de Hay House, conectar con www.hayhouseradio.com

© de la presente edición

Editorial Sirio, S.A.

C/ Rosa de los Vientos, 64

Pol. Ind. El Viso

29006-Málaga

España

www.editorialsirio.com

sirio@editorialsirio.com

I.S.B.N.: 978-84-17399-610

Puedes seguirnos en Facebook, Twitter, YouTube e Instagram.

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

DESCARGA
GRATIS
CON ESTE
CÓDIGO

en la web www.editorialsirio.info

CZO857

TE ENVIAREMOS UNAS PÁGINAS DE
LECTURA MUY INTERESANTES

Promoción no permanente. La descarga de material de lectura sólo estará disponible si se suscriben a nuestro boletín de noticias. La baja del mismo puede hacerse en cualquier momento.

Contenido

[Introducción](#)
[Sobre este libro](#)
[Círculo de apertura](#)
[El despertar de las brujas](#)
[LA BRUJA](#)
[¿QUÉ ES UNA BRUJA?](#)
[La llamada](#)
[ESTE ES UN TRABAJO DE BRUJA](#)
[¿Qué bruja es cada bruja?](#)
[¿QUÉ CLASE DE BRUJA ERES?](#)
[Bruja alejandrina](#)
[Bruja de la tradición de la abuela de los Apalaches](#)
[Asatru y seguidores de la tradición del Norte](#)
[Bruja 2 o curandera](#)
[Bruja celta](#)
[Bruja diánica](#)
[Bruja ecléctica](#)
[Bruja gardneriana](#)
[Bruja verde o ecobruja](#)
[Shuvihani gitanas](#)
[Bruja del cerco](#)
[Bruja por herencia](#)
[Bruja hoodoo](#)
[Bruja de cocina](#)
[Chamana o shamanka](#)
[Stregheria](#)
[Bruja de thelema](#)
[Bruja tradicional](#)
[¿QUÉ HAY DE LA WICCA?](#)
[Doreen Valiente y la «beyonceficación» de la wicca](#)
[¿Qué es exactamente la wicca?](#)
[Después de todo esto, ¿qué es exactamente una bruja?](#)
[SOY UNA BRUJA](#)
[Recorre tu camino](#)
[Aquiétate en contacto con la naturaleza](#)
[Di la verdad](#)
[Ve más allá del miedo](#)
[Sé amable \(pero no malgastes energía\)](#)
[Observa lo que te rodea](#)
[Experimenta](#)
[Expande tu conciencia](#)
[Descubre que sabes](#)
[¿Mi historia?](#)
[DESCUBRE A SARA LA KALI](#)
[LA NUEVA INICIACIÓN](#)
[La historia de ella](#)
[¿CUÁL ES LA HISTORIA?](#)

[LA GRAN MADRE](#)

[El patriarcado toma el poder](#)

[QUÉ SUCEDIÓ DESPUÉS](#)

[La caza de brujas](#)

[El martillo de las brujas](#)

[Mujeres peligrosas](#)

[Nuestra historia](#)

[EL MIEDO, LA BRUJA Y LA HERIDA](#)

[DI TU VERDAD \(INCLUSO SI TU VOZ TIEMBLA\)](#)

[La herida de la bruja](#)

[VUELVE A TUS RAÍCES, LUEGO VUELVE A ELLA](#)

[LLAMAR A LOS HOMBRES](#)

[LA LLAMADA DE LA BRUJA](#)

[Bruja, por favor](#)

[LA BRUJA COMO UNA MERCANCÍA](#)

[REIVINDICAR Y REVERENCIAR](#)

[AUTORRESPONSABILIDAD TOTAL](#)

[PROYECTO «DESPIERTA A LA BRUJA»](#)

[La fuerza de la naturaleza](#)

[LA RUEDA DEL AÑO DE LA BRUJA](#)

[LOS SABBATS O AQUELARRES](#)

[Samhain](#)

[¿Qué es Samhain?](#)

[Símbolos de Samhain](#)

[Hierbas para Samhain](#)

[Elementos del altar de Samhain](#)

[Solsticio de invierno: Yule](#)

[Tronco de Yule](#)

[Símbolos de Yule](#)

[Hierbas para Yule](#)

[Elementos del altar de Yule](#)

[Imbolc o Bride: 2 de febrero](#)

[Recibe al sol](#)

[Símbolos de Imbolc/Bride](#)

[Hierbas para Imbolc](#)

[Elementos del altar de Imbolc](#)

[Equinoccio de primavera: Ostara](#)

[Símbolos de Ostara](#)

[Hierbas para Ostara](#)

[Elementos del altar de Ostara](#)

[Símbolos de Beltane](#)

[Hierbas para Beltane](#)

[Elementos del altar de Beltane](#)

[Solsticio de verano: Litha](#)

[Símbolos de Litha](#)

[Hierbas para Litha](#)

[Elementos del altar de Litha](#)

[Símbolos de Lammas](#)

[Hierbas para Lammas](#)

[Elementos del altar de Lammas](#)

[Equinoccio de otoño: Mabon](#)

[Símbolos de Mabon](#)

[Hierbas para Mabon](#)

[Elementos del altar de Mabon](#)

[Ideas finales sobre los sabbats](#)

[Esbats](#)

[Magia de la luna llena](#)

[Magia de la luna creciente](#)

[Magia de la luna llena](#)

[Magia de la luna menguante](#)

[Magia de la luna negra](#)

[Las lunas mensuales](#)

[Luna azul](#)

[Luna de cosecha](#)

[Mapa de las lunas](#)

[Fases lunares uterinas](#)

[PROYECTO DESPIERTA A LA BRUJA](#)

[La creadora](#)

[¿QUÉ ES UN HECHIZO?](#)

[CREAR MAGIA](#)

[Libro de las sombras](#)

[Qué puedes anotar en tu grimorio](#)

[¿Qué más necesitarás?](#)

[Athame o cuchillo ritual](#)

[Escoba](#)

[Caldero](#)

[Cáliz](#)

[Vestimenta](#)

[Quemador de incienso](#)

[Varita](#)

[CORRESPONDENCIAS, SIGNOS Y SÍMBOLOS PARA HACER HECHIZOS](#)

[Los días de la semana](#)

[Lunes](#)

[Martes](#)

[Miércoles](#)

[Jueves](#)

[Viernes](#)

[Sábado](#)

[Domingo](#)

[Los colores](#)

[Los elementos](#)

[Hacer un hechizo](#)

[Elige una intención](#)

[Planifica lo que vas a necesitar](#)

[Haz una ofrenda](#)

[Limpiar, purificar, aferrar a la tierra y centrar](#)

[Dibujar un círculo](#)

[Monta tu altar](#)

[Qué poner en tu altar para hacer conjuros](#)

[Qué incluir en un altar diario](#)

[Escribir un conjuro](#)
[Ten claro lo que quieres](#)
[Escríbelo en un papel](#)
[Cree y actúa](#)
[Suéltalo](#)
[Recalibra y confía](#)
[Haz el conjuro, haz la magia](#)
[Cierra el círculo](#)
[Formas de enfocar tu intención](#)
[Saquitos mojo](#)
[Símbolos mágicos de poder](#)
[Escalera de bruja](#)
[PROYECTO DESPIERTA A LA BRUJA](#)
[El oráculo](#)
[ELLA, LA QUE RECUERDA](#)
[¿QUÉ ES UN ORÁCULO?](#)
[ADIVINACIÓN](#)
[El tarot](#)
[Barajas del tarot](#)
[Las cartas](#)
[Cómo funcionan las cartas del tarot](#)
[Sé positiva, pero realista](#)
[Leer los posos del té](#)
[Cómo leer los posos del té](#)
[El péndulo](#)
[Cómo usar el péndulo](#)
[Predecir el futuro](#)
[La Soñadora](#)
[PROYECTO DESPIERTA A LA BRUJA](#)
[La sanadora](#)
[LA RESPIRACIÓN](#)
[LAS HIERBAS](#)
[Ingredientes básicos](#)
[Herbario de la bruja](#)
[Ajo](#)
[Alcanfor](#)
[Artemisa](#)
[Cayena](#)
[Clavo](#)
[Consuelda](#)
[Consuelda menor](#)
[Damiana](#)
[Escaramujo](#)
[Escutelaria](#)
[Ginseng](#)
[Hibisco](#)
[Hierba de san Juan](#)
[Hierba gatera](#)
[Hinojo](#)
[Hoja de frambuesa](#)

[Jalapa](#)
[Jazmín](#)
[Jengibre](#)
[Kava kava](#)
[Lavanda](#)
[Manzanilla](#)
[Menta](#)
[Nolina lindheimeriana 1](#)
[Pachuli](#)
[Plátano](#)
[Poleo](#)
[Raíz de galanga](#)
[Romero](#)
[Salvia](#)
[Sándalo](#)
[Uña de caballo](#)
[Valeriana](#)
[Verbena](#)
[Medicina con tés e infusiones](#)
[Me encanta la damiana](#)
[LOS ACEITES ESENCIALES](#)
[Usar aceites esenciales](#)
[LOS CRISTALES Y CÓMO CUIDARLOS](#)
[Amatista](#)
[Cornalina](#)
[Crisocola](#)
[Citrina](#)
[Cuarzo ahumado](#)
[Cuarzo rosa](#)
[Cuarzo transparente](#)
[Granate](#)
[Heliotropo](#)
[Hematita](#)
[Jade](#)
[Jaspe](#)
[Labradorita](#)
[Lapislázuli](#)
[Malaquita](#)
[Obsidiana](#)
[Ojo de tigre](#)
[Ónix](#)
[Piedra de la luna](#)
[Selenita](#)
[Limpiar tus cristales](#)
[Cargar o programar tus cristales](#)
[Averigua qué te funciona](#)
[LA CONFIANZA: EL INGREDIENTE FINAL](#)
[EL PROYECTO «DESPIERTA A LA BRUJA»](#)
[La hechicera](#)
[¿QUIÉN ES LA HECHICERA?](#)

[RECUPERAR TU FUENTE, RECUPERAR A TU HECHICERA](#)

[ACCEDE A LA MAGIA DE TU CALDERO](#)

[Aumentar tu conexión con Shakti](#)

[La sabiduría se encuentra en la oscuridad](#)

[EL LENGUAJE DEL CUERPO](#)

[LA MANCHA DE EVA](#)

[Autoexploración](#)

[CELEBRARTE, HONRARTE E INICIARTE](#)

[PROYECTO DESPIERTA A LA BRUJA](#)

[La bruja ha despertado](#)

[SORORIDAD](#)

[REUNIR A LAS MUJERES](#)

[BRUJA, HAZLO A TU MANERA](#)

[La librería de Despierta la bruja](#)

[Herramientas](#)

[Agradecimientos](#)

[Sobre la autora](#)



Ha llegado el momento.

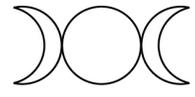
Es la hora.

Nuestra es la magia.

Nuestro es el poder.

Jóvenes y brujas, 1996.

[#WAKETHEWITCHES](#)



Introducción

Mujeres, estamos viviendo «tiempos interesantes».

Todo está cambiando: la sociedad, la naturaleza y nuestra forma de interactuar entre nosotras. Estamos viviendo un despertar, y muchas, más que en cualquier otro momento de la historia, estamos escuchando LA LLAMADA.

En mi último libro, *Love Your Lady Landscape* [Ama tu paisaje de mujer], hablé de «la llamada». Es...

La llamada de ELLA, la feminidad divina.

La llamada a elevarnos, completamente convencidas de quiénes somos de verdad.

La llamada que nos pide que confiemos en nosotras mismas.

Es la llamada a confiar en nuestro instinto, nuestra intuición, el poder de nuestra vagina y nuestra sabiduría femenina innata. Es la llamada a saber que cuando la sigamos, nuestras obsoletas estructuras jerárquicas actuales se derrumbarán. Al principio lo harán poco a poco, pero no dudes de que acabarán derrumbándose.

Sí, ESA llamada.

A muchas de nosotras nos resuena como un recuerdo lejano, tal vez de una vida pasada, o como el susurro de una hermana ancestral o un sentimiento que nace desde el interior de nuestros huesos. Tome la forma que tome, es un recuerdo de quién eras antes de que lo olvidaras.

Es un recuerdo de quién eras antes de que el patriarcado reprimiera tus poderes femeninos y feroces, los convirtiera en un tabú y luego te enseñara a temer la oscuridad.

Este recuerdo está despertando a las brujas.

Estamos reivindicando la palabra *bruja*, esa palabra que en el pasado se utilizó para demonizar, estigmatizar y reprimir a las mujeres. Hoy las mujeres de todo el mundo la estamos usando para definirnos.

Sí, en un mundo en el que hasta ahora la palabra *bruja* nos traía a la mente imágenes de ancianas con la cara llena de verrugas, acurrucadas alrededor de un caldero mágico, en pleno siglo xxi estas imágenes están viviendo una transformación profunda. El movimiento moderno de las brujas tiene muy poco que ver con la práctica de las artes oscuras, y mucho con el empoderamiento femenino.

Las mujeres se reúnen en círculos virtuales y presenciales para celebrar las fases del ciclo lunar. Celebran rituales para honrar a las estaciones y hacen hechizos para sanar, manifestarse y redescubrir su magia.

La bruja está despertando.

La bruja representa esa parte de cada una de nosotras que ha sido censurada, ignorada, castigada y demonizada. Y es una parte que quiere, mejor dicho, que necesita, que entremos en contacto con ella y la expresemos sin reservas.

A menudo me preguntan: «¿Por qué las mujeres tenéis miedo de hablar, de que os escuchen y de expresaros abiertamente?».

Yo digo que nos ocurre todo eso porque tememos a la bruja que cada una de nosotras lleva dentro.

La bruja es una mujer completamente dueña de su poder.

Está en contacto con la oscuridad. Sabe cómo mirar, cómo dejar ir y cómo seguir sus propios consejos. Pero lo más importante es que la bruja lo cuestiona TODO.

Su vagina está conectada a la Tierra.

Escucha los susurros de los que vivieron antes que ella y percibe los antiguos secretos que lleva en los huesos. Es la única que sabe, sin ningún género de duda, que en esta vida hay mucho más que lo que somos capaces de ver a simple vista.

Ella hace que las estructuras jerárquicas del poder tiemblen a su paso.

Sabe que, en un momento dado, puede ser un caótico desastre, una mujer llena de gracia y belleza, una mujer iracunda y doliente, amada y saciada de poder, cansada y sumisa o tierna y vulnerable.

También sabe que, en algunas ocasiones, puede ser todo eso a la vez.

Ella está completa.

Y ¿qué es una mujer completa? Bueno, ella es una jodida y aterradora amenaza para cualquiera que no se viva con total integridad, que no sepa quién es y qué representa. Es nuestra historia humana y la de nuestros delicados egos, ¿verdad?

La bruja está recordando y recomponiéndose (uniendo todas las partes de ella misma que fueron separadas, para volver a estar completa) y volviendo a vivir salvajemente.

En cada una de nosotras está despertando esa parte que una vez fue anestesiada, domesticada e insensibilizada por la comida (o por las compras compulsivas, las drogas y los medios de comunicación). Y es nuestra integridad, nuestra intuición, nuestra magia y nuestro poder (el que tenemos entre las piernas) lo que cambiará el mundo de verdad.

Así que, brujas, es hora de despertar.

Es hora de recomponerse y recordar.

Por nosotras y por nuestro planeta.

Es hora de recomponerse y recordar que ser una bruja es ser una mujer poderosa en un mundo donde las mujeres se han sentido jodidamente privadas de poder, desde hace milenios.

Por eso (y esto no me lo puedo callar), a la bruja «moderna», la que lleva los labios pintados de oscuro, la que porta una corona plateada de la luna creciente y el sujetador lleno de cristales, la bruja «más tradicional» la golpea con el palo de su escoba.

Claro, es tentador decir que somos «superficiales» o acusarnos de convertir a las «brujas» en otro producto de consumo, en una moda. Pero debajo de todo ese embalaje brillante hay una mujer que está despertando a su poder.

Sinceramente, no importa si te consideras bruja porque una revista ha publicado un reportaje a doble página inspirado en la película *Jóvenes y brujas* (¡me vuelve loca esa peli!) o porque procedes de una estirpe de brujas que te enseñó a leer el tarot, a recetar hierbas y a preparar infusiones para hacer encantamientos (yo soy una de esas). Da igual, escucha esto: decir que eres una bruja es una responsabilidad gigantesca.

Implica poder.

El poder de ELLA.

Reivindicar la palabra y presentarte como bruja te devolverá tu poder, porque ser una bruja es algo que cala hasta los huesos.

Las mujeres llevamos dentro las historias de dolor y miedo heredadas de aquellas que nos han precedido.

Llevamos las historias de las mujeres a las que se persiguió, se quemó, se ahogó y se silenció para acabar con su poder, y las llevamos en nuestro propio ADN. Por eso, para despertar y reivindicar a la bruja que llevamos en nuestro interior, hace falta tener unos ovarios muy grandes.

Si quieres hacerlo, necesitas reconocer completamente que:

- Eres una mujer poderosa. Sangras durante cinco días y no te mueres. No me digas que eso no te convierte en una superheroína.
- Eres una fuerza de la naturaleza que conoce los crecientes y los menguantes de la luna, las estaciones, la Madre Naturaleza y su propio cuerpo, y eres capaz de usarlos todos para hacer el bien.
- Eres una creadora que puede manifestar la magia que el planeta necesita en este momento.

- Eres un oráculo con los poderes adivinatorios e intuitivos de un profeta.
- Eres una sanadora que crea el bálsamo que ayudará a curar las grandes heridas abiertas que ha provocado el patriarcado.
- Eres una hechicera que puede ser cautivadora, pero también peligrosa.

Es así de sencillo. Si te consideras una bruja, tienes que estar lista para lidiar con todo lo que comporta serlo. Mi amiga, bruja y hermana de aquelarre en esta vida y muchas vidas anteriores Sarah Durham Wilson y yo hablamos de esto y lo vivimos una y otra vez.

Por eso he escrito este libro.

Todo lo que comparto en él es un proyecto de recuperación por orden de ELLA, la Diosa, la Diosa Madre.

Nos llama a TODAS a que asumamos la gran responsabilidad de recuperar la palabra *bruja* y, con ella, todo lo que representa y simboliza. Ah, y para tu información, ser una bruja no tiene nada que ver con tu vestimenta, los cristales que usas o tu linaje.

Se trata de algo diferente. Se trata de ser una mujer que puede reconocer, manejar, reclamar, confiar y usar los poderes creativos y de manifestación que le ha concedido la Diosa, su visión, su intuición y su adivinación, sus ritmos y su naturaleza cíclica y su capacidad de experimentar TOTALMENTE la oscuridad para servir a la luz. Y lo hace para sanarse no solo a ella misma, sino a su familia, a su comunidad y, finalmente, al mundo.

Olvídate de la historia, también llamada «la historia escrita por él». Este libro es un recuerdo y un intento de unir las piezas separadas, una reescritura y un volver a contar la historia de ELLA.

Esta es la historia más grande jamás contada.

Es NUESTRA historia.

Este libro quiere responder a la realidad de que a las mujeres se nos ha perseguido debido a nuestro poder durante siglos. La realidad de que las mujeres como mi abuela se vieran obligadas a

hablar de su magia en voz baja. La realidad de que mujeres como mi madre le dieran la espalda a su poder y se rindieran por miedo a la vergüenza y al juicio de los demás.

Como mujeres de este tiempo y este lugar, es nuestra responsabilidad reivindicar la palabra *bruja* y responder a todo lo que invoca en nosotras.

¿Estás preparada?

Entonces, da un paso dentro del fuego, el mismo que se usó para silenciarnos. Que ardan el miedo, el dolor, la ira y la injusticia.

Siente cómo el calor lame los dedos de tus pies.

Ahora, reivindica tu poder y despierta a la bruja.

Ha llegado la hora.

Es hora de reunirse en círculos para recordar tu verdad, tu sabiduría y tu auténtica naturaleza.

Es hora de confiar en ti misma y de confiar las unas en las otras.

Es hora de conectar con la naturaleza, con la Madre Tierra y sus ciclos y con el espacio sagrado que hay entre todo ello.

Es hora de conectar con ELLA, la divinidad femenina. Para recordar que ELLA es nosotras y que nosotras somos ELLA.

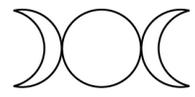
Es hora de conectar con ÉL, la divinidad masculina, porque todos queremos sentirnos completos.

Así es como siempre ha sido. Y para restaurar el equilibrio en nosotros, los humanos, y en el planeta, así es como tiene que ser de nuevo.

Ven y únete a mí en el círculo, porque, mujer, ha llegado el momento. ESTA es la hora de las brujas.

Un beso,

Lisa



Sobre este libro

Este libro refleja principalmente mi visión, mi forma de hacer las cosas.

Probablemente es diferente de las tradiciones de muchas otras brujas, pero también encontrarás muchas semejanzas.

Hay innumerables maneras de ser una bruja. La misma palabra significa diferentes cosas para diferentes personas.

Deja que te haga una sugerencia.

No te pierdas en los detalles.

Lee este libro de principio a fin, úsalo como una herramienta de adivinación o duerme con él bajo tu almohada. Hagas lo que hagas, quiero que sepas que lo que comparto en estas páginas es mi experiencia y mi práctica.

Yo no soy todas las mujeres ni todas las brujas.

Algunas partes del libro te resonarán porque estarás recordando lo que ya sabes. Puede que estés en desacuerdo con otras partes, y no pasa nada. No escribo libros para decirte cómo debes «hacer» las cosas. Los escribo para encender un fuego de reconocimiento y recuerdo en tu vientre, tus intestinos y todo tu cuerpo.

Lo que te traerá la verdadera magia es lo que decidas hacer con lo que recuerdas.

NOTA: en este libro digo muchas veces que la bruja no se disculpa por ser quien es. Sin embargo, a medida que mis muchas páginas escritas a mano se convertían en libro, sentía la pesada necesidad de disculparme por escribir un libro sobre las mujeres brujas.

Pensé:

... Cabrearé a las brujas tradicionales porque no soy lo suficientemente «bruja».

... Cabrearé a las paganas por no incluir todos los caminos de la brujería.

... Cabrearé a los hombres por no considerarlos brujos.

... Cabrearé a la comunidad transgénero por no considerarlos brujos tampoco.

Sin embargo, este es el trabajo que hago.

Trabajo con mujeres y no voy a disculparme por eso.

Ese pensamiento y esa necesidad de disculparse son la razón por la que TENGO QUE que escribir este libro.

Lo que comparto aquí NO pretende excluir a nadie. Pero tratar de incluir a todos haría que mi discurso perdiera sentido. Sentiría que estoy obviando la historia concreta que creo que debe ser contada. Porque si bien es verdad que nos han precedido mujeres increíbles, valientes y llenas de coraje que han allanado el camino, todavía hay mucho trabajo por hacer.

Para jugar nuestro papel en el desmantelamiento del patriarcado (la construcción que quiere mantenernos separadas y desconectadas de nosotras mismas y entre nosotras), tenemos que recordar las herramientas y el poder que nos ha dado la Diosa y el poder con el que hemos nacido.

Soy bruja por herencia, lo que significa que nací en una familia que practicaba su propia forma de magia gitana. Durante unos años le di la espalda a eso para dedicarme al «importante trabajo» (¡ejem!) de seguir a mis ídolos musicales, besar chicos y ser una adolescente de la que nadie se riera por ser «la gitana».

Pero después de morir, mi abuela empezó a aparecer con frecuencia en mis sueños. Y siguió animándome a recuperar mi magia.

Y, como con la mayoría de las cosas que hago, me obsesioné con ello.

Estudí durante diez años no solo las prácticas de mi propia tradición gitana, sino la brujería en todas sus formas, incluyendo:

- La *stregheria* de Italia.
- Las raíces y los huesos del *hoodoo*.
- El chamanismo.

- La medicina tradicional maya femenina.
- Las tradiciones de la brujería alejandrina y gardneriana.

Así que ahora mi práctica personal es bastante ecléctica, aunque últimamente, en mi corazón, adoro a la Diosa Madre. También, y aunque resulte bastante polémico, considero que María Magdalena y Kali Ma son mis hermanas brujas.

Para conectar con mi oficio y perfeccionarlo, me baso en las estaciones de la Madre Naturaleza, en los ciclos lunares y en mi propio ciclo menstrual.

Lanzo hechizos, trabajo con plantas medicinales y no hay nada que me guste más que aullar desnuda bajo la luna llena.

¡Auuuuuuuuuu!

La «brujería» de hoy cree que la brujería y las viejas formas se han perdido, enterrado y corrompido. Eso significa que depende de mujeres como tú y como yo intentar redescubrirlas y hacer que tengan peso en el mundo de hoy.

Creo que una bruja es, en esencia, alguien que confía en su autoridad interior y utiliza su propia magia personal para moverse en el entorno donde vive y negociar con él.

Estoy segura de que esto hará que muchos tradicionalistas y los que practican ritos y costumbres específicos de la brujería pongan los ojos en blanco. Que así sea.

En este libro, te presentaré algunas de las muchas tradiciones de brujería y sus prácticas. Encontrarás hechizos que probar y páginas de mi propio *libro de las sombras*, pero solo para dejarlo claro: en realidad, nada de esto es necesario.

Solo son indicaciones para recordarte que confíes en ti misma, que regreses a la raíz de la brujería: el oficio de las sabias, de las mujeres sabias, cuando las brujas eran chamanas que trabajaban con visiones oníricas, con hierbas y conjuros.

NOTA: no estoy sugiriendo que abandones tu iPhone y tus redes sociales para volver a lo antiguo. Lo que te estoy pidiendo es que recuerdes y que adaptes tu recuerdo a la vida de hoy.

Estamos tan acostumbradas a seguir instrucciones en cinco pasos sobre cómo hacerlo todo que ya no confiamos en nosotras

mismas. Lo que te aconsejo es que dejes que todo lo que leas en este libro sea un guiño cósmico, un palo de escoba al que agarrarte para confiar en tu corazón, tus intestinos y el espacio de tu útero, y que le permitas ser tu guía.

No necesitas un intermediario para conectarte con la Fuente y con tu sabiduría interna. Basta con que pongas los pies sobre la Madre Tierra, permanezcas en silencio o crees tu oración o tu conjuro.

Te soy muy sincera. Los hechizos más poderosos y eficaces serán los que crees tú misma. Se ajustarán como un guante a tus necesidades y llevarán tu propio sello de creatividad, pasión y magia femenina.

Así que te invito a experimentar leyendo este libro, como si fueras parte de un aquelarre no-secreto.

Sin importar en qué parte del mundo estés ni la hora del día, quiero que cuando abras tu libro para leerlo, sientas que estás sentada en un círculo abierto ritualmente por una guía femenina que recorre el camino y todos sus atajos.

Quiero que te sientas como si estuvieras rodeada por un aquelarre de sabias, sanadoras y curanderas con ideas parecidas a las tuyas (brujas) y como si detrás de ti te protegieran todas las mujeres que te precedieron, desde el principio de los tiempos.

Todas nosotras estamos allí, abrazándote, apoyándote y amándote mientras lees y te preparas para convertirte en una bruja completamente despierta y reivindicas tu poder.

Antes de entrar en un círculo, siempre me doy un baño ritual. Te recomiendo que empieces por ahí.

☆ Baño ritual ☆

El objetivo de este baño es limpiarte de energías negativas y preparar tu yo físico, mental y espiritual antes de entrar en el círculo. Este es un remedio para brujas, una sanación para la sanadora y una forma de sumergirte en el poder y la presencia de tu propio ser.

Aunque este es el ritual que yo hago, confía en ti, bruja. Deja que la intuición te diga qué hierbas y aceites necesitas TÚ en este momento.

Por supuesto, asegúrate de comprobar las contraindicaciones si tienes alguna afección específica o si estás embarazada.

Qué necesitarás

- Agua sagrada (tengo la suerte de ir habitualmente a Glastonbury, una ciudad del Reino Unido que está impregnada de magia y sabiduría. Recojo agua de las fuentes roja y blanca cada vez que la visito, pero, sinceramente, puedes usar cualquier agua natural de la Madre Tierra: agua de mar, de manantial o de río. Si no tienes el mar cerca, crea tu propia agua sagrada agregando sal al agua del grifo y colócala en tu altar para bendecirla antes de usarla).
- Sal rosa del Himalaya o sales de Epsom.
- Tres ramitas de romero.
- Un cristal de cuarzo rosa.
- Pétalos de rosas rojas y rosas.
- Cualquier hierba que te apetezca mucho usar (consulta el herbario de la bruja, en el capítulo once).
- Aceite esencial (absoluto) de rosa.
- Una vela.
- Vino u otra bebida de tu elección para beberla al final del rito.

Qué hacer

Añade al agua tres tazas pequeñas de sal del Himalaya, el cuarzo rosa, las ramitas de romero, unas gotas de agua sagrada, los pétalos de rosa, la hierba que hayas elegido y cinco o seis gotas de aceite esencial de rosa.

Unta la vela con el aceite y luego enciéndela.

Sumérgete en el agua y visualiza cómo te limpia de todas las vibraciones negativas. Debes saber que estas energías se traspasan al agua desde tu yo espiritual, físico y mental. Relájate y disfruta del agua templada, de los aromas del aire y de la sensación de limpiarte toda la negatividad.

Déjate llevar.

Mientras te bañas, tómate un momento para proponerte una intención y concéntrate en el propósito de tu ritual. ¿Por qué compraste este libro? ¿Estás lista para despertar a la bruja que llevas dentro? ¿Vas a reivindicar como tuyo el título de «bruja»?

Visualiza tu propósito y sé consciente de que estás preparada de verdad.

Cuando te sientas preparada, quita el tapón de la bañera y quédate dentro hasta que se vaya toda el agua. Deja que el baño se lleve cualquier pensamiento y patrón que ya no te sirva en tu camino actual.

A medida que el agua se va, visualiza y sé consciente de que las energías negativas que ahora están en el agua se filtrarán a la Tierra, donde serán castigadas.

Levántate de la bañera y bendícete. Para ello, unta cada zona de tu cuerpo con el agua sagrada, mientras dices en voz alta:

Bendita sea mi mente, que aprende el camino de la bruja.

Benditos sean mis ojos, que han visto este día.

Benditos sean mis labios, que pronuncian tus nombres y guardan tus secretos.

Benditos sean mis pechos, fuertes y bellos.

Bendito sea mi útero por ser el Santo Grial, caldero y guardián de los misterios.

Benditas sean mis rodillas, que se arrodillarán en mi altar.

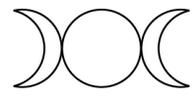
Benditos sean mis pies, que me ayudan a seguir este camino.

Sírvete un vaso de vino o un zumo verde (la bebida queda totalmente a tu elección), ofréceselo a ELLA y a ÉL y luego toma un sorbo.

Sécate y cuando estés lista, limpia el baño y lleva fuera la bebida para devolverla a la Tierra (o viértela en la tierra de una maceta si eres una bruja urbana).

El rito ha terminado.

¡Que así sea!



Círculo de apertura

Visualízate entrando en un círculo de brujas.

El aire está cargado del humo de la artemisa que se quema, una hierba limpiadora que me encanta usar para el sahumerio. Arde un fuego y sus llamas lamen las ramas rotas de los árboles y las mujeres están reunidas a su alrededor.

Ven y únete a nosotras.

Mira alrededor del círculo y permite que tus ojos se encuentren con los de las mujeres que están reunidas contigo. Puedes reconocer a algunas de ellas... o tal vez no.

Pueden haber vivido en esta vida o en otras.

Una hermana está cantando los nombres que se dan a la Diosa Madre: «Isis, Astarté, Diana, Hécate, Démeter, Kali, Inanna» una y otra vez, desde el fondo de su vientre.

Todo parece antiguo y eterno.

Estás en casa.

☆ La invocación ☆

Cierra los ojos. Haz una respiración profunda. Relaja las manos con las palmas hacia arriba y mantente receptiva. A medida que nombres los distintos cuartos (puntos cardinales), gira la cara en esa dirección: iremos en el sentido de las agujas del reloj.

Primero, me dirijo al este y al elemento aire. Te invito a volar, a salir de lo viejo y a traer lo nuevo. Ayúdanos a permitir los vientos de cambio y a no resistirnos a ellos.

Te saludo. Bienvenido.

Luego nos dirigimos hacia el sur y al elemento fuego. Te invito a quemar los arrepentimientos, a encender un fuego de la pasión y el deseo y a ser la llama que enciende la luz de los demás cuando se sumergen en la oscuridad.

Te saludo. Bienvenido.

Luego mira al oeste y al elemento agua. Te invito a limpiarnos, a saciar nuestra sed, a nutrirnos, a permitirnos explorar el flujo y reflujo de nuestras emociones y a purificar nuestros pensamientos.

Te saludo. Bienvenido.

Por último, hacia el norte y al elemento tierra. Abrázanos y apóyanos mientras desarrollamos raíces fuertes para poder levantarnos.

Te saludo. Bienvenido.

Madre Tierra, Padre Cielo, Abuela Luna, Abuelo Sol, Naciones Estelares y misterios que se encuentran en el medio, permaneced con nosotras, apoyadnos y guiadnos en nuestro círculo.

Hermanas ancestrales, brujas y mujeres sabias que nos habéis precedido, por favor, uníos a nosotras, sentaos con nosotras y guiadnos en el círculo.

ELLA, divinidad femenina, señora de todo lo que es, pido tu presencia y tu bendición. Por favor, libra el espacio de cualquier energía pesada y llénalo de amor, sanación y verdad.

ELLA, te pido que trabajes a través de mí, que trabajes a través de nosotras y que hagas que te escuchemos y sintamos lo que más necesitamos mientras estamos en este círculo, leemos este libro y seguimos nuestro camino juntas.

Así sea.



Independientemente del lugar que ocupes en el mundo, mantenemos un espacio sagrado y valiente unidas. Y para tu información: cuanto más fuerte es el canal, más fuerte es la magia.

Las mujeres hemos estado haciendo esto durante miles de años, reuniéndonos, conservando y guardando misterios y secretos más allá del tiempo y el espacio, porque esto es lo que hacen las brujas.

Bruja valiente y salvaje (por cierto, esa eres tú), gracias por aparecer, por estar aquí y, sobre todo, gracias por ser tú.

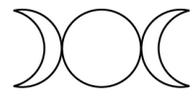


No es que haya decidido
convertirme en bruja. Solo
recordé que ya lo era.

[#WAKETHEWITCHES](#)

Capítulo 1

EL DESPERTAR
DE LAS BRUJAS



El despertar de las brujas

Estamos en febrero del 2016. Estoy sentada en el Café Gratitude, en Venice Beach, con Dana Gillespie, creadora de la aplicación móvil *My Moontime* [Mi tiempo lunar], que sirve para llevar el control de tus menstruaciones, y Holly Grigg-Spall, autora de *Sweetening the Pill* [Endulzando la píldora]. Estamos riéndonos mientras nos definimos como la Sagrada Trinidad de brujas raras y modernas, reunidas alrededor de un plato de comida supersana en un barrio *hipster* de Los Ángeles.

Las tres trabajamos con mujeres.

Hablamos de vaginas, úteros, periodos y el poder de la vagina, en voz alta y en público.

Si nuestras antepasadas hubieran hecho este trabajo, las habrían perseguido y asesinado por ello.

Aunque la caza de brujas ya no acaba en muerte (al menos, no en Los Ángeles), a las tres nos han atacado de alguna forma. A Holly la han amenazado de muerte por su incansable trabajo para concienciar a las mujeres de los efectos perjudiciales de la píldora anticonceptiva sobre su salud y su bienestar.

A Dana la han cuestionado y la han llamado chiflada porque no se ajusta a las estrictas creencias de otras mujeres que también trabajan en el ámbito de la educación para la fertilidad.

Y a mí me han llamado «excesiva», me han insultado y han criticado mi cuerpo, mi sexualidad y mis creencias, todo debido al trabajo que comparto con el mundo.

Este día de febrero, hablamos de la popularidad de la bruja y de la ahora famosa cita de Instagram: «Somos las nietas de las brujas que no pudisteis quemar». Dana se ríe y dice: «¡Olvídate de ese lema! Soy la bruja que VOSOTROS quemasteis, una y otra vez, ¡y he vuelto, malditos!».

Nos reímos a carcajadas. Y mientras remuevo mi batido de remolacha con *kale* con una pajita ecológica, la verdad de esa declaración late en el fondo de mi vientre como un tambor antiguo y familiar.

Ya lo ves. Llevo las heridas y las cicatrices de las vidas en que me quemaron y me persiguieron. Aparecen en forma de vergüenza, de miedo, de culpa y de ansiedad (y otra millonada de variaciones sobre el tema).

Apuesto a que tú también sientes todo eso.

Por eso, a pesar del miedo y la inquietud que me ha provocado la idea de escribir este libro, mientras estoy sentada en el Café Gratitude con mis brujas, digo: «Sí, hemos vuelto. Y esta vez estamos recuperando nuestro poder. ¡Es hora de despertar a las brujas!». No hay fanfarrias, desfile de bandas o grandes aplausos: solo una verdad profunda como una vagina.

Avancemos hasta mayo del 2016. Estoy de pie en el paisaje sagrado de ELLA en Malta, una isla en el mar Mediterráneo, con ocho mujeres que oyeron La Llamada y respondieron a ella. Esa llamada consistió en un correo electrónico que envié a mi lista de contactos invitando a unirse a mí en el Templo del Poder de ELLA de esta isla sagrada. Fue una invitación a despertar a la bruja, sin ningún plan, solo una reunión de corazones y úteros para unirse a la ceremonia y recordar.

Somos nueve mujeres.

Hay luna llena: una luna llena feroz y poderosa. Es la misma luna bajo la que se han sincronizado todos nuestros ciclos menstruales, a pesar de que solo llevamos juntas tres días.

En círculo, con los pies descalzos, los corazones y los brazos abiertos, invito a las mujeres a repetir después de mí:

«Reclamo mi poder. AHORA».

Lo repetimos tres veces sin preguntar, porque cuando las mujeres nos reunimos como ahora, las indicaciones casi nunca son necesarias. Nos tomamos de las manos y cantamos:

«Reclamamos nuestro poder. AHORA».

Es visceral y profundo.

Es una llamada a la antigua sabiduría femenina y al poder de la tierra que hay bajo nuestros pies. El lugar a donde han empujado a ELLA, la han reprimido, pisoteado y mantenido en el exilio (ELLA, la Diosa Madre, la Diosa, la divinidad femenina).

Juntas, formando un círculo bajo esa luna llena de mayo, nos atrevemos a reivindicar nuestro poder. Lo hacemos por nosotras, por ti, por mí, por cada mujer que nos ha precedido y por cada mujer que vendrá.

Ha sido la evocación más poderosa que jamás he vivido.

Y mirando a los ojos a cada una de esas mujeres, he visto mi reflejo.

He visto a mujeres que son madres, mujeres que son escritoras y artistas, mujeres que son emprendedoras y curanderas durante su vida cotidiana.

He visto a mujeres que se atreven a mostrarse en círculo: feroces, vulnerables, fuertes, pero también francas y tiernas y abiertas a caminar más allá de sus propios límites. Mujeres que, durante estos tres días, nos hemos reunido para compartir historias, hacer magia, desenmarañar la madeja y contar la verdad.

He visto a la Madre Tierra.

He visto a la Diosa Madre.

He visto a las antiguas.

He visto a todas las mujeres que han sido antes.

He visto a todas las mujeres que aún no han venido.

He visto tu reflejo también.

Y es bajo ESA luna llena, en ceremonia con ESAS mujeres, en ESA tierra sagrada, cuando de verdad reivindicó mi título de bruja con un poder más allá de toda medida...

... A pesar de ser una bruja de tercera generación.

... A pesar de haberme reiniciado en la brujería al sumergirme desnuda en el pozo de White Spring que burbujea en el vientre de Glastonbury Tor.

... A pesar de experimentar toda la fuerza y la magia de la Madre Naturaleza y sus ciclos de muerte y renacimiento, una y otra vez.

... Y a pesar de haber estado en innumerables rituales de grupo y celebraciones del *sabbat* (además de celebrar muchos sola).

¿Por qué?

Bueno, hubo un tiempo en que hubiera dicho que los títulos no importan. Y en la mayoría de las circunstancias, todavía lo creo así.

Pero cuando se trata de la palabra *bruja*, importa.

Importa MUCHO.

Ser una bruja es recordar.

Es el GRAN recordar.

Es el recuerdo de quién eras antes de que lo olvidaras.

Y luego es el trabajo, viaje, aventura, búsqueda de por vida para volver a conectar una y otra vez con tu conocimiento olvidado.

Te invito a que empieces a reconectarte aquí con ese conocimiento olvidado.

LA BRUJA

En todas y cada una de las mujeres hay una criatura.

Es salvaje y es un reflejo de la naturaleza.

Es una fuerza poderosa.

Es una fuente de poder.

Es apasionada, creativa, profundamente intuitiva y su conocimiento es más viejo que el tiempo mismo.

¿Y el nombre de esa criatura?

La bruja.

A menudo se la representa como una mujer fea y aterradora que hace cosas malas, pero esa NO es la verdad.

A menudo se la ve como alguien que lanza hechizos, una tejedora de artes oscuras que crea maleficios y maldiciones. Y, mmm..., esto es verdad solo A VECES.

Sin embargo, casi nunca se ve a la bruja como una mujer sabia, una fuente de poder y una fuerza de la naturaleza.

A pesar de que esta sea la AUTÉNTICA verdad.

Olvida todo lo que alguna vez te dijeron sobre las brujas.

Olvídate de las imágenes de lo oscuro, de la vieja arpía o de lo prohibido. Olvídate de las tres brujas de *Macbeth*, la obra de Shakespeare. Olvídate de las velas negras, los palos de escoba, el veneno, los conjuros malvados, Satanás y los calderos, y deja que en su lugar te cuente una historia diferente.

Es una historia en la que ya no temes la palabra *bruja*.

Una historia en la que descubres que el miedo que has sentido era parte de un plan patriarcal de más de tres mil años de antigüedad para mantenerte alejada de tu poder femenino innato.

Una historia en la que te invitan a reivindicar la palabra *bruja*.

A poseerla.

Completamente.

Y lo que es más importante, estás invitada a poseer el poder que va ligado a esa palabra

¿QUÉ ES UNA BRUJA?

Una bruja es una mujer sin arrepentimiento.

Su alquimia transforma las experiencias y las emociones.

Es una mujer con poder, voluntad y soberanía... y las ejerce con SUS condiciones.

Ella crea y manifiesta.

Ella es su propia fuente.

Entra en libre comunión con la Madre Naturaleza, el Espíritu, Dios, la Diosa (escoge tu propia denominación) sin necesidad de intermediarios.

Ser una bruja es ser una mujer dueña de su poder.

Es ser alguien que confía en su autoridad interna, y no busca fuera de sí misma la validación o la aprobación. Es ser alguien que usa su propia magia personal para navegar y negociar en el entorno en el que se encuentra en ese momento.

La llamada

Ya he nombrado *la llamada* en este capítulo. Es ese poderoso impulso que sientes, esa invitación que se parece tanto a una orden de algo más grande que tú en lo profundo de tu propio corazón.

La llamada puede adoptar diferentes formas en diferentes mujeres. Para ti, podría ser así:

- La necesidad de leer TODOS los libros sobre hechicería.
- La necesidad de luchar por los derechos de las ballenas.
- La necesidad de luchar por la Madre Tierra o alguna otra causa digna con la que te identifiques.

O puede que no tenga ninguna forma en absoluto, que sea solo una sensación realmente incómoda.

Aun así, la bruja ha estado bajo tierra durante mucho tiempo. Por eso es probable que la llamada que estás sintiendo sea dolorosa. No es sorprendente: se te está pidiendo que navegues por territorios inexplorados de tu vida y que despiertes y cultives deliberadamente

a la bruja que hay dentro de ti para que pueda alcanzar su máximo potencial.

Déjame ser superclara: no necesitas ser una gardneriana o una pagana para ser una bruja.

De hecho, ni siquiera necesitas saber qué significa ninguna de estas palabras. Todo lo que necesitas es la profunda sensación de saber quién eres debajo de todo el ruido, las etiquetas y los mensajes sociales.

Por eso tus raíces, y las prácticas y tradiciones que las acompañan, son el mejor lugar para comenzar a despertar a la bruja que hay en ti.

Yo soy una gitana, una yoguini y una chamana, así que, ya sabes... Básicamente, soy una bruja gitana. Mi linaje materno es de nómadas irlandeses y mi línea paterna es gitana.

Mis dos abuelas usaron hierbas, tés, infusiones, aceites y pociones para manifestar, sanar y crear buena suerte para nuestras familias y para las de nuestra comunidad.

Las dos tenían dotes de adivinación y podían predecir el nacimiento y el sexo de los bebés en sus sueños, o mediante el conocimiento intuitivo, las cartas del tarot y la adivinación. También predecían dramas familiares que aún tenían que ocurrir y sabían cuándo la escasez financiera era inminente (en ese momento, enviaban a mis tíos a buscar un empleo extra).

Sin embargo, mi abuela gitana tenía un lado oscuro. En su comunidad se la conocía por su habilidad para lanzar maldiciones (algunos exnovios míos dicen que yo también la tengo). No voy a confirmarlo ni a negarlo (¡ejem!). Y aunque la imagen de los gitanos evoca escenarios superrománticos de bonitos vagones pintados, pañuelos y pendientes de aro, la realidad de la vida gitana es... Bueno, no es eso, desde luego.

Cuando contamos las historias de las brujas que han vivido antes que nosotras, a menudo tenemos que hablar de su persecución. Volvemos la mirada a la historia y hablamos de los juicios de brujas en Europa y en Estados Unidos (puedes leer más sobre esto [aquí](#)).

Pero tanto para los gitanos como para los nómadas, la persecución sigue siendo una experiencia muy real de todos los días. Mi abuela gitana, que llevaba todas sus riquezas encima, alrededor del cuello y en las orejas, me decía una y otra vez: «¡No confíes en ellos! Nunca confíes ellos, ¿me oyes?».

La persecución y la desconfianza eran reales, y lo siguen siendo.

Por eso estoy segura de que mis dos abuelas estarían furiosas conmigo por escribir este libro.

Por compartir nuestros secretos y por decir que soy una bruja.

¿Y mi madre?

Bueno, ella se volvería loca de remate.

Verás, mi madre era una vidente y una soñadora. Tenía visiones, presentimientos y revelaciones en sueños. (Descubrí esto en los últimos meses de su vida, cuando me dio el diario de sus sueños, que estaba lleno de símbolos y signos. Para descifrarlos voy a necesitar el resto de mi vida).

Sin embargo, ella optó por rechazar su don y su conexión de bruja gitana durante la mayor parte de su vida porque tenía miedo a ser señalada, y ese miedo nunca la abandonó.

La verdad es que mi madre vivía con miedo a casi todo.

Temía a la oscuridad, a volar, a conducir, a las arañas y a la gente con poder. Temía a la vida misma la mayoría de los días, y su vida se volvió pequeña e insatisfactoria por eso.

Cuando decidí volver a iniciarme como bruja sumergiéndome en el pozo de White Spring en Glastonbury (puedes leer sobre esto [aquí](#)), la aterrizaraba que yo se lo contara a la gente.

Que dijera en voz alta: «Soy una bruja».

Que sus amigas lo descubrieran.

Que la gente no me contratara.

Que la gente no me hablara.

Me hacía callar si hablaba demasiado sobre esto. Incluso en casa.

Pero ¿sabes qué?

Ese miedo, ese esconderse en las sombras, la sensación de que siempre tienes que vivir la vida como un extraño en los márgenes de la sociedad...

... se acaba conmigo.

Así fue para ellas y comprendo por qué tenían miedo. Por supuesto que lo entiendo. Pero esa es incluso una razón más para que yo diga: «Ha llegado mi momento. Esta es mi hora».

Se acabó esconderse en las sombras.

No voy a volver a intentar encontrar una palabra diferente y más amable para lo que soy.

Soy una bruja.

Soy una mujer poderosa.

Soy una fuente sagrada.

Una fuerza.

De la naturaleza.

Si estás leyendo esto, si has escogido este libro, también es tu hora. Es hora de despertar a las brujas.



Eres una mujer
volviendo a sus raíces.
Una mujer que recuerda.
Una bruja que despierta.

[#WAKETHEWITCHES](#)

ESTE ES UN TRABAJO DE BRUJA

Definirte como bruja en este momento de la historia es un GRAN compromiso.

Nuestra forma de ser como mujeres se ha perseguido durante milenios. La palabra *bruja* se ha denigrado y utilizado como un insulto. Así que no es raro que ocultemos nuestro poder femenino, que acallemos nuestras voces y nos hagamos pequeñas, porque nos han dicho que ser poderosas es peligroso.

Nuestro trabajo, el trabajo de la bruja, es conseguir que sea seguro volver a ser poderosas.

Ser poderosa después de miles de años de expectativas y condicionamiento patriarcal significa ir contra muchas de las enseñanzas que has recibido, ¿verdad?

Y sin embargo... el poder de dar forma a los acontecimientos, de poner cambios en marcha y de hacer que sucedan fluye de manera natural a través de ti. Tu biología está creada y optimizada para ejercer ese poder y usarlo para el bien.

Es tu derecho de nacimiento como mujer.

Este es un trabajo de bruja.

El caso es que muchas de nosotras nos las hemos arreglado muy bien en el mundo siguiendo los roles estereotipados que se nos ofrecen como mujeres.

¿El premio a la mejor actriz? Es para... TODAS VOSOTRAS.

¿El problema? No sé el tuyo, pero cuando he representado esos papeles (y créeme, he representado muchos de ellos en el pasado), siempre me he encontrado sintiendo una mezcla de insatisfacción, ansiedad, disgusto, inquietud...

¿Qué quiere decir esa inquietud? Cuando la sientes, está hablando esa parte de ti que no se expresa.

Con el tiempo, comenzará a gritar desde dentro.

El grito se vuelve ensordecedor. Te consume.

En algunas mujeres aparece en forma de dolor y enfermedad en el cuerpo. En otras, en forma de depresión o ansiedad.

Para adormecer el grito tal vez recurras a la comida, la bebida, las compras compulsivas o las drogas.

Al principio, simplemente lo acallarás.

Y aguantando el grito, escogerás uno de estos dos caminos. Empezarás a tener una actitud de abatimiento y sumisión hacia la vida, o te endurecerás y te volverás agresiva, adoptando rasgos predominantemente masculinos para sobrevivir.

Mi madre adoptó un papel sumiso. Apagó su propia luz para que otros pudieran brillar. Buscaba el permiso de otros todos los días y siempre miraba fuera de sí misma en busca de validación.

No confiaba en ella misma. No se atrevía.

Y ¿qué hay de mí? Yo asumí el otro papel.

Desconecté por completo de mi cuerpo femenino. Viví mi vida de cuello para arriba, actuando y tomando decisiones desde la cabeza. Viví mi vida como un hombre porque esa opción parecía mucho más fácil que tener que lidiar con ser una mujer a la que nadie veía y escuchaba.

(Esa desconexión de mi cuerpo femenino y su naturaleza cíclica me llevaron a desarrollar un síndrome del ovario poliquístico y una endometriosis. Hablo sobre esta experiencia en detalle en mi libro *Love Your Lady Landscape*. Así que para que lo sepas, NO fue una opción más fácil).

Aquí estamos hablando de aguantar el grito. Y esto no es exclusivo de mi madre y de mí: es una realidad básica para muchas mujeres en el mundo occidental.

Reconócelo en tu cuerpo. Reconócelo en tu ser, porque es hora de dejar de aguantarlo. Es hora de empezar a dejar que todo se vea y se sienta. COMPLETAMENTE.

Este es un trabajo de bruja.

¿Cómo nos atrevemos a expresar nuestra plenitud?

Debemos permitir que TODO aflore.
La rabia y la risa.
La belleza y la fortaleza
La ferocidad y la gracia.
La vulnerabilidad y la fuerza.
La compasión y la pasión.
Y ¿sabes qué? No necesitas ser «menos» nada.
De hecho, te invito a ser «más» de todo.

Muchas de nosotras tenemos la necesidad innata de ser queridas y aprobadas. Es la naturaleza humana, pero también significa que nos han condicionado (la verdad es que jodidamente bien) para hacer mil concesiones sutiles. Significa que nos hemos convertido en mujeres que no se atreven a vivir su plenitud. Tenemos mucho cuidado de no estar «demasiado calladas» o ser «demasiado ruidosas».

Lo veo en mí misma.

Lo veo en las mujeres con las que trabajo.

Nunca nos permitimos llegar HASTA EL FINAL. Sujetamos las riendas y domesticamos nuestra verdadera naturaleza en todo momento, por si acaso nos juzgan, nos avergüenzan o nos acusan por ser quienes somos en ESE momento.

Mujeres, esa NO es manera de vivir.

Lo repito: esa NO es MANERA DE VIVIR.

Nunca puedes reclamar tu poder siendo menos tú o encogiéndote lo suficiente para caber dentro de la estrecha caja que dice «cien por cien aprobada».

El poder no puede venir de ser «menos que». Simplemente, no puede.

Solo puede venir de expandirte, crecer y expresarte COMPLETAMENTE.

Desde la osadía de ocupar espacio.

Desde empezar a ser «más» de todo.

Este es un trabajo de bruja.

Las mujeres que temen la palabra *bruja* y todo lo que representa también temen a su propio poder. Y si a ti también te pasa eso, eso es bueno. Te han enseñado a tener miedo.

Te dijeron que el «poder corrompe». La imagen que tienes de alguien que busca poder es probablemente la de una persona egoísta y codiciosa. Alguien que no se detendrá ante nada para obtener ese poder, incluso si es a expensas de otro, ¿verdad?

Y es cierto. Sin duda, hay que desconfiar de esa versión del poder. Pero como *bruja*, *perra*, *coño* y *menstruación*, poder NO es la mala palabra que nos han enseñado que es.

En lugar de rechazarla, necesitamos abrazar la idea del poder para reivindicar nuestra plenitud y nuestra verdadera expresión en el mundo como mujeres.

Pero... ¿y si hubiera una definición de poder diferente? ¿Una que no nos parezca sucia, egoísta o sórdida?

Para llegar a esa definición, tendrías que:

- Aprender que lo que corrompe son las ideas como el egoísmo, la manipulación y la codicia, NO el poder.
- Confiar en tu propia autoridad femenina interna para permitir que te nutra y nutra a quienes te rodean.
- Darte cuenta de que tus intenciones positivas se vuelven más fuertes cuando eres más poderosa, no cuando eres más débil.

Este es un trabajo de bruja.

La carta de La Torre del tarot anuncia cambios. Es como la diosa Kali Ma: representa quemar todo lo que ya no es necesario.

¿Estás lista para caminar sobre el fuego? ¿Para hacerlo otra vez?

El trabajo de bruja significa que tienes que usar el fuego una y otra vez. Todo el jodido tiempo.

Significa tener que quemar las historias que te han contado para persuadirte de que seas dócil y obediente.

Significa abrir los grilletes y deshacer los nudos que llevas atados.

No puedes esperar a sentirte fuerte o valiente para tomar una posición o para arriesgarte. ¿Por qué? Porque mientras estás dentro de tu jaula, estás domesticada.

Solo podrás encontrar tu poder cuando te conectes de nuevo a la placa base. 1 Cuando tus pies toquen la Madre Tierra y tu útero y tu corazón se conecten con ella.

Cuando te conectes con ELLA.

Encuentra y reclama tu poder cada día cuando interactúes con un mundo que está necesitado. Cuando te vivas como el ser más poderoso que puedes ser.

Tal vez pienses que es demasiado trabajo. Pero, en realidad, es el único trabajo que importa. Muchas de nosotras pasamos toda nuestra vida pensando: «¿Cuál es mi pasión? ¿Cuál es mi propósito? ¿Qué tengo que hacer?».

Lo que tenemos que hacer es ESTO.

Trabajo de bruja

Para que lo sepas: ese es el trabajo que sabes que tienes que hacer y para eso estás aquí.

Este es un trabajo de bruja.

Solo para que lo sepas, para hacer este trabajo necesitas estar cómoda con toda la incomodidad que la mayoría de la gente no está dispuesta a aguantar.

Tienes que estar dispuesta a:

- Sentir. Todo. Alegría, dolor, miedo, ira, angustia. Tienes que estar dispuesta a sentirlo todo. Para vivir todo lo que te ofrezca este maldito mundo loco.
- Decepcionar a la gente para ser tu verdadero yo.
- Saber que no estás encadenada a nada ni a nadie.
- Respirar. Profundamente. En la profundidad de tu vientre.
- Encontrar la intensidad y la sanación y la paz en esos lugares de ti misma que parecen difíciles y cerrados.

- Permitir que las partes femeninas de ti dirijan a las masculinas. No tienes que deshacerte de lo masculino (¡lo necesitarás!), pero deja que la naturaleza salvaje y el caos y la suavidad de lo femenino impregnen los bordes más duros de tu alma.
- Ámate a ti misma. Hasta las partes más salvajes y más-locas.

No te asustes cuando te ames tanto a ti misma y a los que te rodean que se te pida ingresar en un nuevo nivel de realidad íntima y desnuda. Es algo intenso y poderoso, pero, ¡maldita sea!, es bueno de verdad y vale la pena.

Es un lugar que atrae la belleza y la conexión.

Un lugar donde sueñas.

Un lugar que sabes que es tuyo.

Descubre que este lugar es tuyo.

ESTE es un trabajo de bruja.

¹ Las placas base son una tabla de circuitos en la que se incluyen e interconectan los elementos más importantes del sistema para que los equipos puedan funcionar. Se las llama placas madre porque alimentan al equipo en su totalidad y son imprescindible para que el resto de piezas funcionen de manera adecuada.



Recupera
la palabra *bruja*
y el poder
que le pertenece.

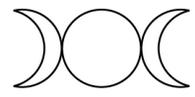
#WAKETHEWITCHES

[#WAKETHEWITCHES](#)

Capítulo 2

¿QUÉ BRUJA ES CADA BRUJA?

*Raíces, tradiciones y
recorrer el camino*



¿Qué bruja es cada bruja?

Una bruja es una mujer sabia alineada con la Tierra, una sanadora. Es una palabra que hay que desestigmatizar en este momento crucial en la historia del planeta, cuando necesitamos desesperadamente la medicina de lo femenino para elevarnos y reequilibrar a la humanidad y la Tierra.

Sarah Durham Wilson

Las brujas y la brujería se presentan en muchas formas y sabores distintos.

Para algunas, ser una bruja es una práctica sagrada y espiritual. Para otras, es una declaración política, una forma de vida o un sistema de creencias. Y para otras, ser una bruja es su religión.

Algunas formas de brujería tienen una base histórica, y otras surgen de descubrimientos arqueológicos y antropológicos. Algunas se transmiten a través de prácticas culturales, de madre a hija, de abuela a nieta, de generación en generación. Otras se basan en tradiciones orales transmitidas a través de las familias, las comunidades o las culturas.

Algunas de las tradiciones más neopaganas (en concreto algunas como la alejandrina y la gardneriana), que fueron creadas por hombres, trabajan en niveles de entrenamiento jerárquico. En estas tradiciones, para recibir un título debes aprender y actuar en un aquelarre antes de ser iniciada por un sumo sacerdote o sacerdotisa. Otros solo adoran a la Diosa e ignoran por completo a un dios masculino.

¿Yo? Bueno, no soy gardneriana, pero algunas de las personas con las que he estudiado lo son.

Algunas de mis prácticas están impregnadas de un sabor gardneriano, en especial del trabajo de Doreen Valiente (lee más sobre ella [aquí](#)). Sin embargo, también se basan en las tradiciones de mi familia y en otras que he explorado. Mi orientación espiritual es ecléctica y lo que comparto procede de todas las enseñanzas que han dado forma a mi relación mágica con la realidad. Mi estilo

de trabajo mágico y mi relación con la magia en general son intuitivos.

Esencialmente, soy una bruja al viejo estilo.

Y cuando digo «al viejo estilo» me refiero a las formas REALMENTE antiguas, cuando la brujería era un arte y un oficio

La bruja gardneriana era la mujer astuta, la sanadora, la sabia de una tribu o comunidad que podía «transformarse y transformar». Sí, era una trabajadora de la magia que estaba tan sintonizada con su relación intuitiva consigo misma que podía doblar las energías de la naturaleza para dar lugar a la curación, el crecimiento y una nueva vida. Ella moldeaba su vida y la de su comunidad para estar en armonía con la Madre Naturaleza.

Confiaba en la fuente y la adoraba, adoraba a la Diosa, a ELLA, y sabía que ella misma era un reflejo directo de ELLA.

Esta es mi brujería.

¿QUÉ CLASE DE BRUJA ERES?

Hay incontables tradiciones de brujería y distintos tipos de brujas. De hecho, hay demasiados para compartirlos aquí, pero en las siguientes páginas he enumerado algunas de las tradiciones y formas neopaganas de brujería más populares.

Esta no es una lista definitiva, y no estoy sugiriendo que tengas que elegir una. Tampoco estoy aquí para decirte si cada una de ellas está bien o mal. Lo que quiero es compartir lo que existe para que puedas explorarlo más a fondo.

Bruja alejandrina

Alexander Sanders, que se autoproclamó «Rey de las Brujas», fundó los aquelarres alejandrinos en Inglaterra durante la década de 1960.

Es una rama de la brujería gardneriana que le da una gran importancia al entrenamiento. Pone el énfasis en todo aquello que suele asociarse a la magia ceremonial, como la cábala y la magia angélica.

Un aquelarre alejandrino típico tiene una estructura jerárquica y por lo general se reúne semanalmente en encuentros llamados «círculos» o, como mínimo, en las lunas llenas, las lunas nuevas y los *sabbats*. Sus rituales suelen incluir la desnudez ritual.

La mayoría de los aquelarres alejandrinos permiten que un no iniciado se una a sus círculos, generalmente como «principiante» que se somete a un entrenamiento básico en el arte del círculo antes de ser aceptado para la iniciación de primer grado.

La *wicca* alejandrina usa esencialmente las mismas herramientas y rituales que la gardneriana, aunque a veces utiliza las herramientas de manera diferente y adapta los rituales. Aparte de eso, los nombres de las deidades y de los guardianes de los elementos suelen ser distintos.

Algunas diferencias son meramente estéticas. Pero hay divergencias fundamentales en sus filosofías.

Bruja de la tradición de la abuela de los Apalaches

Esta tradición se remonta a la época de los primeros colonos escoceses e irlandeses de los montes Apalaches en el siglo xviii, que llevaron con ellos sus tradiciones mágicas «de la vieja escuela».

Los colonos de los Apalaches mezclaron sus propias tradiciones con la tradición local de las tribus cheroqui y crearon una combinación de remedios caseros herbarios locales y amuletos, curación por la fe, narración de cuentos y magia.

El concepto *la tradición de la abuela* tiene su origen en el papel destacado que desempeñan las mujeres mayores en las comunidades de las montañas.

Sin embargo, hoy en día estas brujas suelen denominarse a sí mismas «brujas sanadoras» o «brujas del agua», dependiendo de si están más dotadas para la curación y los partos o para la búsqueda de agua, líneas ley [1](#) y vórtices de energía.

Asatru y seguidores de la tradición del Norte

El término asatru significa «lealtad a los Aesir» (un grupo de dioses nórdicos). Es una religión asociada al paganismo nórdico (el renacimiento contemporáneo del paganismo histórico germánico) y se basa en los registros históricos recuperados de las religiones paganas nórdicas.

En la Escandinavia moderna a menudo se lo llama Forn Sioð o Camino Antigo. De hecho, en Islandia es una religión estatal reconocida.

Los orígenes de *asatru* son verdaderamente antiguos y reconocen a muchos dioses y diosas, entre ellos:

- **Thor y su poderoso martillo:** Thor controla las tormentas. El trueno es el sonido de su carro y la lluvia favorece la prosperidad de los cultivos.
- **Odín:** el dios que nos dotó de una naturaleza divina. Conserva un solo ojo; el otro lo cambió por la sabiduría, y luego se colgó del Árbol del Mundo para aprender los misterios de la magia y las runas.
- **Freja:** la deidad que lleva un collar sagrado y monta un carro tirado por un gato. Es la diosa del amor y la belleza,

pero también una fiera diosa de la batalla.

- **Frigg:** la esposa de Odín, con quien comparte el liderazgo de los dioses.
- **Skadi:** una diosa de fuerte independencia y patrona de la caza y el esquí.

Los practicantes de *asatru* buscan los viejos misterios de la Tierra y honran a los *Landvættir* (espíritus de la tierra) que habitan en los árboles, las rocas, la tierra y las aguas. También honran a sus antepasados, tanto a los que se han ido a otros mundos como a los que, como el Disir, permanecen conectados a la Tierra Media (este mundo físico) para vigilar y proteger a su familia.

Bruja 2 o curandera

Estas dos palabras se usan para denominar a las brujas, curanderas y artesanas de la medicina de una tradición de curación popular hispana que hoy sigue vigente en distintas formas en Estados Unidos y América Latina (incluyendo México).

Al igual que muchas formas de brujería y curación, el curanderismo (el camino de la curandera) y la brujería (la tradición de la bruja) se reprimieron durante una larga época. Esta represión comenzó con la llegada de los conquistadores españoles, que impusieron sus valores culturales a las poblaciones indígenas. Sin embargo, se está viviendo un resurgimiento de estas tradiciones entre las jóvenes de las regiones de habla hispana de Latinoamérica.

Las artes mágicas y las prácticas de cada tradición pueden incluir rituales, limpiezas, trabajos de energía, contacto espiritual, adivinación, honrar a la Tierra, trabajar con la naturaleza y mucha oración.

Las practicantes usan distintos elementos que incluyen hierbas, especias, huevos, limones, limas, agua bendita, santos, crucifijos, oración, velas, incienso, aceites y herramientas de adivinación. Los rituales a menudo invocan la ayuda de los santos católicos, santos populares, miembros de la familia que han fallecido u otros espíritus.

Bruja celta

El camino celta en realidad es un conjunto de tradiciones que se agrupan bajo la denominación general de «celtas». Entre ellas están el druidismo, el chamanismo celta, la wicca o witta celta y la religión del Grial.

La brujería celta deriva principalmente de la antigua religión precristiana de la Galia y las islas británicas. En la práctica actual, la mayoría de los caminos celtas se agrupan bajo el renacimiento neopagano. Se centran en la naturaleza y la curación, con rituales grupales e individuales que honran a los antiguos y a la Tierra. La mayoría son muy eclécticos, pero se mantienen fieles a los mitos, deidades, magia y rituales celtas.

Los caminos celtas son algunas de las tradiciones más populares entre los paganos en las islas británicas. Trabajan con los elementos, los antiguos y la naturaleza. Los seguidores suelen ser sanadores que trabajan con plantas, piedras, flores, árboles, los seres elementales, los gnomos y las hadas.

Bruja diánica

La brujería diánica es una mezcla de diferentes tradiciones. Su centro principal es la Diosa, a quien se adora en sus tres aspectos de doncella, madre y anciana.

La brujería diánica es una «tradición divina femenina», por lo que sus aquelarres son solo para mujeres. Para un observador externo puede parecer una única tradición, pero en realidad es un conjunto de creencias que se han influido mutuamente a través de siglos y milenios.

La mayoría de los aquelarres diánicos adoran exclusivamente a la Diosa (Diana y Artemisa son sus encarnaciones más frecuentes) y son exclusivos para mujeres.

Los rituales diánicos son eclécticos: algunos proceden de la tradición gardneriana, mientras que otros son de nueva creación. Ponen el acento en el redescubrimiento y la reivindicación del poder femenino y la divinidad, así como en la concienciación, y también combinan política con espiritualidad.

Z (suzsanna) Budapest, una bruja fantástica, declaró la brujería diánica como «la religión de las mujeres». Fundó el Foro de Espiritualidad de las Mujeres en 1986, dedicado a hacer emerger en la cultura dominante la conciencia feminista y de la Diosa.

Bruja ecléctica

La brujería ecléctica es una modalidad de brujería para aquellas mujeres que quieren elegir y eligen entre muchas tradiciones distintas porque desean crear una forma de brujería que se adapte a sus necesidades y habilidades individuales.

Las brujas eclécticas no siguen ninguna religión o tradición en particular. En cambio, estudian y aprenden de muchos sistemas diferentes y usan lo que funciona mejor para ellas. Elaboran una religión a medida o una tradición para ellas, desde cero, en lugar de seguir una tradición establecida.

Las mentes de las practicantes permanecen abiertas y receptivas al conocimiento, las ideas, las creencias y los métodos que otros practican. Se adaptan bien a diferentes situaciones y crean sus propios caminos a partir de lo que creen que es verdad y correcto en ese momento de sus vidas.

En pocas palabras, no siguen las reglas. En cambio, les gusta explorar, cometer sus propios errores y aprovechar sus experiencias para crear sus propias reglas y tradiciones.

Bruja gardneriana

Esta tradición toma su nombre de Gerald Gardner y comprende elementos de varias prácticas antiguas. Debido a sus orígenes locales (Gardner practicaba en The New Forest, a pocos kilómetros de distancia de mi hogar en el Reino Unido), también incorpora el folklore y las costumbres del paganismo inglés.

Las brujas gardnerianas adoran al Dios Astado y la Diosa de la Naturaleza. En general, durante los rituales los participantes practican el desnudo ritual.

Un sumo sacerdote y una suma sacerdotisa dirigen los aquelarres, en los que destaca el liderazgo de la suma sacerdotisa.

El sistema gardneriano reconoce el progreso espiritual mediante una serie de ritos iniciáticos y se basa en la bipolaridad de género, lo que significa que todo se divide en opuestos de masculino y femenino.

Bruja verde o ecobruja

La brujería verde (también conocida como ecobrujería) es la práctica de la brujería basada en la naturaleza y en la tierra.

Una ecobruja se inspira en el folklore, la religión y la magia popular de las culturas antiguas, como el culto a los árboles de los druidas, la artesanía de la cocina de las brujas italianas y el mantenimiento de las arboledas sagradas en el paganismo galo.

Las brujas verdes suelen practicar una forma tradicional de brujería en la que consultan a la Tierra, los árboles, las hierbas, las plantas y las flores por su valor medicinal y mágico. Por lo general, cultivan sus propias hierbas o las recolectan (cosechan alimentos y medicinas vegetales de su hábitat natural o «silvestre»). Son muy buenas preparando tinturas, pociones y remedios herbarios.

La creencia en las deidades depende de cada mujer, aunque muchas brujas verdes reconocen a una Madre Tierra o a algunos espíritus de la naturaleza como deidades. Los muertos (tanto humanos como animales) y los personajes del folklore también tienen un papel importante en las tradiciones verdes.

Ann Moura popularizó una forma de brujería verde conocida como *wicca verde* en su libro *Green Witchcraft: Folk Magic, Fairy Lore y Herb Craft* [Brujería verde: magia popular, hadas y hierbas].

Shuvihani gitanas

La tradición gitana usa hechizos simples y rituales para aprovechar el poder de la naturaleza y de los espíritus elementales que se encuentran a nuestro alrededor por todas partes.

Hay importantes evidencias que podrían demostrar que los gitanos provienen de la India y que se desplazaron hacia el oeste, migrando a través de Oriente Medio hasta Europa.

Los dones gitanos de la adivinación y el hechizo siempre han sido solicitados, y a pesar del holocausto gitano (que los gitanos llamaron *porraimos* en romaní, literalmente «destrucción»), las *shuvihani* gitanas aún conservan su magia.

La palabra romaní para *mujer sabia* es precisamente *shuvihani* y comparte gran parte de su significado con *bruja*. Una *shuvihani* conoce las ceremonias y los rituales para ocasiones como bodas y bendiciones para bebés y sabe cómo usar las hierbas y la adivinación para los hechizos.

Bruja del cerco

La magia del cerco es un camino que tiene algo de chamánico. A veces se llama a las practicantes simplemente «mujeres sabias» porque practican una espiritualidad basada en la Tierra.

En tiempos antiguos, un cerco o un seto era el límite del pueblo. En la expresión *brujería del cerco* se apela el límite que existe entre este mundo y el reino espiritual.

Las brujas del cerco son las que viajan al otro mundo. Gracias a esta habilidad pueden ser poderosas parteras y curanderas que curan a base de hierbas. También se dice que son viajeras nocturnas o caminantes en el viento. Su principal función es mediar entre los espíritus y quienes vivimos en los dominios físicos.

Algunos afirman que el arte del cerco es la continuación de las prácticas de las antiguas mujeres sabias, mientras que otros mantienen que es una tradición moderna.

De cualquier manera, a las brujas del cerco se las asocia con algún tipo de ave, generalmente un cuervo o un ganso.

Bruja por herencia

La denominación bruja por herencia se da a las brujas que han heredado sus dones mágicos a través de su estirpe.

Suelen nacer en una familia mágica y su viaje comienza muy temprano en sus vidas, ya que usan los dones transmitidos a través de las generaciones.

Estas tradiciones a menudo no se registran, excepto quizás en grimorios y libros de las sombras (puedes leer más sobre esto [aquí](#)), que se transmiten pero están extraordinariamente protegidos.

Sin embargo, por lo general una bruja heredera se basa sobre todo en las enseñanzas orales y físicas de su familia. Cada una tiene sus propias tradiciones exclusivas y la mayoría de las brujas se mantendrán conectadas en unidades familiares en lugar de celebrar aquelarres.

Bruja hoodoo

Hoodoo es el término que se usa para describir las prácticas de la medicina popular y la magia de afroamericanos y nativos americanos.

El *hoodoo* es una tradición curativa basada en la naturaleza que se recoge en un gran conjunto de prácticas y creencias folklóricas africanas mezcladas con el conocimiento botánico de los nativos americanos y el folclore europeo. No se debe confundir con el vudú (*voodoo*), que es una religión.

Sticks, Stones, Roots and Bones [Palos, piedras, raíces y huesos], escrito por Stephanie Rose Bird, no solo es el título de mi libro favorito sobre *hoodoo*. Es también la descripción de los ingredientes básicos que se emplean en un saquito mojado *hoodoo* (un talismán personal usado o transportado para traer amor, prosperidad, protección o suerte). Descubre cómo hacerte uno [aquí](#).

La brujería *hoodoo* atribuye propiedades mágicas a las hierbas, las raíces, los minerales, a partes de animales y a las posesiones personales y los fluidos corporales humanos, y usa cada uno de estos elementos en sus artes mágicas.

Bruja de cocina

La bruja de cocina es superpráctica y trabaja predominantemente con los elementos, los antiguos y la naturaleza.

Una bruja de cocina suele ser una curandera respetada en su comunidad. Una vez ha pasado la menopausia, tiende a asumir un

rol de «mujer sabia» porque sus abundantes conocimientos hacen que sea bien considerada e incluso admirada y venerada.

La bruja de cocina trabaja con plantas, piedras, flores, árboles, hadas y gnomos. Pero, sobre todo, hace su magia en la cocina. Está dotada para preparar alimentos y fabricar pociones y remedios herbarios concedidos por la Diosa. También tiene un instinto natural para proteger su tierra y su hogar

Esta bruja no necesita herramientas ceremoniales: usa el mismo cuchillo para cortar zanahorias cuando prepara sopa que cuando prepara hierbas para un hechizo o tintura. Si alguna vez tuviera que ponerle a mi abuela una etiqueta de bruja, sería esta.

Chamana o shamanka

Una shamanka es una chamana o curandera cuyas prácticas se derivan de las de los chamanes en las culturas paganas tradicionales de todo el mundo.

Aunque muchas brujas solo trabajan el arte de la brujería a través de hechizos y rituales, los misterios de la brujería son muy chamánicos. Una chamana (a veces llamada *shamanka*) combina los roles de sanadora, herborista, sacerdotisa, adivina, maga y maestra. Ella trabaja en profundidad con los espíritus y las plantas para sanar todos los niveles de su ser.

Las chamanas entran en un estado de trance u otro estado alterado de conciencia a través de los sonidos de percusión, el baile y el uso de las plantas maestras durante un ritual o ceremonia.

La brujería chamánica se centra en servir a la comunidad a través de los rituales, las hierbas medicinales, los hechizos, las curaciones, el consejo, los ritos de paso, la unión de manos (una forma de matrimonio), iniciaciones al misterio, etcétera.

Stregheria

La stregheria es la brujería originaria de Italia, donde también se conoce como la vecchia religione. Es una religión basada en la naturaleza: sus seguidores adoran a las fuerzas de la naturaleza, personificadas en dioses y diosas.

La tradición moderna de la *stregheria* que enseña Raven Grimassi en el libro *Ways of the Strega* [Los caminos de la *Strega*] proviene de una práctica mágica del siglo xiv, compartida por una sabia toscana llamada Aradia. Esto no significa que la brujería italiana comenzara en ese momento. La tradición de Aradia era un renacimiento de los antiguos estilos, e incluía los secretos de la Tierra, la Luna y las estrellas.

Sin embargo, cuando se inició la persecución de los campesinos y las brujas en Italia, la tradición se dividió. A cada grupo se le confió una sección de los misterios:

- **Los Fanarra:** los guardianes de los misterios de la Tierra custodiaban los secretos de las líneas ley y las fuerzas terrestres.
- **Los Janarra:** a los guardianes de los misterios lunares se les confiaron los misterios de la energía y los poderes de la Luna.
- **Los Tanarra:** los guardianes de los misterios estelares eran los portadores de la magia y el conocimiento de las fuerzas estelares.

Hoy las tres tradiciones comparten las artes de la herbología, la adivinación, la magia, los rituales y otros aspectos asociados con las viejas formas precristianas.

Bruja de thelema

Thelema es una palabra griega que significa «voluntad» o «intención». También es el nombre de una filosofía espiritual desarrollada en la primera mitad del siglo xx por el inglés Aleister Crowley.

Crowley era poeta, escritor, montañero, mago y miembro de la sociedad oculta conocida como la Orden Hermética de la Aurora Dorada. Acuñó el término *magick*, que definió como «la ciencia y el arte de hacer que el cambio ocurra conforme a la Voluntad». Escribió la palabra *magia* (*magic* en inglés) con una «k» al final para diferenciar la disciplina espiritual de la magia que consiste en trucos de prestidigitación y de la magia escénica.

Un ritual thelémico (es decir, «mágiko») es una serie predeterminada de acciones diseñadas para lograr un propósito concreto. Puede incluir gestos, cánticos, recitación de invocaciones, visualizaciones, meditaciones, etcétera.

El practicante suele realizar hechizos y rituales en un bosquecillo sagrado o en un lugar al aire libre, o bien en un espacio interior preparado como un templo, y puede hacerlo solo o como parte de un grupo.

También pueden usarse velas, incienso y herramientas mágicas como varitas, copas, dagas y pentáculos, según los requisitos del ritual en particular. Todos estos elementos se combinan para provocar el cambio deseado por el practicante en su propia conciencia.

Bruja tradicional

Una bruja tradicional es una bruja interesada en las viejas formas precristianas. A menudo recurre a la historia y las artes para desarrollar una base para su oficio.

Las brujas tradicionales son menos proclives a participar en la adoración de la Diosa o los dioses, y prefieren trabajar sobre todo con el mundo de los espíritus y el paisaje. A menudo también recurrirán a sus ancestros o espíritus de la tierra para que las ayuden en sus artes mágicas.

Tienden a trabajar con ciclos lunares, símbolos y ciclos planetarios, además de símbolos de runas y hierbas. Honran tanto a la tierra como a sus antepasados. Trabajan con la oscuridad y con la luz. Realizan conjuros de desterrar y repeler, y no siguen la triple ley o la *Rede Wicca* (para ser superclaros, la brujería tradicional no es *wicca*). Sin embargo, valoran cuidadosamente cualquier magia que vayan a realizar y se responsabilizan de ella, ya sea una sanación, un hechizo o un destierro.

Las brujas tradicionales creen en tres mundos:

- **El inframundo:** poblado por los que han muerto y están esperando la reencarnación o eligen no pasar el umbral (y

por los que no pueden ascender).

- **El mundo medio:** el aquí y ahora.
- **El mundo superior:** poblado por espíritus o almas que han ascendido y que ya no necesitan sus cuerpos, o que nunca estuvieron unidos a una forma física o cuerpo.

¿QUÉ HAY DE LA WICCA?

La brujería moderna, específicamente la wicca o la brujería gardneriana, debe gran parte de sus orígenes al inglés Gerald Gardner.

En 1939, Gardner contó que había sido iniciado en un aquelarre tradicional de brujería en New Forest (Reino Unido) por su gran sacerdotisa, Dorothy Clutterbuck. Desde entonces, empezó a escribir sus propias interpretaciones de la brujería pagana antigua, en especial en su libro de 1954 *Witchcraft Today* [Brujería hoy], que estableció la tradición de la *wicca*.

Doreen Valiente y la «beyonceficación» de la wicca

Durante la primera parte de su vida, Gardner viajó muchos años por Extremo Oriente y observó a los nativos y sus creencias espirituales. La tradición *wicca* refleja muchas de las enseñanzas y experiencias de las que se impregnó mientras viajaba. [«—](#)

De hecho, muchos cuestionan si realmente fue iniciado en un aquelarre o si sencillamente estaba muy influido por sus experiencias y los antiguos documentos esotéricos y ceremoniales que leía.

De todos modos, muchas personas (incluida yo) dan crédito a la gran sacerdotisa Doreen Valiente por el énfasis que la *wicca* pone en la Diosa. Para mí, Valiente fue una de las figuras más importantes de la *wicca*. Escribió mucho sobre su ritual y sus artes y tuvo un papel esencial en el levantamiento de la prohibición legal de la brujería el 29 de julio de 1951, que en ese momento llevaba más de dos siglos en vigor.

Gardner interpretó los antiguos ritos y rituales, pero Valiente era básicamente la Beyoncé de su tiempo. Fue la autora de *El encargo de la Diosa*, una invocación poética de la Diosa que se usa hoy en día en casi todas las ceremonias *wiccanas* y paganas del mundo. También completó la tradición de la brujería escrita que Gardner le mostró y le dio a la brujería moderna un marco de referencia lógico además de lírico.

Esto permitió que se transmitiera fácilmente a través de la iniciación. Y sinceramente, creo que su «beyonceficación» Doreen era fantástica.

¿Qué es exactamente la wicca?

La wicca es una religión moderna reconocida basada en antiguas tradiciones de brujería. Es una religión fundamentada en la naturaleza que adora a una «fuerza vital máxima» a partir de la cual cree que comenzaron la vida masculina y femenina, el Dios y la Diosa.

En la *wicca*, lo Divino, el Dios o la Diosa (dependiendo de con quién hables) puede tener diferentes nombres. La *wicca* contiene referencias a distintos dioses y diosas de otros sistemas teológicos y panteístas: hindúes, egipcios, budistas, griegos antiguos, sumerios e incluso cristianos. La tradición celebra festividades estacionales como los equinoccios y los solsticios en un ciclo que se conoce como la Rueda del Año.

Los *wiccanos* se rigen por dos códigos básicos:

- **La Rede Wicca:** afirma que «si no daña a nadie, haz lo que te plazca». Esto significa que un *wiccano* es libre de usar su magia siempre y cuando sea inocua.
- **La Ley Triple:** establece que cualquier bien que hagas te regresará por triplicado en esta vida. Del mismo modo, cualquier daño que hagas también te volverá multiplicado por tres.

Obviamente, la *wicca* y el resto de las tradiciones son MUCHO más que lo que he compartido aquí. Sin embargo, lo que debería quedar absolutamente claro es lo similares que son entre sí.

Independientemente de la tradición concreta, casi toda la brujería es la magia tradicional popular, curación o medicina de los pueblos indígenas. Y una bruja es la persona sabia, sanadora o curandera que la comparte. Las tradiciones más nuevas, como las creadas por Crowley, Gardner y Alexander, tienen un enfoque mucho más estructurado. Y aun así, en el núcleo de todas ellas están la naturaleza y los elementos.

La práctica de cada bruja es profundamente personal: una combinación de creencias que ha aprendido durante su propio viaje. Algunas brujas se identificarán con una religión como la *wicca* y otras no. Algunas preferirán la estructura de una tradición como la brujería gardneriana, mientras que otras preferirán trabajar solas y crear su propia práctica.

Después de todo esto, ¿qué es exactamente una bruja?

No hay una respuesta única para todos, y doy gracias a la Diosa de que así sea.

Toda mujer es una bruja, y no importa si ella lo sabe o no.

¿Por qué? Porque ella es cíclica, y por tanto poderosa, y puede abrazar la naturaleza para curarse a sí misma y a su comunidad.

En otras palabras, ella ES magia.

Pero también sé que comprar un minicaldero en eBay y cantar un hechizo no te convierte en una bruja. Tampoco coleccionar títulos o grados o completar iniciaciones.

Ser una bruja no tiene que ver con lo que haces. No son los hechizos, los rituales y las ceremonias lo que te convierte en bruja: es la postura que adoptas en la vida.

Es quien eres en tu fuente.

No le doy a mi brujería ningún nombre en particular porque es una mezcla de todo lo que soy culturalmente y de todo lo que he aprendido, amado e implementado de las brujas, las mujeres sabias y las sanadoras que he conocido durante mi camino.

Siempre he leído libros de brujas. Algunos me han encantado, con otros me he reído y otros me han asustado mucho y de verdad.

¿Que cuál es la postura que yo adopto?

No hago juicios.

Pruebo la mayoría de las cosas.

Me pregunto: «¿Me parece esto correcto?». Lo reviso con mi corazón, mi intestino y mi útero, y dejo que mi intuición me guíe.

No confíes en todos los libros. Ni siquiera confíes en este libro, ni tampoco en mí. Confía en ti misma.



Soy una bruja
que trabaja con raíces
y desde sus raíces.

[#WAKETHEWITCHES](#)

SOY UNA BRUJA

Soy una bruja, y con eso quiero decir que soy alguien que cree que la Tierra es sagrada y que las mujeres y los cuerpos de las mujeres son una expresión de ese ser sagrado.

Starhawk

Soy una bruja que aúlla y lanza hechizos bajo grandes lunas llenas.

Soy una bruja que celebra los *sabbats* y baila la danza en espiral.

Soy una bruja que ha estudiado los caminos de las sabias brujas que fueron antes: Sybil Leek, Marie Laveau, Doreen Valiente, Starhawk (os doy las gracias y os quiero).

Soy una bruja que confía en la sabiduría de su alma fiera y femenina.

Soy una bruja que se sentaba en el regazo de su abuela mientras ella recolectaba hierbas y susurraba encantamientos sobre tinturas recién preparadas.

Soy una bruja que trabaja con raíces y desde sus raíces.

Soy una bruja que puede invocar el poder de la Tierra y llamar al poder de la Luna.

Soy una bruja que trabaja con la Madre Naturaleza y sus ciclos para crear y manifestar la vida, los sueños y los deseos en el ser.

Soy una bruja a la que han quemado con deshonra, que arde con pasión y quien, en otro momento y en otro lugar, habría sido quemada en la hoguera.

¿Qué bruja eres tú?

Recorre tu camino

La brujería de hoy está construyéndose sobre la idea de que el mundo occidental ha perdido, enterrado, suprimido y corrompido las viejas tradiciones de las mujeres que estuvieron antes que nosotras. Mujeres como tú y como yo están despertando, recordando e

intentando redescubrir esas tradiciones para que vuelvan a importar en el mundo en el que vivimos.

Pero ¿cómo escuchar lo que nos dice la Tierra, la Diosa, la fuente, ELLA, en un mundo donde, como mujeres, se nos ha hecho sentir separadas de nosotras mismas, y unas de otras?

Esto es lo que yo hago...

Aquíetate en contacto con la naturaleza

Honra y atesora el poder de la quietud. No tienes que etiquetarlo como meditación o *mindfulness*: solo aléjate físicamente y permite que tu mente y tu sistema nervioso estén en calma. Suelta la charla y el hacer constante de la vida y comienza a entender quién eres, quién eres en realidad.

Si puedes estar en calma en la naturaleza, incluso mejor.

En la quietud oirás los susurros: los susurros de la fuente, de ELLA, de la naturaleza, de los árboles y de las flores.

En el mundo natural es más fácil recordar quién eres.

Si indagas sobre tus antepasados, verás que vivieron en armonía con los ciclos de la naturaleza. El problema es que nos hemos separado de ella. Y ahora, el linaje genético que vive dentro de ti está pidiéndote que vuelvas a conectarte. Te urge a que apoyes tu espalda contra un árbol, coloques las palmas sobre el tronco y permanezcas inmóvil.

Sigue tus impulsos.

Di la verdad

Tu alma ama la verdad, así que empieza a dedicar tiempo a descubrir cuál es la tuya. (¡Y que sepas que esto solo puedes hacerlo con tranquilidad!).

Es difícil saber lo que sientes en realidad si siempre estás corriendo y «haciendo». A veces piensas que deberías estar divirtiéndote, o deberías estar triste, o deberías, deberías, deberías...

¡Olvídate de los «deberías»! ¿Cuál es tu verdad?

Escucha a tu cuerpo.

Tu cuerpo te dirá la verdad sobre ti. Si empiezas a hablar con alguien y te da dolor de cabeza, podría ser deshidratación o tal vez que tu cuerpo te esté diciendo que esta persona no está bien o que la conversación es un fastidio y que estás incómoda.

Así es como empezarás a confiar en ti misma y en tu intuición, diciéndote la verdad. Sintoniza contigo misma en todo momento.

Toma un cristal o un artículo de joyería o de vestir. Tu energía ¿sube o baja? Comienza a practicar esto con las personas, los lugares y los objetos. Sintonízate con cada uno de ellos y luego dite la verdad.

Cuanto más te mientas a ti misma, más difícil te resultará encontrar tu poder como bruja.

No te mientas a ti misma.

Ve más allá del miedo

Esto es difícil, sobre todo cuando estás sintiéndolo.

Pero empieza por nombrarlo, porque un miedo nombrado es un miedo domesticado.

Luego cambia ese miedo.

Mi mayor temor siempre ha sido: «Me da miedo que si cuento mi verdad, me rechacen».

Decir eso en voz alta me transformó. Pero nombrarlo y luego darle la vuelta..., eso lo cambió todo.

Cuando le di la vuelta a mi miedo, se convirtió en: «Temen que los rechace».

Y sinceramente, en la mayoría de las situaciones sociales, eso es EXACTAMENTE lo que sucede.

Utilizo esta técnica antes de cada charla que doy en público. La uso antes de entrar en nuevas situaciones sociales en las que temo que también me van a juzgar y a rechazar.

Que sepas que puedes darle la vuelta.

Otro truco es preguntarme: «¿Qué es lo peor que puede pasar?». Atrévete a imaginarlo.

Me refiero a la peor de las situaciones que puedan darse.

Muchos trabajadores de la luz no se atreven a hacer este trabajo porque creen que para atraer más positividad solo debemos tener pensamientos positivos.

Esta bruja no está de acuerdo con eso.

Si te has imaginado el peor de los casos, ya has afrontado lo peor que puede pasar. Lo has visto y lo has sentido, lo que significa que puedes sobrevivir a ello y seguir con tu vida.

Las palabras tienen poder.

Cuando llamamos a una deidad por su nombre para invocarla, es esa deidad quien responde, no otra.

Nombrar algo da poder sobre lo que se nombra.

Cuando nombramos nuestros miedos, podemos comenzar a mirarlos y a superarlos.

Sé amable (pero no malgastes energía)

Sé amable contigo misma y con los demás. Si gastas una energía valiosa en juzgarte a ti misma y en forzarte a pasar tiempo con personas que te desagradan y te hacen sentir mal, te despojarás de tu poder.

Y recuerda, una bruja, ante todo, es una mujer en posesión de su poder.

Las personas verdaderamente poderosas del mundo son amables, pero no se sacrifican. Ven lo que es bello y maravilloso, tanto en sí mismas como en los demás.

No puedes apoyar a los demás si no te apoyas a ti misma.

Importante

Ser amable no significa convertirte en una presa fácil. Puedes ser amable y tener muy claro lo que para ti es aceptable y lo que no lo es. Te recomiendo practicarlo.

Yo lo hago. A diario.

Sé poderosa y amable.

Observa lo que te rodea

Cada cultura tiene su propio folklore, su magia y sus prácticas místicas. Si no estás segura de cuáles corresponden a tu cultura, habla con tu familia, rastrea tu herencia familiar y haz preguntas a tus tías y a tus abuelas.

Si ya no están vivas, pregúntales mientras sueñas. Antes de irte a la cama, escribe una pregunta en tu diario pidiéndoles específicamente que te la respondan o dila en voz alta y nombra al miembro de la familia que te gustaría que te respondiera.

¡Eso es lo que yo hago siempre!

Independientemente de cómo lo hagas, familiarízate con TUS tradiciones ancestrales y culturales. Siempre sugiero comenzar «en casa» antes de sumergirte de cabeza en las prácticas de otra tradición, sin importar lo tentador y emocionante que te pueda parecer el chamanismo, la *stregheria* o el *asatru*.

Importante

No estoy diciendo que si descubres que estás vinculada a una determinada tradición, deidad o camino espiritual, no tengas que seguirla.

A veces simplemente no conectamos con el conocimiento de la tierra en la que vivimos. Aunque vivo en el Reino Unido, soy de tradición nómada, lo que significa que muy pocas de las tradiciones de brujería celta/británica resuenan en mí. En cambio, siento una fuerte llamada de las antiguas diosas maltesas y de Kali Ma, María Magdalena y las abuelas mayas y su magia medicinal femenina.

Si sientes la llamada de un lugar o tradición en particular, o de una determinada diosa, podría ser porque viviste esa tradición en otra vida. Si una joya con el ojo de Horus te atrae, podría ser una señal de que debes seguir la cultura egipcia y sus deidades.

Mi consejo es que seas superrespetuosa, que aprendas, hagas preguntas y honres profundamente a los nativos de cualquier tradición o práctica que explores.

Sé respetuosa y sigue el camino.

Experimenta

Pasa tiempo bajo la luna, toca y lleva cristales para conocer sus propiedades. Habla con flores, haz runas, recoge conchas marinas, camina descalza sobre la tierra y compra una baraja de tarot.

La brujería nos devuelve el contacto con las partes más naturales, emocionantes y auténticas de nuestra alma. Así que encuentra lo que te haga sentir bien y luego síguelo.

Si pruebas algo y no te hace sentir bien, prueba otra cosa. Lo que sirve para una persona puede no funcionar en otra. Cámbialo: no hay una forma correcta o incorrecta de hacer NADA de esto.

Sigue tu propio camino.

Expande tu conciencia

Ve a la naturaleza y siéntete de verdad como se siente un árbol. Nota cómo sus raíces crecen profundamente en el suelo y sus ramas se elevan hacia el cielo. Mientras lo haces, entra en lo que es ser el árbol.

Haz esto también con un pájaro. Y con el océano. Y con una nube de lluvia.

Soy plenamente consciente de lo disparatado que esto puede sonar si la comunicación con la naturaleza es nueva para ti, pero inténtalo igualmente.

Te invito a que lo hagas.

Siente cómo es dejar de estar separada.

Recuerda que eres un reflejo de la Madre Naturaleza. Tú,

ELLA y yo somos una fuerza, una fuente de energía: no estamos separadas.

Descubre que sabes

Debes saber que todo lo que necesitas ya está dentro de ti.

Cuando eres una bruja de verdad, no necesitas acudir a los demás para conseguir tus respuestas. Ni siquiera necesitas este libro.

Esto es solo una guía, un recordatorio de lo que ya sabes. Las palabras, los rituales y las ceremonias que comparto son solo pautas para ayudarte a redescubrir tu poder.

Pero eso ya lo sabías, ¿verdad? (Guiño).

[1](#) Las líneas ley, también conocidas sendas del dragón o líneas de energía, son campos magnéticos terrestres que se localizan en la mayoría de los emplazamientos sagrados del planeta.

[2](#) En castellano en el original.



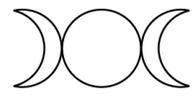
No eres una bruja
por lo que haces,
sino por lo que eres.

[#WAKETHEWITCHES](#)

Capítulo 3

MI HISTORIA

*Gitanos, Sara la Kali
y la nueva iniciación*



¿Mi historia?

La primera vez que me llamé a mí misma «bruja» fue el momento más mágico de mi vida.

Margot Adler

Decir que soy gitana no es muy exacto.

Sí, soy de origen gitano, pero nunca he vivido en una caravana ni he viajado con mi casa auestas. Pero mi abuela sí lo hizo: viajó desde Irlanda para establecerse en la costa sur del Reino Unido, donde yo nací.

Como a la mayoría de la gente, me encanta la imagen romántica de los gitanos que viajan en carros pintados de alegres colores, que llevan pendientes de aro y que leen el tarot.

Pero la realidad, bueno, es un poco diferente.

Ser descendiente de gitanos significaba escuchar que muchas veces me llamaran «vagabunda».

Significaba que no encajaba, y eso me hacía sentir muy mal todos los días, en todas partes, desde el patio del colegio hasta los círculos sociales.

En la tradición gitana, las chicas ya no van al colegio después de los trece años, pero yo estaba obsesionada con la lectura. De hecho, mi forma de rebelarme fue convertirme en un auténtico bicho raro e ir a la universidad.

En aquel entonces, mi abuela era una combinación de bruja de cocina y de la *shuvihani* que describí antes. La gente iba a su casa a pedirle remedios y tinturas. También le pedían consejo, y ella les leía los posos del té.

Básicamente, era el oráculo de nuestro barrio y todos la respetaban y la reverenciaban.

Los gitanos son famosos por sus poderes psíquicos y su don para maldecir o traer buena suerte a quienes se cruzan en su camino. Algunos dicen que estos poderes son innatos, que se transmiten a través de la línea de sangre de innumerables generaciones de

videntes y sanadores. Y aunque no tengo ninguna duda de ello, estos poderes también pueden desarrollarse de forma natural.

Cuando era muy joven, mi madre me enseñó a observar el cielo nocturno, el funcionamiento de nuestro planeta y la naturaleza de la Madre Tierra. Me enseñó a mirar el mundo a través de los ojos de una chamana (sin embargo, ella NO lo llamó así en absoluto).

Observábamos las formaciones de nubes durante el día y nombrábamos las constelaciones de estrellas por la noche. Yo no lo sabía en ese momento, pero me estaba enseñando las bases de la brujería.

Mi abuela también me enseñó que todo era una «señal» portadora de mensajes y advertencias. ¿Mi favorito? Una sola urraca es mala suerte. ¿Y dos urracas? Bueno, eso significa felicidad. (Mientras escribo esto, acabo de mirar por la ventana y dos urracas están posadas en la farola. En serio).

Sé que la naturaleza cíclica de mi cuerpo es un reflejo directo de la Madre Naturaleza y sus estaciones de muerte y renacimiento porque las presencio y las experimento en mi propia persona.

Sé que las maldiciones y las bendiciones funcionan y son reales, porque he visto lanzarlas y recibirlas.

Sé que la clarividencia y la adivinación funcionan porque he visto que mis propias visiones se hacen realidad. Una y otra vez.

Veo, siento y escucho la presencia del espíritu.

Todo esto es parte de mi vida diaria.

Pero, como mi madre, después de un tiempo le di la espalda al camino –a mi herencia– junto con la magia y la adivinación que lo acompañaban.

¿Por qué?

Bueno, me convertí en adolescente y quería caer bien. Estaba cansada de ser la vagabunda. Quería escuchar música pop y besar a chicos.

Mi madre se sintió aliviada de que ya no estuviera obsesionada con aprender todo lo que sabía mi abuela. Me matriculó en una

nueva escuela y me animó a olvidarme de nuestra tradición y a estudiar.

Luego, en su búsqueda de una total normalidad, nos dejó a mi padre y a mí para casarse con alguien que podía darle el estilo de vida de clase media que ella deseaba.

Durante mis años de adolescencia apenas la vi, pero tanto ella como mi padre me apoyaron en mis estudios. Me convertí en periodista, entrevisté a grupos musicales para revistas para adolescentes y trabajé en un programa de televisión que se emitía los sábados por la mañana.

Me encantaba hacerlo, era buena en mi profesión, trabajaba a todas horas y llevaba un estilo de vida acelerado y divertido.

Excepto en un aspecto: no estaba conectada a mi cuerpo. No estaba conectada a la naturaleza. No estaba conectada a nada, para ser sincera.

Bebía alcohol, apenas dormía, me daba atracones de comida a escondidas y odiaba el cuerpo en el que vivía. Constantemente luchaba para alcanzar el siguiente objetivo y para lograr eso que haría que me quisieran o me alabaran.

Al darle la espalda a mi linaje, volví a darle la espalda a mi magia y a mis poderes propios de mujer, concedidos por la Diosa.

Y la Diosa, la divinidad femenina a quien ahora llamo ELLA, envió un aviso de ayuda en forma de endometriosis y de síndrome de ovario poliquístico.

ELLA creó el dolor y la enfermedad en el espacio de mi útero, y fue tan doloroso que tuve que reconsiderarlo TODO.

Tuve que dejar mi trabajo porque sentía mucho dolor y sangraba la mayoría de los días del mes.

Era todo un jodido inconveniente. Completamente intencionado.

Lo que sé ahora es que el dolor me llegó para decirme que volviera a casa. A una casa para mí, para mi cuerpo, para mi magia y para mis raíces.

Literal y figuradamente.

Puedes leer sobre eso con mucho más detalle en mi libro *Love Your Lady Landscape*, pero te diré que finalmente comencé un viaje de reconexión, recuerdo y reverencia por ELLA.

Para ELLA.

Fue un reclamo de mi útero, mis raíces, mi poder y mi magia.

Exactamente en el mismo momento en que mi abuela abandonó su cuerpo.

El camino de la bruja significa que las coincidencias no existen.

Después de eso, mi abuela, que había fallecido algunos años antes, a menudo se me aparecía en sueños. Me mostró imágenes de las hierbas y las infusiones que solíamos preparar juntas. Me dio listas de ingredientes para preparar una infusión que aliviaría mi dolor menstrual, tinturas para reducir la inflamación y bálsamos para aliviar los calambres.

Los mensajes que recibía en sueños me llevaron no solo a explorar mis propias raíces gitanas, también me despertaron la curiosidad por lo que realmente significaba para mí ser una bruja.

Mi abuela y mi madre dejaron cuadernos (algunas brujas los llaman grimorios) con recetas, sueños y hechizos, y aún estoy descifrando muchos de ellos.

Me fascinaron las brujas locales y los aquelarres de la costa sur del Reino Unido. Recomiendo leer todos los libros de Sybil Leek y Doreen Valiente, dos brujas superinfluyentes de esa zona. También tuve la suerte de aprender y practicar magia con hermanas que trabajan con la medicina maya y la *stregheria* italiana.

Pero siempre vuelvo a mis raíces porque la tradición gitana utiliza hechizos y rituales sencillos con los que aprovecha el poder de la naturaleza y de los espíritus elementales que nos rodean.

Los gitanos no creen que necesites un intermediario entre tú y Dios/la Diosa/el Espíritu/todo lo que es.

Tampoco yo lo creo.

Prefiero hacerlo todo lo más fácil que puedo. Así es como creo que debe ser la magia.



Recuerda
tu magia.
Recuerda
que eres mágica.

[#WAKETHEWITCHES](#)

DESCUBRE A SARA LA KALI

Sara la Kali es la santa patrona de los gitanos.

Mi abuela tenía una foto suya enmarcada en el pasillo. Y ella también es mi patrona, porque cuando susurro, grito, lloro o sudo, mis oraciones suelen ser para ella.

Algunos creen que Sara la Kali (Sara la Negra) era la hija de Jesús y María Magdalena.

Otros creen que era la sierva de las Marías (María Magdalena, María Salomé y María de Cleofás), que llegó con ellas a las costas del sur de Francia desde Palestina después de la resurrección de Cristo. Pero no se la menciona ni en los Evangelios ni en las primeras descripciones de la peregrinación.

Otra versión es que era una mujer gitana que fue educada en la sabiduría esotérica de su pueblo, que vivía en la Camarga cuando le dio la bienvenida a María.

No hay reliquias de Sara la Kali.

Ni siquiera es una santa oficial de la Iglesia católica, pero su imagen se encuentra en la iglesia local de Saintes-Maries-de-la-Mer y los gitanos la adoran. Cada 25 de mayo los gitanos viajan desde todas partes del mundo para rendirle homenaje en su fiesta.

La imagen se mantiene bajo tierra, en la cripta de la iglesia. Es una figura de piel oscura parecida a una muñeca, con varias túnicas de colores hechas por mujeres gitanas, que le ofrendan todos los años.

Durante su festival, quienes piden su curación y sus bendiciones le tocan las faldas. Le ponen pañuelos alrededor del cuello, ofrecen flores, encienden velas y dan gracias por los milagros y las oraciones atendidas en años anteriores. Le rinden homenaje en la oración gitana, de la que hay una copia enmarcada a sus pies.

Ella es el punto de conexión entre María Magdalena y la Virgen Negra.

Incluso la corona que lleva sobre su cabeza tiene una clave simbólica. En ella hay trece perlas, recordando el ciclo lunar, y la

perla es tanto la joya sagrada de Afrodita como la de María.

La corona brilla a la luz de cientos de velas encendidas en su honor que emiten una increíble cantidad de calor.

Hombres y mujeres forman una fila reverencial para estar unos momentos con ella. Tocaban sus túnicas, la besaban, dejaban fotos de sus seres queridos fallecidos y añadían notas y adornos a su ropa.

El encuentro con ella es intenso y emocional.

Ancianos que montan en caballos blancos toman su imagen cerca de la iglesia y la llevan en procesión hasta el mar a través de calles estrechas sembradas de rosas. Los gitanos llevan su vestimenta tradicional. Sumergen la imagen en el océano y hunden en el mar todos los problemas que los peticionarios llevaron.

Todos entran en el agua, donde también pueden despojarse de sus problemas. Lavarse en el mar después de este ritual es un acto de purificación.

En realidad esta forma de adoración no es muy distinta a la que los hindúes siguen para adorar a sus dioses y diosas en la India: los sumergen en el río Ganges después de realizar rituales de *puja* en los principales días santos. En Saintes-Maries-de-la-Mer, rescatan la figura del agua y la vuelven a colocar en el sótano.

Algunos dicen que Sara la Kali es una variación de Kali, la diosa hindú de la muerte. Mi buena amiga.

Kali significa «negro» tanto en sánscrito como en romaní, el idioma que todavía hablan muchos gitanos europeos.

Me gusta pensar que Kali estaba escondida dentro de otra historia para no molestar a la Iglesia católica. La historia de lo femenino sagrado y de lo Divino es la historia de Sara.

Los gitanos no podían decirle al clero: «Por cierto, ¡vamos a guardar a nuestra diosa de la muerte y la destrucción en vuestro sótano!, ¿vale?». Es en la oscuridad donde las raíces crecen más profundas. Y la divinidad femenina ha seguido creciendo con fuerza en ese sótano.

La historia que me contaron es que Sara la Kali provenía de un linaje noble. Algunos incluso dicen que ella ES el Santo Grial, pero

eso... Bueno, eso es otro libro y otra historia. Ella conocía y enseñaba los secretos, ritos y misterios del templo de Isis, como los que enseña María Magdalena.

Yo creo que es la hija de María Magdalena y de Jesús y una de las muchas manifestaciones de lo que llamamos la Diosa Madre, la diosa de la creación. Si las primeras Madres Oscuras se llamaban Kali, Cybele, Isis o de cualquier otro modo, no supone una gran diferencia.

Para nosotros, Sara la Kali es la madre de los gitanos.

Mi esposo (el Vikingo) y yo recibimos un regalo el 25 de mayo en homenaje a ella: nos rociaron con agua de mar de Saintes-Maries-de-la-Mer.

Sara la Kali es conocida por sus poderes sanadores. También ofrece orientación en los negocios y puede ayudar a limpiar tu pasado (malos hábitos, chicos malos, mala suerte, ese tipo de cosas). Si sientes que te están bloqueando, tienes enemigos o alguien quiere dañarte, recurre a ella.

También puedes recurrir a ella para tener buena suerte y favorecer la fertilidad, la curación y el éxito en tus asuntos de negocios.

En definitiva, es fantástica.

☆ **Cómo rendir homenaje a Sara la Kali** ☆

Lo que necesitarás

- Una vela roja
- Aceite esencial (absoluto) de rosa

Qué hacer

Puedes rendirle homenaje o hacerle una petición a Sara la Kali untando una vela roja con aceite de rosa y encendiéndola. Luego, durante tres noches, cuando la luna esté llena, repite la siguiente petición tres veces:

Sara, patrona de los nómadas y los gitanos de todo el mundo, me encantaría encontrarte aquí.

Para contarte todo lo que tengo en mi corazón. A ti te confío mis penas y mis alegrías.

Sara, por favor, ven a mí ahora.

Luego, escribe, dile en voz alta o susúrrale tus oraciones a Sara la Kali. Pídele ayuda.

Para que lo sepas, ella también ayuda a los que han perdido el rumbo. Que es lo que nos ocurre a casi todos nosotros en un momento u otro, ¿verdad?



LA NUEVA INICIACIÓN

Dije antes que no creo que necesites ser iniciada para convertirte en una bruja, pero en el 2008, después de darle la espalda a mi linaje y de explorar nuevos caminos dirigidos por brujas, lo que más deseaba era volver a ser iniciada en el camino de la bruja. [«-](#)

Quería recuperar lo que era mío: mi poder y mi autoridad como mujer. Pero, en lugar de recurrir a un aquelarre con una gran sacerdotisa para iniciarme y validarme, me inicié yo sola.

Recurrí a exactamente lo mismo que los perseguidores de brujas habían usado en tiempos pasados para torturarlas y matarlas.

Me sumergí desnuda en una fuente sagrada.

No me fui a cualquier fuente, sino a White Spring, en Glastonbury.

La fuente de White Spring se encuentra en el útero de Glastonbury Tor: una hermosa colina presidida por la torre de San Miguel, con vistas a lo que muchos creen que es Avalon.

Pasé los tres años anteriores a mi iniciación yendo y viniendo de Glastonbury. Es un pequeño pueblo de mercado inglés, conocido en todo el mundo como un lugar de peregrinación de buscadores espirituales y por estar inmerso en el misticismo y el folklore.

Tenía amigos que vivían allí y me invitaron a visitarlos para descansar y sanarme de mi útero y mi corazón rotos. (John y Cheryl, siempre os estaré agradecida por el refugio que me ofrecisteis esos años).

En la calle principal de Glastonbury hay muchas tiendas de brujería, esoterismo y *new age*. Pero no es allí donde encontrarás la magia.

La magia está en su paisaje.

Y para mí, White Spring es su centro mágico.

La gente se reunía en el centro de Glastonbury los *sabbats* y al final de las estaciones para cantar, tocar instrumentos de percusión y recitar sus cánticos. Los cuidadores del pozo de aquella época, Max y Lisa, son los mejores bardos y contadores de historias que

conozco. Narraban sus relatos, recitaban poemas y cantaban canciones a los dioses y diosas de las estaciones y la Tierra.

Así que en una mañana de julio, decidí iniciarme mediante inmersión. Y lo hice desafiando a todos los perseguidores que habían sumergido a las acusadas de brujería. (Si te ahogabas, sabían que no eras una bruja. Pero... para entonces ya estabas muerta).

The White Spring, que es esencialmente un refugio oscuro, iluminado por velas, similar a una cueva o un balneario, tiene mucha magia y me trae multitud de recuerdos. En su esquina noroeste hay una zambullida de dos metros (ahora sé lo profunda que es), pero entonces no lo sabía. El pozo es redondo y tiene una pared de piedra, como una cornisa que lo rodea. Y lo preside una bella *madonna* negra.

Mi amigo John, uno de los guardianes locales del pozo (que ayudan a los cuidadores para que siempre esté atendido) me permitió el acceso exclusivo. Juntos encendimos velas y él cerró la puerta, dejándome sola en el vientre del Tor.

Me quité la ropa, excepto un collar de obsidiana que me había parecido perfecto para mi iniciación y que compré ese mismo día. Era un talismán alrededor de mi cuello, una señal para imbuirme de la magia de lo que estaba viviendo.

Subí dubitativa a la cornisa del pozo y desde allí miré a los ojos de la negra *madonna*, que para mí representa a la Madre Oscura. Le susurré una oración: el himno de la Madre Divina que China Galland publicó en su libro *Longing for Darkness* [Nostalgia de la oscuridad]:

Por desgracia no conozco ni la palabra mística ni el diagrama místico, ni la canción para alabarte, ni cómo recibirte, ni cómo meditar en ti. Ni cómo explicarte mi angustia.

Pero hay una cosa que sí sé, madre, que refugiarme en ti es destruir todas las miserias.

(NO es una coincidencia que volviera a leer este libro el día que mi madre abandonó su cuerpo. Y cuando me desperté, sollozando en mitad de la noche después de su muerte, recogí el libro en busca de consuelo y se abrió en la página de esta oración).

Me senté en el borde del pozo.

Sentí mis propios límites.

Estaba en una cueva oscura, frente a la Madre Oscura, a punto de sumergirme en la oscuridad.

La oscuridad donde el patriarcado había puesto mi poder y el poder de todas las mujeres de mi familia que habían vivido antes que yo.

«No le tengo miedo a la oscuridad», me dije en voz alta. Le dije a ella. Le dije a ELLA.

Estaba lista para reclamar que ese poder me fuera restituido.

Me deslicé dejando atrás el borde, sin saber qué profundidad tenía el pozo, y me sumergí. Por completo.

La memoria de mis células se liberó tan pronto como estuve bajo el agua.

Oí gritos y gemidos. Recordé momentos en los que mi lengua había sido separada de mi boca por decir mi verdad. Y cuando volví a salir, porque YO SOY una bruja después de todo, miré a la Virgen Negra y ella susurró: «No es peligroso ser poderosa».

Ser poderosa ES seguro para mí.

Es seguro para mí contar con mi poder.

Ser poderosa ES seguro para ti.

Es seguro para TI contar con tu poder.

Desde entonces, me he iniciado en el camino de la bruja una y otra vez.

Algunas de las iniciaciones que he elegido son caminar sobre fuego o trabajar con chamanes y maestros de plantas, así como con *kambo*, el veneno de la rana. [1](#)

He sido iniciada por abuelas mayas en los caminos de la sabiduría de la matriz. Celebré mi menarquía en el ritual y la ceremonia a la edad de treinta y dos años, y me dieron acceso a los

templos de Mnajdra y Hagar Qim, en Malta, para recuperar mi poder.

Viví también otras iniciaciones, como la muerte de mis padres en el espacio de un mes. De hecho, toda mi familia murió en un periodo de dieciocho meses: mamá, papá, dos tíos, tres tías y un primo que tenía la misma edad que yo.

Tuve que negociar con el mundo desde ESE lugar: la pérdida, el dolor y adentrarme en las profundidades de la oscuridad perpetua, pensando que nunca regresaría. Más importante aún, no quería volver, después de sentir cómo me arrojaron a las llamas, me sumergieron bajo el agua y me enterraron viva, todo al mismo tiempo.

Pero ¿sabes qué?

No me quemé. No me ahogué. No me asfixié.

Sin embargo, morí.

Morí a ser quien ya no era y no volvería a ser. Pero con CADA iniciación, también renací un poco más poderosa que la vez anterior.

¹ También conocido como «vacuna de la selva». Se trata de la secreción de una rana arborícola que vive en la selva amazónica. Según la tradición, limpia y purifica el cuerpo, y nivela y alinea los chakras, trabajando en tres campos: físico, mental/emocional y espiritual.



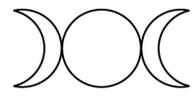
Ser poderosa
no es peligroso.

[#WAKETHEWITCHES](#)

Capítulo 4

LA HISTORIA DE ELLA

*La Gran Madre, el patriarcado
y la caza de brujas*



La historia de ella

- ¿Por qué necesitamos recordar que somos poderosas?
- ¿Por qué lo hemos olvidado?
- ¿Por qué recordamos y volvemos a olvidarlo?
- ¿Por qué debemos despertar y reivindicar a la bruja ahora más que nunca?

Patriarcado.

NOTA: cuando hablo de patriarcado, no estoy criticando al hombre. Tampoco estoy criticando al cristianismo. Cuando leas lo que voy a decirte, te darás cuenta de que TODOS hemos sido manipulados por el patriarcado: hombres y mujeres.

Lo que comparto es mi respuesta personal a las medias verdades y las mentiras absolutas que nos han contado sobre las mujeres, las brujas y las cazas de brujas.

No podemos intelectualizar esto. Es algo que hay que sentir.

Completamente.

En tu cuerpo.

Ya ves, el simple acto de mirar, estudiar y explorar lo que sucedió en la historia (la historia de él) lo cambia.

Los hechos pueden haberse escrito en ese momento, pero ¿cuáles eran las intenciones ocultas del hombre que los escribió?

Recuerda: a las mujeres no se les permitió escribir hasta el siglo XIX. En ese momento, el nacimiento del sufragismo significó que las mujeres comenzaron a exigir un lugar en el mundo junto a los hombres. Exigieron contribuir al discurso cultural, hacer escuchar sus opiniones y contar sus propias historias. Hicieron muy bien.

Y ¿antes de eso? Bueno, la historia de él la escribió, y aún la escribe en muchos casos, el vencedor. Y ¿quién fue el vencedor en la caza de brujas?

Ciertamente, no fueron las mujeres.

Así que incluso la historia que nos han contado sobre la caza de brujas la escribieron los hombres. Hombres cuyas intenciones eran mantener la supremacía de la Iglesia y suprimir y reprimir la conexión, la comunidad y la sabiduría compartida.

Cuando cada una de nosotras mira en algún momento la historia de ellos, cuando investigamos y luego compartimos nuestra versión de esa historia, creamos una nueva versión, que cambia según nuestros pensamientos, sentimientos y creencias.

Incluso ahora, con tantas de nosotras dándonos cuenta de la forma en que los medios nos interpretan y manipulan constantemente, sigue siendo muy difícil llegar a la verdad sobre las cosas.

Los canales de televisión tienen patrocinadores y propietarios que quieren que los hechos se cuenten a su manera. Los países y los gobiernos quieren (y necesitan) que creamos y nos comportemos de cierta manera. Cada historia que se cuenta tiene un giro o color puesto por aquellos que la comparten.

Yo incluida.

Voy a ser totalmente directa y sincera contigo en este momento. Mi intención al escribir este libro y contarlo todo es simple: quiero que las mujeres recuperemos lo que es nuestro por derecho.

TODO ELLO.

Te invito a sentir la verdad detrás de las acciones que escuchas o lees. Ten curiosidad: ¿qué fue lo que las motivó?

El reto es cuestionarlo TODO, en especial para las mujeres cuya historia ha sido censurada, silenciada, reprimida y quemada en los últimos tres mil años.

Escucha los ecos de la verdad que se han transmitido a través de las generaciones de trauma ancestral y karma que llevas en todas y cada una de tus células.

Encuentra la verdad que resuena dentro de TI.

¿CUÁL ES LA HISTORIA?

Durante siglos, hemos vivido en una sociedad que no respeta ni ama a las mujeres. Pero no siempre fue así.

El término *bruja* se usó en otros tiempos para denominar a una mujer sabia o sanadora. Era la mujer que había completado sus años de sangrado, en los que había acumulado sabiduría con cada uno de los ciclos menstruales. Y después de esos años, llegaba a su lugar de poder, desde donde enseñaba el conocimiento ancestral.

En otro tiempo la palabra *bruja* designaba a las mujeres que se negaban a conformarse o inclinarse ante las expectativas patriarcales. Las brujas eran valientes y extraordinarias.

A pesar de tener esas cualidades aparentemente fortalecedoras, la definición actual de anciana y de bruja ha cambiado y representa lo indeseable.

¿Por qué lo indeseable? Porque la independencia, la determinación y la excepcionalidad no son cualidades que los hombres hayan encontrado históricamente atractivas en las mujeres.

Y eso es precisamente lo que define a una sociedad patriarcal: una sociedad en la que los hombres hacen las reglas y las mujeres son simplemente participantes «pasivas» y «sin pretensiones».

Pero, como dije antes, no siempre fue así.

LA GRAN MADRE

Antes de la historia de él, estaba la historia de ella.

Un tiempo en el que el misterio era que el vientre de una mujer se hinchara de forma misteriosa y que nueve lunas más tarde saliera un bebé de entre sus piernas. Ese fue uno de los actos de magia más impresionantes jamás presenciados.

El hecho de que ella también pudiera producir alimentos (leche que manaba de sus pechos y mantenía la vida) hizo evidente que era un reflejo directo de la capacidad para criar y proveer de la Madre Naturaleza.

Una de las obras más antiguas de arte prehistórico, la Venus de Willendorf, es una estatuilla de arcilla que representa a una mujer fértil. Su estómago es exuberante, sus nalgas generosas y tiene unos enormes pechos colgantes.

Es una representación de la diosa de la fertilidad venerada en aquellos tiempos. Y se ha convertido en la Diosa multifacética que muchas brujas aman y adoran hoy. La misma Diosa a la que llamo ELLA.

Malta es un pequeño grupo de islas en el mar Mediterráneo que fue el epicentro de ELLA. El exterior de sus templos estaba presidido por estatuas de tres metros de altura de mujeres de cuerpo entero, generosas y exuberantes, que representaban a la Madre Tierra.

Las sociedades antiguas tenían sacerdotisas: las mujeres de los templos de Artemisa y Diana en la antigua Grecia y Roma, el oráculo de Apolo en Delfos y las sacerdotisas celtas de Bretaña.

Todas estas sabias custodiaban el conocimiento sagrado y arcano. Contaban con muchos dones, incluida la observación sagrada de las costumbres estacionales, la curación, la astrología, la adivinación, la futurología y la capacidad de comprender y reconocer las raíces de ese futuro en el pasado y el presente.

También consideraban sagradas las vidas espirituales de las comunidades a las que servían.

Este conocimiento fue custodiado y mantenido a salvo, y en su mayor parte transmitido oralmente a través de palabras y canciones,

confiado a la memoria en lugar de a los libros. Y la mayor parte de ese conocimiento, como esperarían en cualquier organización espiritual o templo, se compartió sin rivalidad ni temor, y con gran amor y respeto.

Durante milenios, personas de todo el mundo adoraron a una diosa madre: la Gran Madre. Ella era la naturaleza y la crianza, la muerte y el renacimiento, feroz y amorosa, la luz y la oscuridad. Ella era las polaridades y todo el misterio que se extiende entre ellas. Esta creadora de todo lo que se conoce era masculina y femenina. Y nos guiábamos por una relación divina, sagrada y devocional con ella.

Así que no es coincidencia que cuando fuimos desconectados intencionalmente de la Gran Madre, cuando nuestra naturaleza de diosas fue desterrada de la Iglesia católica, tanto los hombres como las mujeres se desconectaron de quienes eran.

El patriarcado toma el poder

Nos privaron de uno de nuestros progenitores.

De nuestra madre.

De la que nos nutrió.

Llegó el patriarcado, sobre todo a través del cristianismo, para asumir el papel de padre.

Un padre capitalista, controlador, alimentado por el ego,
obsesionado con el dinero.

La idea de que experimentáramos nuestro cuerpo como sagrado, de que viviéramos en comunidad y de que trabajáramos por amor y servicio no era propicia para el desarrollo del capitalismo.

Así, lo que siguió fue la destrucción de TODO eso: la comunidad, la conexión y el compartir la sabiduría fueron reemplazados por la codicia, el control y el ego.

La Iglesia, los ricos terratenientes y los comerciantes querían convertir a las clases bajas en una máquina de producción, una

fuerza laboral que cumpliera y trabajara por dinero. La única forma de conseguirlo era convertir lo místico en una herramienta.

Necesitaban robar y reprimir nuestras creencias espirituales, eliminar todas las prácticas sagradas de iniciación a la edad adulta y desconectarnos de cualquier concepto «mágico» que significara que tuviéramos voluntad y poder.

Sin una madre, tanto hombres como mujeres permanecen infantilizados. Sienten miedo todos los días, un miedo que mantiene la obediencia y la sumisión. Eso los hace incapaces de asumir la responsabilidad de ser ellos mismos.

Y el patriarcado ha seguido creando estructuras firmes para mantenernos así hasta los tiempos en que vivimos hoy.

Hagamos una pausa y pensemos en ESTO por un momento.

Estas construcciones patriarcales tienen un gran alcance para las mujeres. La lista es interminable. Hemos recorrido un largo camino, pero, ¡oh mi Diosa!, todavía hay un LARGO camino por recorrer. Algunos ejemplos de la presencia de esas construcciones hoy incluyen el *mansplaining*, [1](#) la brecha salarial de género, el porno vengativo, [2](#) la pornografía en general, la depilación, la violencia... Puedes añadir cualquier forma en que el patriarcado quiere que pienses que eres defectuosa y que necesitas arreglarte.

Esta toma patriarcal del poder no fue instantánea.

A pesar de que el cristianismo se convirtió en la religión establecida en toda Europa, los paganos aún superaban en número a los cristianos. De modo que la Iglesia hizo que los dioses y diosas paganas fueran reconocidos como santos cristianos, y los días de fiesta paganos siguieron siendo fiestas cristianas.

Por ejemplo, el día 25 de diciembre, cuatro días después del solsticio de invierno, fue el elegido para llevar a los adoradores del sol pagano a la Iglesia cristiana. Como originalmente era su día de fiesta, era más fácil cambiarle el nombre y el simbolismo que inventar un nuevo día de fiesta.

Pero cuando los cristianos se acabaron estableciendo, estaban listos para comenzar la persecución y erradicación de todo lo

pagano.

Fue en este punto cuando el paganismo pasó a la clandestinidad y su religión y las prácticas espirituales comenzaron a llamarse «maldad».

De repente, se hizo que la Gran Madre sirviera como madre virgen de Cristo. Su sexualidad se borró, se eliminó: ya no era necesaria. Su poder se redujo desde el poder de la Madre Naturaleza, creadora del mundo, hasta una mera intermediaria estéril entre el hombre y un dios varón.

Mientras escribía este libro, en un viaje a Glastonbury con mi amiga, actriz y creadora Carrie Anne Moss, guiada por la Diosa, visitamos Halo Avalon, una tienda en la parte superior de la calle principal. Allí, encontramos una figura de María color blanco caliza, sucia y sin manos.

Mientras la sostenía, la Diosa me dijo: «¿Sabes por qué no tengo manos? Porque ya no quiero cargar con esta estúpida historia de ser pura y sin mancha. Sí, yo era virgen; pero solo en su verdadero sentido: una mujer fiel a sí misma. Entonces, si hemos recuperado la palabra *bruja*, ¿podemos, por favor, recuperar también la palabra *virgen*?».

Obviamente, la compré. Y aquí está ella, sentada en mi escritorio mientras escribo.

Para que lo sepas

A Ishtar, Diana, Astarté e Isis también se las llamó vírgenes, pero eso no significaba «casta», como el cristianismo nos hizo creer. Lo que significaba era «sexualmente independiente». Una mujer fiel a sí misma.

Básicamente, extraordinaria.

En su libro *The Great Cosmic Mother: Rediscovering the Religion of the Earth* [La gran madre cósmica: redescubriendo la religión de la Tierra], Monica Sjoo y Barbara Mor sugieren que las vírgenes eran literalmente «mujeres libres». Eran mujeres «fieles a sí mismas», es decir, aún no pertenecían legalmente a sus maridos.

De hecho, la misma palabra *virgen* deriva de una raíz latina que significa «potencia, fuerza y habilidad».

Por lo tanto, ten en cuenta a María: María, eres mi amiga, y Señora, lo estamos recuperando.

TUDO ELLO.

QUÉ SUCEDIÓ DESPUÉS

Erradicar religiones y desconectarnos implacablemente de nuestro poder se consiguió de muchas maneras. ¿Cambiar el significado de palabras como *virgen* para quitarles cualquier tipo de connotación poderosa? Bueno, esa fue simplemente una de las formas. [«—](#)

Otras formas eran aterradoras y crueles, y han significado que la sociedad (y las mujeres, específicamente) todavía lleven el eco profundo del miedo, la vergüenza y la confusión dentro de sí mismas.

La caza de brujas

Antes de que el cristianismo empujara la adoración de la Gran Madre a la clandestinidad, nuestra relación única con el proceso de reproducción (nuestra sangre menstrual y su naturaleza cíclica) era reverenciada. Dar a luz se veía como la participación en un milagro mágico.

Eso significaba que a las mujeres se les atribuía una comprensión especial de los secretos de la naturaleza, secretos que les permitían influir en la vida y la muerte, comprender la sexualidad y descubrir las propiedades ocultas de las cosas.

Practicar la magia (y cuando digo «magia», me refiero a la magia práctica y cotidiana que las mujeres crearon como curanderas, herboristas, parteras y fabricantes de pociones, no a hechizos o trucos llamativos) era una fuente de poder para muchas de ellas. Esta es la razón por la cual, creo, las mujeres se convirtieron en los objetivos principales a medida que el patriarcado se ponía en marcha para convertir lo místico en una herramienta.

NOTA: las cazas de brujas fueron sobre todo contra las mujeres, pero también hubo hombres «inadecuados» que perecieron. Se persiguió a homosexuales, vagabundos, gitanos, judíos y extranjeros o «extraños», aunque en un número mucho menor que a las mujeres.

El patriarcado no podía controlar la «magia» de una mujer o su capacidad para generar «debilidad» en la obediente máquina de trabajo, seduciendo y manipulando a los hombres a través de su sexualidad y su poder femenino.

Y eso significaba que el patriarcado necesitaba demonizar a las mujeres y sus «poderes».

Esto comenzó en 1484 con el papa Inocencio VIII. Siguiendo la declaración bíblica «A la hechicera no darás la vida» (Éxodo 22:18), que resume y describe las «supuestas» actividades de las brujas, autorizó a la Iglesia a encontrar brujas y a matarlas, negándoles el derecho a un juicio justo.

Y para la Iglesia, cualquier mujer fuerte era una «bruja».

Las mujeres que eran sanadoras (y en particular las parteras) fueron etiquetadas como brujas y asesinadas, porque los hombres que se graduaban en las universidades y se convertían en médicos en ese momento querían controlar el mundo de la salud. Querían una autoridad absoluta que no pudiera ser cuestionada por las mujeres que, en la mayoría de los casos, poseían mucha más experiencia, pero no tenían una posición oficial.

Para esos doctores, las mujeres eran una gran amenaza.

Fue un holocausto.

La brujería se definió como *crimen exceptum*: un crimen excepcional, distinto de todos los demás. Los castigos ordinarios no bastaban.

La institución patriarcal quería derrumbar y destruir a las mujeres fuertes y poderosas que la amenazaban. Los hombres deseaban que las mujeres los temieran, para que nunca supieran o experimentaran la magia y el poder que albergaban en su interior.

Querían desmembrar a la Diosa y la chispa divina de hermandad en las mujeres que ella representaba.

Las acusaciones se volvieron ridículas.

Si tienes un gato...

Si hablas con animales...

Si tienes el don de conocer las hierbas...

Si no le gustas a tu vecino...

Si conoces los significados secretos de los números, las cartas, las piedras y el futuro...

Si sabes cómo ayudar a alumbrar un bebé, aliviar a una mujer durante el parto o evitar la concepción...

La sexualidad se reprimió y se convirtió en el caldo de cultivo que permitió que las mujeres pudieran ser dañadas, torturadas y asesinadas.

El martillo de las brujas

En 1486, Heinrich Kramer escribió el libro *Malleus Maleficarum*, que se traduce más o menos como «martillo de las brujas». Es posiblemente el texto más misógino jamás escrito y acabó convirtiéndose en la guía que se siguió en Europa para «atrapar a una bruja».

No lo leas: te hará enfadar.

De hecho, sí, léelo y enfádate mucho.

Inicialmente se escribió para justificar, apoyar y hacer cumplir la bula papal. Reconocía la existencia de demonios (pero se le dio la vuelta a su verdadera naturaleza: los demonios son espíritus animales que nos guían, y algunas veces nos enseñan lecciones profundas y difíciles) y diablos. También hablaba de espíritus malignos que acechaban, provocaban y maldecían a la población.

Afirmaba que las brujas pactaban con estos demonios para ayudar con los cultivos y el nacimiento, curar dolencias, prevenir la concepción y matar a sus enemigos.

Otras versiones de esta historia dicen que fueron las brujas quienes trajeron la peste.

De cualquier manera, gracias a este texto, las brujas (y con eso quiero decir las mujeres) rara vez salían con vida.

Mujeres peligrosas

Nunca en la historia las mujeres han sufrido un asalto tan enorme sobre sus cuerpos, internacionalmente organizado, legalmente aprobado y bendecido por la religión.

Silvia Federici

Cientos de miles de mujeres fueron arrestadas, desnudadas y completamente afeitadas, a menudo en presencia de hombres.

Cada parte de su cuerpo se pinchaba con largas agujas que buscaban la «marca del diablo». Estas agujas solían ocultarse dentro de varillas de plata de apariencia inofensiva que se suponía que servían para detectar a una bruja.

El examinador pasaba la vara por el cuerpo desnudo de la mujer. Luego presionaba un botón oculto para que la aguja la perforara en lugares al azar. Por supuesto, eso la hacía gritar, lo que demostraba que era una bruja, porque no podía soportar la varilla de plata aparentemente inofensiva que la tocaba.

Y esto no era de ninguna manera el final de sus tormentos. Tal y como Federici afirma: «Las torturas más sádicas jamás inventadas fueron infligidas a los cuerpos de las mujeres acusadas, lo que proporcionó un laboratorio ideal para el desarrollo del dolor y la tortura».

Se rompió la verdad de que las mujeres unidas somos más fuertes. Los perseguidores animaron a las hermanas a enfrentarse entre ellas para salvarse, y se desgarraron cadenas matrilineales enteras.

Las ancianas también fueron perseguidas, porque ellas eran las que recordaban. Iban de casa en casa, haciendo circular historias, compartiendo secretos y sabiduría y uniendo acontecimientos pasados y presentes.

Al hacerlo, se convirtieron en una amenaza para los modernizadores, que estaban decididos a destruir el pasado.

En su libro *Calibán y la bruja* (POR FAVOR, LEE ESTE LIBRO; ¡es muy extenso, pero vale la pena!), Silvia Federici dice que la caza de

brujas introdujo un sistema de terror que amenazó a TODAS las mujeres. Y de ese sistema surgió un nuevo modelo de feminidad mucho más aceptable al que las mujeres tendrían que adaptarse para ser admitidas en la sociedad capitalista en desarrollo.

Un modelo en el que:

- Las mujeres eran asexuadas, obedientes y sumisas.
- Sus cuerpos y su sangre menstrual vivificadora se convirtieron en receptáculos de vergüenza y pecado.
- Se resignaban a estar subordinadas a los hombres.
- Aceptaban su papel como reproductoras de la vida, y también aceptaban que en una sociedad capitalista, ese papel se devaluaba para ser simplemente «su trabajo».

Las mujeres también se convirtieron en una herramienta.

Hasta el día de hoy, los historiadores han tendido a eliminar los juicios de brujas. Se olvidan de mencionar que más de trece millones de mujeres fueron asesinadas ahorcadas, en bastidores de tortura o entre las llamas. Hubo muchas, muchas formas en que la eliminación de las mujeres se volvió totalmente aceptable en la Europa del Renacimiento y en Norteamérica.

Semejante supresión de un hecho en la historia guarda relación con los objetivos iniciales de los juicios por brujería. La historia de las brujas es, después de todo, una historia de la persecución de las mujeres, o como lo llamó la autora y teórica Erica Jong, un «generocidio».

Cuanto más tememos a la bruja, más tememos a nuestro propio poder, que era, y sigue siendo, el tema exacto de la propaganda patriarcal.

Contar mi versión de las «cazas de brujas», y con eso quiero decir del feminicidio, incluso en la forma sintetizada en que lo he hecho aquí, despertará muchos recuerdos dentro de nosotras. De hecho, cada vez que he intentado sentarme a escribir este capítulo me ha golpeado una migraña que me ha hecho retirarme a dormir a

una habitación oscura. O un dolor de cuello. O una sensación de estar repentinamente enferma.

Esto no es una coincidencia.

Recuerda

Siente los ecos de la verdad transmitidos a través de generaciones de trauma ancestral y karma y encuentra la verdad que resuena dentro de TI.

1 *Mansplaining* es un neologismo anglófono compuesto por las palabras *man* (hombre) y *explaining* (explicar). Literalmente, se utiliza para indicar que un hombre te explica algo, a pesar de que tú lo sepas, con un tono condescendiente.

2 El porno vengativo o pornografía vengativa es el contenido sexual explícito grabado en la intimidad que se publica en Internet malintencionadamente sin el consentimiento del individuo que aparece representado. Suele tratarse de una venganza tras una ruptura.



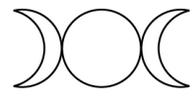
No podemos cambiar
la historia de ellos,
pero llegaremos a reescribir
la historia de ellas.
Nuestra historia.

[#WAKETHEWITCHES](#)

Capítulo 5

NUUESTRA HISTORIA

*Reivindicar a la bruja,
reivindicar tu poder*



Nuestra historia

Avancemos rápido hacia un siglo xxi conflictivo y confuso, donde se nos dice que las mujeres hemos acabado con muchas de las restricciones del patriarcado, y aun así:

- Los trastornos alimentarios continúan aumentando.
- La cirugía estética es el procedimiento médico con mayor crecimiento.
- Las ventas de productos de belleza femeninos se han triplicado.
- La pornografía es uno de los contenidos más consumidos en los medios.

Nuestra libertad como mujeres es superficial.

Claro, en la superficie, se ve que podemos trabajar y votar. Pero esa «libertad» está impregnada de odio hacia una misma, obsesiones físicas, terror al envejecimiento y desconfianza hacia otras mujeres.

Las mujeres maduras temen a las más jóvenes, y las mujeres jóvenes temen a las maduras.

Y todo es un resultado directo de la vergüenza y la humillación infligidas por la tortura y el tormento de los juicios de brujas.

¿Te suena?

Debería.

Al igual que los patriarcas que iniciaron la caza de brujas, los patriarcas de hoy se benefician de mantenernos oprimidas y perpetuamente desconfiando unas de otras.

Sí, al hacer que las madres y las hijas testificaran unas contra otras durante los juicios de brujas (y declarando que todo fue en nombre de la Madre Iglesia) han creado una desconfianza profunda

entre las mujeres. Y es una desconfianza que arruina por completo las amistades, las relaciones entre madre e hija y la hermandad entre mujeres hoy.

Las instituciones dominadas por hombres están amenazadas por la libertad de las mujeres, por eso explotan la culpabilidad femenina y fomentan la aprensión sobre nuestros cuerpos.

Pero...

... ¿qué haría la industria de la pornografía si las mujeres se negaran a recrear los deseos masculinos?

... ¿qué haría la industria de la cirugía estética si las mujeres abrazaran la belleza invariable que hay dentro de ellas, en lugar de obsesionarse con las representaciones patriarcales en constante cambio de la belleza externa?

... ¿qué harían las industrias de la belleza, la autoayuda y las dietas si las mujeres confiaran en que todo el conocimiento y la sabiduría que alguna vez necesitaron ya está dentro de ellas (y que pueden acceder a ellos conectándose con el poder de sus ciclos menstruales)?

Estas preguntas no pretenden ejercer más presión sobre ti ni cargarte toda la responsabilidad. Solo quiero destacar que se invierten miles de millones para mantenerte subordinada.

En otras palabras, la misoginia y el sexismo son rentables.

Generaciones de mujeres han sido llevadas a desconectar del poder que se encuentra entre sus muslos: su paisaje de mujer, su matriz y su ciclo menstrual. Han perdido la conexión con su capacidad de crear vida (y todo lo demás) en sus vientres, lo que significa que sus mentes pueden ser fácilmente manipuladas y adoctrinadas por el patriarcado.

Y esto, a su vez, significa que tanto hombres como mujeres dependen en gran medida de que ellas se mantengan pequeñas y limitadas.

¿Estás enfadada y furiosa ya?

Si no lo estuvieras, lo entendería. Como a mí, probablemente también te hayan enseñado que no está bien enfadarse. O al menos

que no está bien demostrarlo.

Es como una nota del patriarcado escrita en lo profundo que dice «NO puedes exteriorizar los sentimientos» ni «sentir». Si lo haces, sabrás que te avergonzarás por ello. Se te considerará «excesiva», «hormonal» y, en algunos casos, «peligrosa». (Por cierto, todo esto es positivo. Simplemente no quieren que lo sepas).

Todo forma parte del adoctrinamiento.

EL MIEDO, LA BRUJA Y LA HERIDA

Vivimos en un clima cultural que hace que las mujeres se sientan perpetuamente culpables simplemente por ser mujeres.

Es el equivalente moderno de la Inquisición. Solo que, en lugar de aterrorizarnos con acusaciones, torturas y ejecuciones públicas, el patriarcado nos ha hecho torturarnos a nosotras mismas.

Nos sometemos a juicio cada vez que nos miramos en el espejo. Y antes de que comience el juicio, ya sabemos que somos culpables.

De hecho, mientras escribía este libro, llamé a mi editora y le dije: «Ya no quiero escribir el libro de las brujas. Os devolveré el anticipo. No quiero hacerlo».

¿Por qué?

Bueno, estaba en el día veintiocho de mi ciclo menstrual (mi crítica interna trabaja horas extras en mi fase premenstrual), había una luna llena y poderosa y me invadió el miedo.

El miedo es la tortura más poderosa de todas.

El miedo infecta la herida femenina. Todo lo que el patriarcado tiene que hacer es relajarse y dejarnos girar nuestros propios tornillos, encender nuestras propias cerillas y cortar nuestras propias cuerdas.

Mi editora, Amy, que es seguidora de ELLA y una hermana del alma, es además una persona que usa su magia con las palabras. Ella me convenció.

A través del miedo, las heridas y el juicio.

Y esta no es la primera vez que tiene que hacerlo. (Supongo que tampoco será la última).

Me recordó una conversación similar que tuvimos cuando mi último libro, *Love Your Lady Landscape*, estaba a punto de pasar a la fase final de edición.

Había sentido miedo a que me vieran, me escucharan, me juzgaran y me castigaran por mis creencias y mis acciones.

Y lo sentía de nuevo.

Cuando se trata de compartir historias (estas historias, nuestras historias), lo sientes como una herida real, abierta, sangrante, un tajo como una vagina. Esta herida es personal, social, generacional y matrilineal.

Esta herida tiene muchas formas y se ha transmitido a través de nuestras mismas células.

Está en nuestra memoria ancestral.

Es una herida de muchas, muchas formas.

Es una herida de las mujeres que me han precedido.

Es la herida de mi madre, que le dio la espalda a sus poderes psíquicos y de vidente por miedo a que la llamaran bruja.

Es la herida de mi abuela, que nunca diría la palabra *bruja*, a pesar de que ella era eso precisamente. Y todo el vecindario lo sabía.

Es una herida de vidas pasadas.

Sí, este no es mi primer intento de compartir la sabiduría de las mujeres.

Hacer el trabajo de mujeres.

Ser una bruja.

En al menos una vida me cortaron la lengua frente a las mujeres con las que estaba hablando.

En otra, fui víctima de una caza de brujas en la que otras mujeres a las que creí parientes (hermanas y amigas) llamaron a las autoridades. Y me ahogaron.

Es una herida de ESTA vida.

Incluso en esta vida, tanto hombres como mujeres me han tratado con dureza, maltratado, avergonzado, juzgado y faltado al respeto.

Sin embargo, SÉ que estoy aquí para ser una defensora de las mujeres a quienes tal vez no les cortaron la lengua, pero cuyas voces aún se silencian y se censuran. Voces que aún no se escuchan.

He dicho esto MUCHAS veces, pero ¿crees que estaría hablando de periodos y vaginas y brujas y todos estos tabús si tuviera elección?

¿Crees que elegiría seguir exponiéndome una y otra vez? ¿Crees que elegiría escribir libros que no son fáciles de comercializar, que hablen de ELLA y de cómo nuestros úteros son una fuente de energía? ¿Crees que elegiría declarar que soy una bruja y despertar a otras brujas, exponiéndome a que otros me puedan ridiculizar, juzgar y avergonzar?

Pero para eso estoy aquí.

Estoy aquí para mostrar que las cazas de brujas todavía están ocurriendo.

Mientras escribo este libro, mi suegro está en México para las celebraciones del Día de los Muertos. Me ha enviado una foto de un altar exterior levantado en memoria de las mujeres víctimas de homicidios: mujeres asesinadas este año por el Gobierno mexicano. ¿Su crimen? Ser mujeres.

La versión occidental de la caza de brujas hoy en día puede presenciarse en cualquier revista barata o *reality show* de televisión. En ellos verás cómo la cultura dominante y las redes sociales insultan a las mujeres, las juzgan y las «quemán». Que sepas que el miedo que algunas de nosotras sentimos al compartir nuestra historia, nuestras verdades y nuestras vulnerabilidades no es una invención o una «percepción». Sencillamente es un miedo histórico.

Es real.

Por eso, el hecho de que estés leyendo este libro, el hecho de que hayas escuchado la llamada, es tan jodidamente importante.

DI TU VERDAD (INCLUSO SI TU VOZ TIEMBLA)

Nuestras heridas más profundas, nuestros miedos, son lo que más necesitamos enseñar y compartir.

¿Esa vida pasada en la que me cortaron la lengua? Es una que he visitado muchas veces en regresiones. Y explica gran parte de mi miedo a hablar en voz alta y a tener una voz propia.

Ya ves, desde que era niña he tenido miedo de hablar.

No solo estoy hablando de nervios cargados de adrenalina, sino de un miedo a morir si hablas en público que te mantiene despierta por la noche.

Y también recuerdo que durante casi cinco años, cuando era niña, tuve este único sueño recurrente. Yo era una mujer con una túnica roja en algún lugar cálido y polvoriento de edificios encalados.

Estaba hablando con mujeres que me miraban, y recuerdo mirarlas profundamente a los ojos mientras hablaba en otro idioma. De repente, dos hombres corpulentos y fornidos con túnicas azul oscuro y rostros cubiertos me empujaron al suelo, me sujetaron y me cortaron la lengua.

Ahora sé, gracias a la inmersión en White Spring que desencadenó el recuerdo de ese sueño recurrente, que mi miedo y el sueño están conectados.

Durante los últimos años, he empezado a entenderlo todo. Durante cuatro años de mi infancia estuve muda: literalmente no dije una palabra. En el colegio y la universidad, no podía entender por qué nunca levantaba la mano en clase o por qué fingía estar enferma para evitar hacer una presentación. Incluso me dieron una nota más baja en mi evaluación universitaria final por evitar el examen oral.

Tuve infecciones en la garganta que me dejaron sin voz a lo largo de mi adolescencia y hasta casi los treinta años.

Luego, cuando una gran editorial publicó mi primer libro, me formé muchísimo para hablar en público. Pensé que estaba lista,

pero el día que debía asistir a un programa de radio nacional, perdí la voz.

Todo se acumuló con el tiempo hasta un punto en el que mi miedo a hablar en público creó una realidad completamente muda.

Tal vez tú no tengas que luchar como yo para expresarte. Pero estoy bastante segura de que, de alguna manera, como mujer, has experimentado el silenciamiento o el «shhhhhh». Tal vez has pasado por el *mansplaining*, cuando un hombre le explica algo a una mujer de una manera condescendiente y paternalista.

Tal vez han hablado sobre ti, te han insultado o silenciado (verbal, psicológica o físicamente) y tú también has tenido miedo.

¿Y qué pasa si lo tienes?

NO estás sola.

Cada vez que escribo un libro o una entrada para un blog. Cada vez que estoy de pie en el escenario o comienzo una entrevista. Lo siento.

Para algunas mujeres, ese miedo puede ser una percepción social. Para otras puede ser real y experiencial, ya sea de vidas pasadas o de esta.

Pero así es.

Esto es lo que he tenido que aprender cada vez que digo «sí» a hacer un *podcast*, una entrevista de televisión o radio o hablar en un gran auditorio, cuando lo que realmente quería hacer era decir «no» y quedarme en pijama en mi casa.

Para compartir nuestra poderosa medicina de ELLA,
nuestra magia, nuestro sabor único en el mundo, tenemos
que hacernos ver y escuchar.

Y para muchas de nosotras, incluida yo, eso no es fácil.

El temor de que «no sea seguro» para nosotras hablar de nuestra historia, escribir sobre ella o compartirla, que es nuestra mejor

medicina para el mundo, puede mantenernos mudas.

Y ESO hace que nuestros poderes sean completamente inútiles.

ELLA exige que al reivindicar a la bruja, reivindicemos
nuestro poder.

Puede que no tengas que ponerte en pie frente al público y expresarte en la radio y la televisión.

Aun así, se te pide que confíes en ti misma y en tu voz. Que confíes en tu cuerpo y en tu conocimiento. Que defiendas lo que crees y seas un megáfono para los que están oprimidos y no tienen voz.

Si tienes una plataforma en las redes sociales, te llaman para que des tu opinión. Y para contar tu verdad y lo que es real para ti, puedes estar en desacuerdo con las personas que te importan.

Por cierto, no lo tengo resuelto.

Tiemblo, tartamudeo y ¡mmmm! y ¡ahhhhhh!

No emito sonidos, pero me he dado cuenta de que la forma en que me manifiesto es irrelevante.

Así que sigo manifestándome: imperfecta y sin censuras. Y no siempre por elección, para ser sincera. En gran medida, preferiría esconderme en un refugio hecho de mantas, beber té, comer tostadas con mantequilla de cacahuete y plátano y leer un buen libro.

Tengo miedo cada vez que presiono el botón para grabar un vídeo o salgo a un escenario. El miedo a ser la mujer acusada, aprisionada con grilletes de hierro y lanzada al fuego.

Sin embargo, sigo haciéndolo y apoyándome en una experiencia de mi verdad sin censura, a veces desastrosa y muy rara vez brillante.

Comparto desde donde estoy, para darles a otras mujeres el permiso de hacer lo mismo.

Siento que esto es como solía ser.

Ya sabes, antes de que lo olvidáramos.

A. de P. (antes del patriarcado).

Antes de que nos robaran nuestras voces.

Cuando las mujeres éramos oráculos.

Cuando el espacio entre los muslos se consideraba un portal de poder con conexión directa a la fuente. Cuando nuestro ciclo menstrual se honraba y se respetaba como una forma de explorar la luz y la oscuridad de quién somos y como la experiencia de las estaciones de la Madre Naturaleza en un periodo menstrual.

Cuando las mujeres éramos una fuente de conocimiento.

Cuando éramos la fuente.

Cuando confiábamos en nosotras mismas.

Cuando confiábamos en nuestra sabiduría.

Cuando confiábamos en nuestro poder.

Cuando no nos *troleaban* en las redes sociales ni nos hacían sentir pequeñas, inadecuadas o inferiores por tener una voz y unas opiniones propias.

Cuando no nos cuestionábamos ni nos preocupábamos por lo que otras personas pensarán de nosotras.

Cuando decíamos la verdad sin disculparnos.

Lo que el mundo quiere y necesita (y maldita sea, lo que quiero y necesito) es que compartamos nuestras historias, nuestras medicinas y nuestras realidades (me refiero a nuestras verdades gloriosas y desordenadas, desnudas y vulnerables).

En este capítulo he enumerado algunas de las miles de maneras en que nos roban nuestras voces a diario. Y cuando las reconozco, me resulta difícil pedirte que recuerdes, repitas y aceptes el mantra que la Virgen Negra de White Spring me dio durante mi iniciación en esa mañana de julio:

«Ser poderosa es seguro para mí».

Pero te pido que lo aceptes. Y te pido que lo repitas una y otra vez. Como mujeres, es nuestra responsabilidad que ser poderosas sea seguro para cada una de nosotras.

Es hora de que contemos NUESTRA historia. Porque la historia que contamos es el mundo que hacemos.

Voces reales. No la voz de la «buena chica» que dice lo que cree que otros quieren que diga, eso que hará que les guste más. No es un discurso ensayado. No es una copia calcada de la verdad de otra persona.

Tu verdad

Tu historia.

Tu realidad.

Cuando la bruja se despierta, comienza a recuperar todas las partes de ella que han sido desmembradas, ocultadas en la oscuridad y etiquetadas como tabú.

Ella recuerda.

Ella se da cuenta de que no hay nada que arreglar, de que su útero es una poderosa fuente de poder y de que está sana.

Ella está enraizada.

Y ella está lista para nacer.



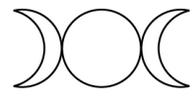
Reivindica a la bruja
Reivindica TU poder.

[#WAKETHEWITCHES](#)

Capítulo 6

LA HERIDA DE LA BRUJA

*Recordando y reuniendo tus
partes separadas y olvidadas*



La herida de la bruja

Para que una mujer se retome a sí misma y se centre, debe hacer una tarea monumental, que requiere años de trabajo difícil y laborioso...

Una vez que una mujer ha hecho el trabajo de recordarse a sí misma, es mucho más capaz de cambiar el mundo de manera efectiva.

Vicki Noble, mujer Shakti

Recuerda y reúne tus partes separadas y olvidadas.

Hace poco estuve hablando con una amiga y comentando cómo, a pesar de lo mucho que las dos hemos trabajado en nosotras mismas, y a pesar de todo lo que sabemos, enseñamos y compartimos, todavía nos irritan otras mujeres. Nos irritan las redes sociales y las creencias sociales, y cuando somos conscientes de toda esa irritación, nuestra reacción instantánea es reñirnos a nosotras mismas: tomar un palo y golpearlos con él.

¿Ves? El patriarcado no tiene que hacer NADA.

Bueno, nada aparte de fumarse un gran puro y seguir haciendo dinero sin medida a partir de las inseguridades que ha creado en todas nosotras.

Tenemos que darnos cuenta de que es la sociedad la que está rota, NO nosotras. Y debemos recordarlo todos los días, porque la herida de la bruja es profunda.

Cuando nos recomponemos, es cuando empezamos a estar completas de nuevo.

Pero antes tenemos que caminar por el fuego. Y creo sinceramente que estamos seguras hablando, gritando, aullando, enfadándonos, siendo ruidosas, llorando, maldiciendo e incluso teniendo orgasmos.

Hacer todo eso es seguro para ti y para mí.

Y ¿qué pasa si no te sientes segura? Entonces necesitamos recurrir a otras mujeres para que nos ayuden a sentirnos seguras.

Si, como tantas mujeres, te has enfurecido con una hermana que te ha traicionado o te ha apuñalado por la espalda, se te presenta el trabajo de comprender el miedo y la motivación que la llevaron a hacerlo.

Por supuesto, enrabiarte y enfadarte con ella. Esta es una parte esencial del proceso. Pero después de ESO, te invito a tratar de encontrar la compasión. Porque ella, como tú, lleva la herida de la bruja... y también está tratando de descifrar todo esto.

Tenemos que hacer que esto sea seguro, las unas para las otras, no desafiándonos y señalándonos con el dedo, sino apoyándonos.

No es necesario que estemos todas de acuerdo. Ni siquiera nos tenemos que gustar mucho. Esa no es la cuestión.

Pero para desafiar al patriarcado, hacer que esto cambie y comenzar a sanar la herida de la bruja, DEBEMOS apoyar a otras mujeres que se atreven a decir su verdad.

Incluso si es completamente distinta de la nuestra.

Se necesita coraje y valentía para mostrarse como una
mujer dueña de su poder.

Pregúntale a Juana de Arco. Su mantra «No tengo miedo. ¡He nacido para esto!» es el grito de batalla de muchas brujas que despiertan y que están respondiendo a la llamada profunda que sienten en su vientre.

¿Cuáles eran los poderes mágicos de Juana? Perspicacia, confianza, devoción y valentía.

Ella no estaba libre de miedo. Seríamos tontas si creyéramos que podemos hacer todo esto sin sentir ningún temor. Pero como Juana, tú y yo debemos sentir el miedo y responderle con un enorme coraje y amor.

Debes ir a esos lugares que te han enseñado a temer. ¿POR QUÉ? Porque ahí es donde está tu poder.

Igual que no había un camino para Juana, tampoco hay un camino establecido para nosotras. La ruta aún no existe porque la

estamos creando con cada acto de amor y coraje. Y eso es aterrador y estimulante a la vez.

Cuando nos equivoquemos, porque lo haremos (¡no podremos evitarlo!), tenemos que respondernos dándonos amor y compasión. Y también a las otras mujeres. Este es un territorio nuevo para TODAS NOSOTRAS, y todas estamos recordando cómo confiar en nosotras y en los demás.

Así que sé amable, ¿de acuerdo?

¿Y qué pasa con todo lo que está ocurriendo en el mundo en este momento? Todo ello es la razón por la que has escuchado la llamada. Por eso estás leyendo este libro.

La anestesia patriarcal ya no tiene la misma potencia de los últimos tres mil años. Por eso está despertando la bruja que hay en ti. Y solo para que lo sepas: las probabilidades de que se despierte enfadada son muchas.

Lo que estamos viviendo (la violación y el saqueo de la Madre Tierra y sus recursos, el *fracking*, la deforestación, la ofensa y el desprecio total hacia nuestro planeta...) es un espejo directo de cómo el patriarcado ha tratado lo femenino.

Ese tratamiento es lo que hace enfadar a una bruja que despierta. Y cuando eso sucede, tiene que hacer algo al respecto.

Sentimos que nuestra responsabilidad es salvar el mundo, pero en realidad nuestro trabajo no es salvar el planeta. Porque, sinceramente, la Madre Tierra no necesita que la salven.

Lo que necesitamos de verdad es preocuparnos por nuestras propias acciones, por nuestros comportamientos y por cómo la tratamos. Tenemos que verlos como un reflejo de las acciones hacia las mujeres y de cómo nos comportamos con ellas.

La obligación de las brujas es salvarnos a nosotras
mismas.

La divinidad femenina exige que nos tratemos a nosotras mismas y a los demás con respeto, gracia y honor porque todos somos parte de ELLA.

Todos venimos de ELLA y todos volveremos a ELLA.

Y cuando nos sentimos, nos sanamos y nos salvamos a nosotras mismas, sentimos, sanamos y salvamos el mundo.

VUELVE A TUS RAÍCES, LUEGO VUELVE A ELLA

Ese sentimiento, la sanación y la salvación nos despertarán confusión. Por supuesto que lo harán. Las transiciones siempre son desordenadas. Pero hay una razón por la que estás aquí, en esta vida. Es porque puedes manejarla.

Y para manejarla, tú (y todos nosotros) tenemos que echar raíces.

En mi libro *Love Your Lady Landscape* hablo de cómo tenemos que echar raíces para elevarnos. Y cuando te invito a echar raíces, me refiero a raíces en TODOS los sentidos.

Quiero decir...

Conoce tus raíces: averigua de dónde vienes, tus raíces familiares y ancestrales, y cómo te han formado, a ti y a tus creencias, y cómo se manifiestan en el mundo.

Como mujer europea blanca, estaba interesada en escuchar estas poderosas palabras de Starhawk, una bruja, activista y autora de *La danza en espiral*:

Los blancos no pueden sanar hasta que lleguen a un acuerdo con las cazas de brujas. El brutal asesinato de mujeres en la historia europea nos ha separado, a los que cargamos con esa herencia, de nuestras raíces indígenas.

Tiene razón. Tiene toda la maldita razón.

Conócete a ti misma: conoce TODAS las partes. La oscura, la enojada, la crítica y la espiritual, la veraz, la edificante, la tonta, la risueña, la herida, la sexual, la atrapada, la sofocada, la amorosa, la aterrada y tus partes sagradas.

Conócelas TODAS.

Véncelas a todas.

A eso me refiero cuando hablo de sentirte segura. La seguridad REAL viene de conocerte a ti misma y a todas tus partes tan íntimamente que NADIE puede hacerte dudar. Cuando tienes una confianza feroz en ti misma, nadie puede culparte, avergonzarte o hacerte sentir «menos».

Conoce tu naturaleza femenina: el cuenco pélvico es la herramienta mágica más poderosa de una bruja. Es un caldero mágico, un lugar de creación, para dar vida y conectarte directamente con la fuente.

Coloca las manos sobre tu matriz (y si no la tienes, no pasa nada, su huella energética mantiene el poder), en tu vagina, en tus raíces. Nota lo agradable que es tener todo ese jodido poder en tus manos.

Cuando te arraigas en tu cuenco pélvico y en el poder y la magia que emanan de él, es cuando empiezas a conectar con las raíces del mundo.

¿Y sabes lo mejor? Cuando te arraigas con tus propias raíces de forma habitual, inmediatamente estarás sanando las raíces de la hermandad femenina y estarás sanando el mundo.

Bruja, esta es la mejor multitarea.

☆ Enfréntate al fuego ☆

Cuando vuelves a las raíces, puedes hacer que el fuego se encienda. Puede encenderse la ira. Una furia y una ira justificadas. Puedes sentirte como si estuvieras en un combate de lucha libre en el barro con Kali Ma. Pero en esa lucha están algunos de los pasos que uso para combatir el fuego. Algunos están inspirados por mi preciosa amiga Kimberley Jones, que ha escrito prolíficamente sobre la salud de la mujer y la herida de la bruja, material de calidad.

¿Cómo te enfrentas a ese fuego?

Recordando.

Recordando lo que «sabes» en lo más profundo de ti. No quiero decirte cómo hacerlo, pero a continuación te explico algunos de los pasos que yo he seguido y que todavía sigo cuando debo enfrentarme al fuego:

1. Reconoce la herida de la bruja. Existe y es real. Y sus consecuencias se presentan de muchas formas, además de las que relato en este libro. Algunas de esas consecuencias pueden ser universales, pero otras las vivirás en el cuerpo de mujer en el que habitas. Míralas de frente y di que las has visto.
2. Date cuenta de cómo esa herida afecta a tu vida ahora mismo. ¿Estás ocultando alguna realidad? ¿Estás dejando de dar algún paso porque tienes demasiado miedo? ¿Hay algo que te gustaría hacer, pero que no haces porque temes la reacción de los demás? ¿Estás ocultando éxitos, dones y habilidades intuitivos? Si es así, ¿cuáles?

3. Sumérgete en las respiraciones uterinas. Luego concédete un momento para percibir en qué parte del cuerpo notas esos miedos. Percibe esos miedos como sensaciones físicas.
4. Coloca la mano en ese lugar y envíale mucho amor. Respira en ese lugar dentro de ti. Respira todas las sensaciones. Respira a través de todas las emociones que emerjan. No intentes arreglar, juzgar o analizar nada. Solo respíralo.
5. Repite el mantra: «Estoy segura. Estoy segura en mi cuerpo».
6. Pide coraje. Pide fe. Pide confianza. Pídeles a tus hermanas, otras mujeres, que sigan a ELLA, que crezcan y despierten a la bruja en ellas, que te apoyen y te sostengan.
7. Recuerda que nunca estamos solas en esto. Podemos sentirnos solas en distintos momentos, pero estar sola es una opción. Podemos optar por no volver a sentirnos solas. Podemos empezar a creer que nunca hemos estado solas. Piensa en todas esas mujeres que estuvieron aquí antes que nosotras, que crearon la situación en la que vivimos ahora. Piensa en los libros que se quemaron y las muchas voces que se acallaron. Y deja que eso sea lo que te guíe cuando le pidas a tu coraje que se manifieste, que exprese tu verdad y tu realidad.
8. Pídele a la Madre Divina, la Diosa, ELLA, todo lo que es. Pídele que te ayude a sentir todo tu fuego y sus llamas. Y pídele que camine a tu lado.

Bruja, puedes hacer todo esto



LLAMAR A LOS HOMBRES

Ni mi marido, Rich, a quien llamo cariñosamente el Vikingo (mide dos metros y tiene la misma pinta que un extra de *Juego de tronos*), ni yo misma creemos estar «iluminados». Pero los dos sabemos que estamos aquí y que estamos juntos para apoyar el despertar de la bruja.

Y durante el proceso de *Code Red*, *Love Your Lady Landscape* y este libro, *Bruja*, vi a Rich como la encarnación del patriarcado.

Con eso quiero decir que estaba un poco irritada con él TODO el tiempo. Pero, por suerte, él fue y es capaz de tolerarlo.

Y mientras corrijo este texto, en el mundo ocurren cosas bastante locas, tanto en la sociedad como en la política o en lo que respecta al medioambiente. Los dos sabemos que estamos aquí para hacer el trabajo de ELLA. Y cada día, al despertarnos, me pregunta: «¿Qué puedo hacer para ayudarte en el trabajo que estás haciendo?».

Esto es lo que los hombres deben hacer ahora.

No tienen que luchar en guerras. No tienen que «agarrar coños». 1 Su lugar no es el de «chico» inmaduro que se siente amenazado por las mujeres que reivindican su poder y cree que le están quitando los juguetes. No tienen que asustarse de lo salvaje que hay en nosotras, de su oscuridad, de sus sombras y sus límites, o sentirse amenazados por esos aspectos o creer que debilitan su ego.

En lugar de todo lo anterior, deben ser capaces de acompañarnos en ese estado salvaje, esa oscuridad, esas sombras y límites. Deben dejar espacio para que las mujeres exploremos, nos nutramos, y lo más importante, expresar todos esos pensamientos y apoyarnos y permitirse amarnos tanto como nos aman.

Tienen que usar sus grandes corazones para preguntarles a las mujeres qué demonios pueden hacer para ayudarlas mientras están despertando.

Este es el trato: siento UN MONTÓN de rabia.

Mis emociones están a flor de piel.

Estoy hipersensible y lo siento todo.

Esto es lo que el patriarcado ha suprimido en las mujeres. En mí. Y sin embargo, son nuestros superpoderes.

Y durante un tiempo en nuestra relación, el Vikingo no sabía cómo convivir con toda mi rabia.

Pero fue paciente. Tuvo mucha paciencia mientras yo me dedicaba a desentrañar qué me había hecho enfadar. Y fue esto.

TODO ESTO.

Todo lo que he explicado hasta este momento. He estado enfadada por eso desde que nací.

Muchas de nosotras lo estamos, y eso explica por qué hemos nacido en estos tiempos. Tenemos que sentir, exponer y expresar ese caos, esa indignación, esa frustración y esa continua jodida injusticia y desprecio hacia las mujeres. De todas las que estamos aquí ahora, de todas la que vivieron antes que nosotras y de todas las que vendrán.

Y muchos hombres quieren ayudarnos y apoyarnos.

Solo necesitan que nosotras les mostremos cómo.

«Uno de los sentimientos más hermosos que tengo en este momento es el que me provocan las increíbles mujeres empoderadas que están dando un paso adelante y recordándonos, tanto a los hombres jóvenes como a los hombres en general, que nuestro papel es permitir que ellas manden. Y al mismo tiempo, las protegemos, estamos a su lado, pero son ellas las que deben mandar con el corazón».

**Nahko Bear, cantante líder de Nahko and
Medicine for the People, hablando sobre las mujeres
indígenas líderes en Standing Rock.**

No es casual que escribiera las páginas de este libro en un momento en que el actual presidente de Estados Unidos es un hombre que asegura que está bien «agarrar un coño». Un hombre que después de escuchar las preguntas exhaustivas que le hizo una periodista, dijo que «le sale sangre del... lo que sea». Un hombre

que se mostró hostil a las mujeres durante toda su campaña electoral.

Es un hombre que encarna al patriarcado, que intenta aferrarse desesperadamente a las viejas estructuras caducas que ya no nos son útiles. Está aquí para hacer un último intento, para enseñarnos qué forma humana tiene EXACTAMENTE el patriarcado.

Mientras escribía este libro sentí la auténtica amenaza real que implica contar mi verdad. Tal vez no te han ahogado o quemado atada a un poste en una vida anterior. Tal vez ni siquiera creas que existen las vidas pasadas, pero ten esto en cuenta: a medida que el patriarcado empiece a tambalearse poco a poco, intentará resistir por todos los medios.

Y, tengo que contártelo, las jugadas que está dispuesto a utilizar para sobrevivir y eliminar el poder de las mujeres NO son nada limpias. Sobre todo intentan asegurarse de que nuestra herida de brujas, la enorme cuchillada que el patriarcado nos ha infligido, NUNCA cicatrice.

No es de extrañar que cuando una mujer decide responder a la llamada y despertar a la bruja, empiecen a emerger el miedo y las resistencias.

Pero ahora es el momento, y es un momento único.

Es un momento en el que podemos encontrar resistencia dentro y fuera de nosotras, pero a pesar de los esfuerzos del patriarcado, ya no es aceptable condenarnos por ser mujeres.

Esto quiere decir que han llegado las condiciones adecuadas para que reivindicemos a la bruja.

Ya no nos van a silenciar más.

Rechazo ser una «buena chica». Rechazo sentir que envejecer es «malo».

Expresaré mi autenticidad: mi placer, mi dolor y la experiencia directa de mi corazón y mi útero. Actuaré. Me haré responsable

porque soy una bruja, y las brujas no están aquí para hacer que los demás se sientan cómodos.

Están aquí para mostrar las luces y las sombras con todos sus matices. Para enseñar cómo es la verdad y qué se siente cuando se vive plenamente.

Es seguro. Estás a salvo. Estamos a salvo.

Repite estas palabras cada día como si fueran un mantra, porque, claro está, no te sientes a salvo.

Este libro no es un *meme* para las redes sociales. No son palabras tranquilizadoras vacías que puedes leer sin asumir ninguna responsabilidad. Esto es una llamada y es una respuesta.

Así que sí, es un tema jodidamente aterrador. Son tiempos jodidamente siniestros y no te sentirás segura siempre.

Pero TODAS nos sentiremos más seguras si hacemos esto juntas, ¿no te parece?

LA LLAMADA DE LA BRUJA

Esta es una llamada a todas las brujas. A cualquier mujer que está enfadada, que se siente ansiosa, que siente dolor y un clamor, que llora y que grita.

Es una llamada a cualquier mujer que se sienta reflejada en los millones de mujeres a las que se quemó (y a las que todavía se quema) porque su feminidad no se ajusta a la norma.

Siente la energía de la bruja, la magia y el poder femeninos reprimidos. La energía de la mujer sabia y salvaje que guarda los secretos de la Madre Tierra, sus ciclos, sus ritmos y su naturaleza. Descubre que eres la antepasada de quien vendrá. Haz que la bruja vuelva a la vida y a este momento. Unámonos para apoyarnos las unas a las otras y no para competir.

Esto será lo que de verdad acabará con el patriarcado: mujeres en pie y unidas animándose las unas a las otras. Y no posando complacientes para una foto para las redes sociales, sino teniendo conversaciones valientes, conscientes y reales unas con otras.

Uniéndonos, y no desafiándonos. Ayudándonos unas a otras a recomponer los pedazos, a volver a estar completas y a sentirnos apoyadas sin reservas, sin ser juzgadas ni avergonzadas en nuestra integridad.

Recuerda, reconecta con ello, vuelve a ser salvaje y reivindica lo que es tuyo por derecho propio.

Tú misma.

Tu verdad.

Tu voz.

Es algo necesario tanto para las mujeres como para los hombres. Todo el planeta que habitamos necesita aprender de los errores del patriarcado. Y despertar, escuchar y comenzar a actuar basándose en la sabiduría de la bruja.

¹ La autora cita literalmente la polémica frase de Donald Trump, «*grab pussy*».



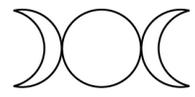
Recuerda: reconecta con
lo que es verdaderamente
tuyo y reivindícalo.

[#WAKETHEWITCHES](#)

Capítulo 7

BRUJA,
POR FAVOR

*Polaridades, contradicciones,
verdad y límites*



Bruja, por favor

No quiero decirte CÓMO ser una bruja.

Si lo que necesitas es eso, encontrarás por ahí una millonada de libros que hablan de las «bases de la brujería».

Pero si...

- Sientes que tu piel y tu forma de ser ya no te sirven...
- Anhelas más que cualquier otra cosa vivir en tu cuerpo, y escuchar y honrar su sabiduría...
- Ya estás harta de seguir las reglas y de que te digan qué es lo que tienes que hacer, llevar, decir, sentir...
- Estás cansada de buscar aprobación o de intentar convencer a los demás (y de que eso sean trampas que te impiden reclamar tu autoridad espiritual natural)...

... entonces, sin duda puedo ayudarte con eso.

Di la palabra *bruja*.

Dale espacio en tu boca, saboréala. Deja que se mueva por tu cuerpo.

Deja que se vuelva más audaz y más fuerte en ti a medida que le haces espacio.

Dila en voz alta.

Llamarte a ti misma por tu verdadero nombre es el MAYOR empoderamiento.

Imagínate presentándote a alguien a quien acabas de conocer diciéndole que eres una bruja. ¿Cómo te hace sentir eso?

En un taller reciente, una mujer dijo que se sentía mucho más cómoda definiéndose como sanadora en lugar de como bruja.

De hecho, a medida que pronunciaba la palabra *bruja* ante el círculo de mujeres que nos habíamos reunido, se iba encogiendo.

Dijo que era el poder visceral de la palabra lo que la molestaba. La gente percibía a una sanadora de forma mucho más «suave» y más inclusiva que a una bruja, creía ella.

Y aunque en el fondo sabía que en realidad una bruja es una curandera alineada con la Madre Tierra, para ella era más fácil y mucho más aceptable decir la palabra *curandera* que *bruja*.

La palabra *bruja* le parecía oscura y eso le resultaba incómodo. De hecho, le hacía daño.

Y ESA es la cuestión.

Efectivamente, una bruja se relaciona con la oscuridad. Las sombras forman parte de su intimidad porque SABE que la única manera de que una mujer sea completa es aceptando la oscuridad.

Necesitamos aceptar nuestra propia oscuridad, sin temerla.

Lo entiendo, por supuesto que lo entiendo. Soy una mujer a quien han llamado «bruja» para insultarla. Pero cuando conoces el poder de la palabra, la potencia femenina que contiene, empiezas a sentir verdadera pasión por volver a reivindicarla.

Necesitarás práctica, mucha práctica. Pero al reclamar la palabra *bruja*, reclamas tu autoridad. Reclamas tu poder.

LA BRUJA COMO UNA MERCANCÍA

En el otro extremo del espectro, hay otros que usan la palabra *bruja* con mucha facilidad, no les cuesta ningún esfuerzo decirla. La utilizan como una palabra de moda, de la misma manera que usan la de *gitano*.

Las revistas de moda dedican reportajes fotográficos de doce páginas a los pintalabios de vampiresa, con terciopelo fruncido e imágenes en blanco y negro. También encuentras cuentas de Instagram con fotografías cuidadosamente escogidas en las que aparecen pequeños calderos mágicos, cartas del tarot y una selección de hierbas.

Encontrarás webs completas sobre las «brujas modernas», y para ser sincera, he de decir que todo eso realmente me molesta.

Ser una bruja es tener un sistema de creencias. Es mi herencia y mi forma de vida. Es mi identidad y son mis raíces. ¿Cómo pueden esas mujeres trivializar a las brujas sin sentir el dolor y el poder que llevan asociados?

Y luego, después de una de las muchas conversaciones nocturnas a la luz de una vela a través de Skype con mi hermana de aquelarre, me di cuenta de algo.

Me di cuenta de que aunque busquemos y confiemos en nosotras mismas y en nuestro conocimiento interno son aspectos clave para convertirte en una bruja despierta y consciente, también intentamos saber desesperadamente cómo atraer la confianza de los demás de nuevo. Estamos intentando ser visibles en un mundo del que el patriarcado ha intentado borrarlos. Estamos intentando colaborar desde un lugar verdadero y auténtico.

Y bueno..., esa mierda lleva tiempo. Y abrir el corazón. Y también hacen falta hermanas brujas despiertas que estén dispuestas a hacerte un lugar mientras tratas de sentir, explorar y manejar todo esto.

La buena noticia es que al final conseguí llegar a un alucinante estado de ánimo de verdadero agradecimiento.

Me di cuenta de lo increíble que es vivir en un lugar y una época en los que estas mujeres pueden usar la palabra *bruja* en los *memes* de las redes sin miedo a las consecuencias.

Dicho eso, también me consta que la misma palabra *bruja* y el poder que lleva asociado hacen que no puedas usarla sin más, sin sentir algo. Sencillamente, no puedes.

¿Qué pasa si NO te haces responsable de cómo la usas y de lo que representa? Tienes bastantes probabilidades de que alguien se meta contigo.

REIVINDICAR Y REVERENCIAR

Para reivindicar a la bruja que hay en nosotras y reverenciar todo lo que ELLA es, las mujeres necesitamos:

- Sumergirnos en las historias de las mujeres que nos inspiran y nos fascinan, tanto de las reales como de las ficticias, las históricas y las de hoy, y obsesionarnos un poco con ellas.
- Leer y ver películas sobre ellas, leer lo que han dejado escrito.
- Explorar el misterio de su identidad, de la tuya, de la nuestra y de qué es lo que nos convierte en lo que somos.

Invítalas a unirse a tu aquelarre: un aquelarre de mujeres, reales o imaginarias, vivas o muertas, que puedas escribir en tu diario, recrear en tu meditación o revivir en tus sueños para pedirles consejo.

En mi aquelarre personal están Anaiis Nin, Florence Welch, María Magdalena, Joan Jett, Meggan Watterson, Sybil Leek, Audrey Hepburn, Lady Gaga, Sarah Durham Wilson, Kali Ma, Frida Kahlo, Rizzo (de la película *Grease*) y la doctora Christiane Northrup.

Inclínate a los pies de tus antepasadas. Debemos reconocer a las mujeres que han estado aquí antes que nosotras, que han hecho posible que podamos hablar de esto y que yo pueda escribir este libro.

Reconoce a las ancianas y visionarias de la espiritualidad femenina: Luisah Teish, Brook Medicine Eagle, Starhawk, Vajra Ma y Vicki Noble.

Recuerda, recomponte.

Recuerda y recompón las historias de ellas y las de ellos.

Quiero que profundices y que reconectes con la verdad. Quiero que la sientas profundamente en tus raíces, y quiero que las desentierres todas.

No rehúyas las polaridades, las contradicciones y las incoherencias entre nuestros relatos y la vida que vivimos hoy.

Examina a fondo los relatos que te han transmitido sobre quién eres, sobre quién, qué, cómo y qué deberías ser. Desentierra y haz evidentes todas las formas en las que te han desconectado, despersonalizado, incomodado y desmembrado.

Desnúdalas todas, una por una, como se desnudó la diosa Inanna cuando descendió al inframundo. Tal vez haciendo eso te sumerjas en la oscuridad a medida que profundizas. Pero no pasa nada. Ya no nos asusta la oscuridad, ¿te acuerdas de eso?

Y después, como Inanna en su descenso (porque todo es cíclico y siempre volverás a la luz), quédate con lo que encaje contigo, decide qué quieres conservar y de qué quieres librarte.

Y aquí es donde acaba el juego de la culpa.

AUTORRESPONSABILIDAD TOTAL

Claro que podemos enfadarnos con las estructuras patriarcales que hacen que las probabilidades nunca jueguen a nuestro favor. Podemos cabrearnos con los mandamases y los políticos y sus intentos continuados de ignorarnos, faltarnos al respeto y ocultar nuestros superpoderes femeninos como dadoras de vida. Sí, podemos oponernos, deberíamos hacerlo y lo haremos.

Pero llega un momento, un momento crucial en el que tienes que dejar de culpar al patriarcado.

En lugar de eso tienes que fijarte en cómo hemos llegado hasta aquí, saberlo y entenderlo del todo.

Necesitas darte cuenta de que el dolor que sientes al aceptar dar un paso adelante y curar las heridas femeninas es una invitación a responder, no a reaccionar.

Necesitas darte cuenta de que puedes superar tu anterior falta de autoestima y de confianza en ti misma, esa voz agobiante que te decía «no eres suficiente» (o cualquier otro condicionamiento patriarcal que se haya hecho presente en tu vida).

Y después (y ese es el trabajo), necesitas asumir una responsabilidad sobre ti misma firme y completa.

¿Cómo?

Reivindicando la autoridad que te ha concedido la Diosa y el poder de ELLA por tu propio bien.

Despierta a la bruja.

La bruja es la que busca el conocimiento en su interior, no fuera. Es la que confía en ella misma y se respeta, la que está completa. Y tiene presente que completa no quiere decir saberlo todo, ni mucho menos.

Cuando despiertas a esa bruja, recuperas tu camino femenino. Te reconectas, y estarás perfectamente cómoda con no saber. Lo cambias todo para siempre y ya nunca volverás a ser la que eras antes.

Te das cuenta de que tienes por delante mucho trabajo por hacer, trabajo de bruja. Tienes que crear arte, personas a las que sanar, raíces a las que atender, humanos que crear, casas que construir, redes que tejer, rituales que elaborar, historias que escribir, magia que manifestar y revoluciones que iniciar.

Recuerdas que eres una bruja jodidamente extraordinaria,
cuya vagina es su fuente de poder y cuyo corazón nos
sanará a todas.

PROYECTO «DESPIERTA A LA BRUJA»

Se parece a *El proyecto de la bruja de Blair*, pero sin adolescentes, ni ángulos de cámara imposibles, ni una iluminación desastrosa. Así que no es lo mismo.

Es todo lo que he aprendido de mi propia experiencia, además de lo que he recogido en mi propio *libro de las sombras*, y mi personal combinación del brebaje de las brujas, la medicina que me ha ayudado en mi propio viaje. Puede que todo ello te ayude en tu propia reivindicación.

Me gustaría compartir contigo lo que he aprendido sobre ser una bruja, pero no siempre es fácil ponerlo en palabras. No quiero trivializar ni resumir nada. Y bueno, es difícil organizar las experiencias que implica el camino de la bruja. Después de todo solo son experiencias muy personales para cada bruja.

Así que voy a usar mi dedo índice, tan poderoso como una varita mágica, para dibujar una estrella de cinco puntas en el aire. Es el símbolo universal de la bruja, el que encontrarás cuando cortes transversalmente una manzana, sí, esa fruta que Eva comió y que hizo que la expulsaran del paraíso. Casualidad, ¿no te parece? En cada extremo del pentagrama llamo a un poderoso arquetipo/rol/energía/guía para que me ayude a compartir:

La fuerza de la naturaleza: ELLA, la que no puede ser controlada.

La creadora: ELLA, la que sueña, se manifiesta y domina la magia.

El oráculo: ELLA, la que confía en su intuición y lo ve todo.

La sanadora: ELLA, que se sana a sí misma y al mundo.

La hechicera: ELLA, la afortunada, la peligrosa y la que no teme a la oscuridad.

Estos son los tipos de brujas de los que las chicas deberían disfrazarse por Halloween.

Son cinco arquetipos de bruja presentes en todas y cada una de nosotras.

Al experimentarlas y sentirlas por completo se despierta la bruja que hay en CADA mujer.

Por supuesto, cada una tiene múltiples características, facetas, aspectos y rostros. Pero los cinco que acabo de enumerar han sido reverenciados, honrados y necesarios en algún punto de la historia de una mujer.

Los comparto como si fueran un palo de escoba para tu entrepierna, una onda de varita para tu corazón y un hervor para tu caldero. Los comparto para ayudarte a recordar. Los comparto para despertar a la bruja que hay en ti.

Algunos de ellos tienen similitudes y otros se contradicen entre sí.

Algunos te incomodarán y otros harán vibrar tu alma.

Este es el camino de la bruja. Polaridades. Contradicciones. Verdad y límites. Círculos y estaciones. Puedes sentir que un aspecto te resuena más que otro, y no pasa nada. Sigue tu conocimiento y confía en él.

Te invito a explorarlos y a hacerte preguntas sobre cada uno de ellos. Saber que cada uno de esos aspectos de la bruja está ahí, listo para revelarse, para ser redescubierto, recordado y recompuesto, ayuda a que TODAS alcancemos un lugar de integridad.

Recordaremos y recompondremos nuestro poder. Y redescubriremos nuestra cualidad extraordinaria innata.



Recuerda:
nunca estás sola.
Estoy aquí sosteniéndote.
Te ofrezco mis árboles,
mis océanos y
toda mi belleza.

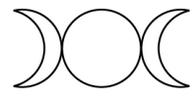
Madre Naturaleza

[#WAKETHEWITCHES](#)

Capítulo 8

LA FUERZA DE LA NATURALEZA

*ELLA, la que no
puede ser controlada*



La fuerza de la naturaleza

Una fuerza de la naturaleza es un fenómeno natural que no se puede controlar.

TÚ, mujer, eres una fuerza de la naturaleza.
Eres un fenómeno natural. Eres ELLA, la que no puede ser controlada.

¿No estás contenta?

Antes de empezar a pensar en lanzar hechizos, elevar tu energía y hacer magia, es importante que te fortalezcas y afirmes tus raíces profundamente en la verdad de quién eres.

Y esta es la verdad: si lo permitimos, nuestros cuerpos están profundamente sintonizados con los ciclos de las estaciones, los elementos y la luna.

Soy suya y ELLA soy yo.

Así es, lo que ocurre en la Madre Naturaleza también ocurre en nuestros cuerpos a través de la vida y la muerte, de la menarquia y la menopausia, de dar a luz, del ciclo menstrual y de las fases de la feminidad.

La realidad es que nuestro ciclo menstrual es la forma más asombrosa de brujería que existe (puedes leer más sobre esto [aquí](#)). Es nuestro mapa interno mensual que refleja las fases de la luna y de las estaciones de la naturaleza. Nuestra naturaleza cíclica es nuestro propio cronómetro personal, el que da dirección y orientación a todo lo que hacemos.

Somos cíclicas y cuando permitimos que sea nuestra naturaleza cíclica la que nos guíe, es cuando podemos llegar a entender por qué hemos sentido que no encajamos o que hemos perdido nuestro sentido de pertenencia durante tanto tiempo.

Por desgracia, nos han arrancado las raíces que nos unían a la Madre Naturaleza.

Comemos fresas en diciembre y planificamos con antelación nuestro tiempo de descanso, que no serán más de una o dos semanas o escapadas de fin de semana. Hasta tomamos hormonas sintéticas para «ordenar» nuestros ciclos menstruales. Intentamos controlar y reproducir esos ciclos en lugar de reconocerlos como nuestra fuente de poder.

Después de todo, lo que nos hace lo que somos son nuestra naturaleza cíclica y nuestra relación con la Madre Naturaleza. Eso es lo que te convierte en una fuerza que, sencillamente, no puede ser controlada.

Lo han intentado. Vaya que si lo han intentado.

Hablo extensamente de esto en mi libro *Love Your Lady Landscape*, donde explico cómo el patriarcado lo complica todo lo que puede (hasta que no lo pensamos ni nos lo imaginamos) para que las mujeres sigamos las líneas rectas que se han creado solo para favorecer a los hombres.

Pero tú eres una MUJER.

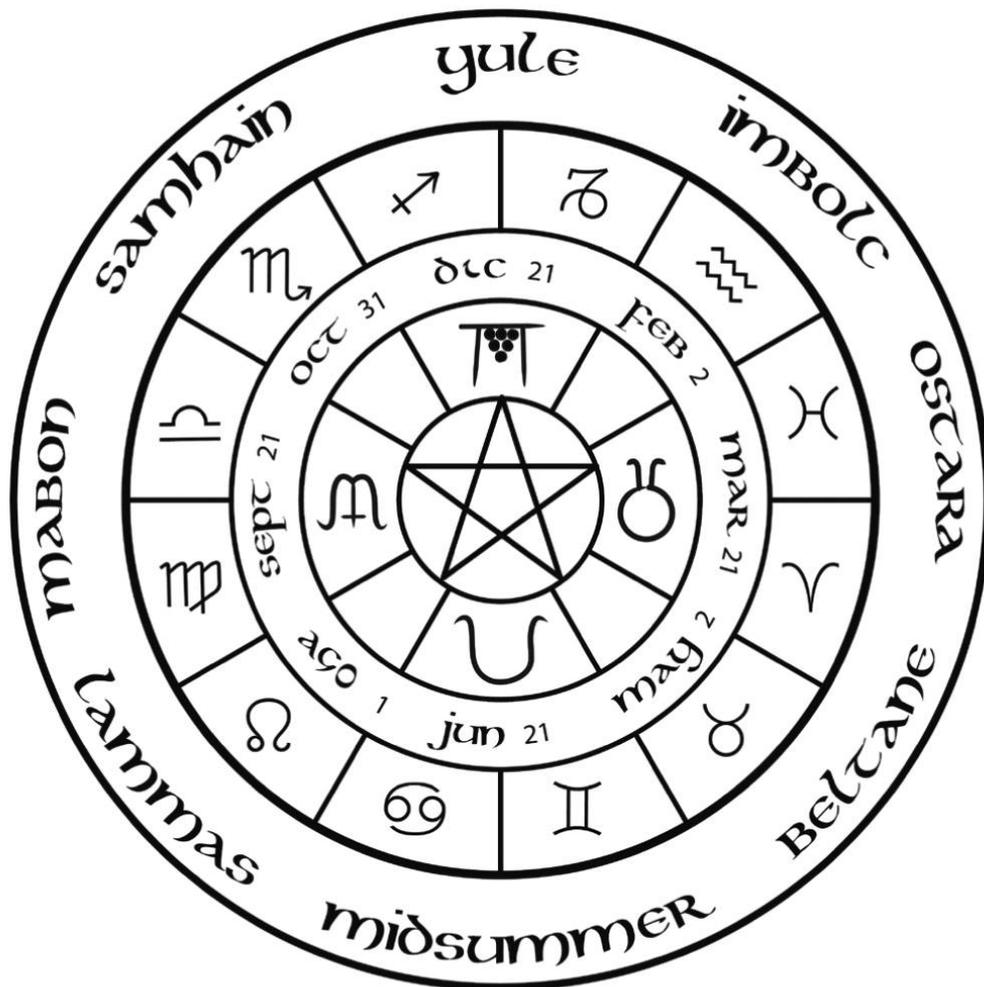
Una mujer que no es siempre igual. Una mujer que cada mes fluye y vuelve a fluir, mental, emocional y físicamente. Y no quiero presionarte, pero como bruja es tu obligación volver a hacer las cosas siguiendo los ciclos, las estaciones y la manera de la Tierra, con total reverencia y recuerdo.

Eres tú quien tiene que devolver la armonía y el equilibrio a todas las etapas y ciclos femeninos: la muerte y lo que se acaba, el envejecimiento y el dejar ir, el hacer y el ser. Asegúrate de honrarlos y respetarlos todos.

Cuando nos sintonizamos con todas las manifestaciones de estos ciclos, sanamos nuestra relación con ellos y con nuestra condición femenina.

Entonces nos damos cuenta de que, después de todo, estamos interconectadas y no separadas. Y la sabiduría de la Madre Tierra fluye a través y desde cada una de nosotras.

LA RUEDA DEL AÑO DE LA BRUJA



Ser bruja significa estar conectada a los ciclos de la Tierra.

¿Cómo podemos orientarnos por el paisaje interior y exterior de nuestras vidas?

¿Cómo saber cuál es nuestro camino como seres humanos en este planeta?

Durante miles de años, los antiguos conocían la importancia del equilibrio y de su patrón sagrado. Sabían que en algunas estaciones, la luz es lo más importante y lo que debe celebrarse, y que en otras, es la oscuridad lo que debemos honrar.

Todas las culturas basadas en la naturaleza, desde los antiguos celtas del hemisferio norte hasta los aborígenes del sur, celebraban y dividían la rueda cíclica del año en fechas señaladas. Nuestras raíces siguen afectándonos hoy, por eso necesitamos recordarlas, aunque por lo general no seamos conscientes de ello.

A medida que prestamos atención al patrón cíclico de la luz y la oscuridad, somos conscientes de él y volvemos a él, también nos ajustamos a un proceso que puede ayudar a que nuestras vidas se desarrollen.

La rueda de la bruja recoge un ciclo anual basado en la tradición celta. Las brujas de todo el mundo lo usan para celebrar los *sabbats*.

Los *sabbats* son hitos temporales distribuidos regularmente a través del año, que agradecen y celebran los acontecimientos agrícolas y astronómicos. Yo sigo el calendario celta porque vivo en el Reino Unido y me conecta con mis orígenes.

Además es un calendario con el que trabajan muchas brujas y *wiccanos* y constituye una gran forma de reconocer las energías de cada estación y orientarse y trabajar con ellas.

LOS SABBATS O AQUELARRES

La siguiente tabla recoge los *sabbats* tal como se estipulan en la rueda celta del año:

| | HEMISFERIO NORTE | HEMISFERIO SUR |
|--------------------------------|-------------------------|------------------------------|
| <i>Samhain</i> | 31 de octubre | 30 de abril-1 de mayo |
| Solsticio de invierno/Yule | 21-22 de diciembre | 21 de junio |
| <i>Imbolc/Bride</i> | 2 de febrero | 1 de agosto |
| Equinoccio de primavera/Ostara | 21-22 de marzo | 21-22 de septiembre |
| <i>Beltane</i> | 1 de mayo | 31 de octubre-1 de noviembre |
| Solsticio de verano/Litha | 21-22 de junio | 21-22 de diciembre |
| <i>Lughnasadh/Lammas</i> | 31 de julio-1 de agosto | 1-2 de febrero |
| Equinoccio de otoño/Mabon | 21-22 septiembre | 21 de marzo |

Los festivales solares celebran el punto más alto de cada estación y están determinados por el lugar que ocupa el Sol en relación con la Tierra. Esto quiere decir que las fechas de cada uno son distintas cada año:

- Equinoccio de primavera.
- Solsticio de verano.
- Equinoccio de otoño.
- Solsticio de invierno.

Los antiguos festivales del fuego celtas fijaban el umbral de entrada a cada estación. A menudo se los veía también como los puntos más elevados de la energía estacional, las épocas en que se encendían las hogueras rituales. Estos puntos están en mitad de los solsticios y los equinoccios. A veces se los llama *sabbats* mayores.

Estos *sabbats* mayores o festivales del fuego son:

- Imbolc/Bride.
- Beltane.
- Lughnasadh/Lammas.
- Samhain.

Te invito a aprender todo lo que puedas sobre los mitos, las leyendas, las creencias y los festivales de la tierra en la que vives. Ese conocimiento te ayudará a sintonizarte con las energías naturales tal como las sienten sus habitantes durante las estaciones y a través del tiempo. Yo uso los *sabbats* mayores como referencias que me ayudan a trabajar en sincronía con la Madre Naturaleza durante todo el año.

Explico con mayor detalle los *sabbats* bajo estas líneas, y también te explico en general qué hago cada uno de ellos, de modo que puedas aprovechar lo que funciona y empezar a seguir tus propias prácticas y rituales.

Samhain

De finales de octubre a principios de noviembre en el hemisferio norte. De finales de abril a principios de mayo en el hemisferio sur.

Principio y final del año celta.

Algunos lo llaman Halloween, otros víspera de Todos los Santos, pero muchos paganos y brujas conocen con el nombre de *Samhain* al periodo comprendido entre la puesta de sol del 31 de octubre y el amanecer del 1 noviembre.

¿Qué es Samhain?

Es el antiguo festival celta del fuego. De manera similar al Día de los Muertos que se celebra en México, honra, recuerda y rinde tributo a los muertos (nuestros ancestros, los que estuvieron aquí antes) a través de rituales, ceremonias y celebraciones.

Samhain nos señala el descenso del invierno. Los árboles pierden las hojas y la vida desaparece de la superficie de la Tierra y se entierra profundamente, cerca de la Madre Tierra.

Por su parte, la Madre Tierra se prepara para el sueño del invierno y repliega su energía.

Es una época de introspección. Te invito a que dediques esta estación a replegar tus energías y a prepararte para el invierno.

En la mayoría de los lugares del hemisferio norte, *Samhain* representa el final de la estación de crecimiento. La escarcha acaba con la vegetación y se aparece la muerte, el final.

Muchos paganos y brujas creen que durante este final es cuando el velo que separa el mundo de los vivos y el de los muertos es más fino, por lo que resulta más fácil entrar en contacto con los ancestros y comunicarse con ellos.

Para quienes han perdido a algún ser querido en el año anterior, un ritual *Samhain* puede ser la ocasión de concluir el duelo. También puede ser de ayuda para comunicarse con los seres queridos que están en el otro mundo y cerrar temas abiertos con ellos.

Hay muchos rituales *Samhain* que puedes celebrar para comunicarte con los muertos y honrarlos. Estos son los tres que yo sigo:

☆ Crear un altar para tus ancestros ☆

Tengo un altar ante el que me siento a diario a rezar y a preparar hechizos ([aquí](#) puedes saber cómo hacerlo). Por *Samhain* creo un altar especial que dedico a mis ancestros.

Reúno fotografías, objetos y recuerdos de los miembros fallecidos de mi familia, mis amigos o mis mascotas. Luego los extiendo sobre una mesa y enciendo unas velas en su recuerdo y les ofrendo una libación. Por ejemplo, a mi abuela le encantaba tomar una taza de té blanco con un poco de leche; a mi padre, una cerveza fría, y a mi madre, un cóctel de vodka y licor de café.

Mientras preparo el altar, digo sus nombres en voz alta, expreso mis mejores deseos y les agradezco que sean parte de mi vida y de mi linaje.

Si vas a preparar tu altar en compañía de otros, invítalos a hacer lo mismo y a que compartan historias de los que ya han fallecido.

Si lo preparas sola, siéntate con tus ancestros y observa qué ocurre.

☆ Reflexionar ☆

Echa la vista atrás sobre tu vida del último año.

Revisa tus diarios y las fotografías que hayas hecho o cualquier cosa que hayas creado. Piensa en lo que has crecido, en lo que has logrado, las dificultades a las que te has enfrentado, las aventuras que has vivido, los viejos amigos que has perdido y los nuevos que has hecho.

Escribe un diario con todo ello, crea un guion gráfico o realiza alguna creación artística que te refleje a ti misma y al año anterior.

Al reflexionar así, puedes continuar adelante con agradecimiento, sentir compasión por lo que has tenido que afrontar y celebrar todo lo que eres.

☆ Arde, cariño, arde ☆

Haz una lista de todo lo que quieras soltar, que incluya a personas, experiencias, desafíos y hábitos. Luego deja arder la lista entre las llamas de *Samhain*, hasta que se convierta en cenizas.

Rodea el fuego en el sentido de las agujas del reloj y visualízate alzándote de las llamas: nueva, con energía renovada y revitalizada, lista para el año que tienes por delante.

Ahora viene mi parte favorita. Con el tarot, las runas o tu método de adivinación preferido, pide orientación para el año que ha de venir.

Escribe en un papel cualquier mensaje, símbolo o revelación que recibas para que te ayude a transitar por el año próximo.



Símbolos de Samhain

Bellota: se dice que durante la época de la quema, darle a alguien una bellota era un mensaje secreto y un guiño cómplice para decirle

que eras una bruja. Las bellotas son un símbolo de protección.

Escoba (de retama): en *Samhain* se usa la escoba para barrer las últimas hojas del otoño. Pero también se hace un ritual mediante el que se barre la energía vieja y se deja espacio para la nueva. [«—](#)

El Vikingo y yo hicimos una escoba juntos en el 2012 en *Samhain* para barrer todo lo que queríamos soltar en la boda (nos casamos ese mismo año en *Yule*). Luego saltamos por encima de la misma escoba durante nuestro ritual de unión de manos en mayo del año siguiente.

Puedes hacerte una escoba juntando y atando fuerte un manojo de ramas y ramitas. Luego le añades un mango: una rama fuerte, insertada en medio del manojo.

Yo decoré nuestra escoba con lazos y flores, pero también puedes hacer una para mantener la entrada de casa despejada para la buena suerte y limpiarla ritualmente.

Caldero: no solo es el atrezo de cualquier película de brujas que se precie. Es una herramienta práctica muy relacionada con *Samhain*.

Un caldero también es femenino. A menudo digo que el cuenco pélvico de una mujer es su propio caldero interior de bruja. Es el lugar donde se crea la magia femenina, donde se crea la alquimia de los sentimientos, las emociones y los pensamientos; también es el contenedor cósmico de la vida, la muerte, la transformación y el renacimiento.

Hierbas para Samhain

Romero: recuerdo, protección, purificación.

Salvia: sabiduría, manifestación de los deseos, purificación.

Elementos del altar de Samhain

Manzanas, huesos, cristales oscuros, fotografías de tus seres queridos, calabazas, cualquier clase de semillas.

Solsticio de invierno: Yule

Del 21 al 22 de diciembre en el hemisferio norte. El 21 de junio en el hemisferio sur.

Festival del renacimiento, de mitad del invierno, el día más corto y la noche más larga del año.

Yule tiene una magia especial para mí: es cuando me casé «oficialmente» con el Vikingo. Nos casamos el 21 de diciembre del 2012 porque el solsticio de invierno señala el día más corto y la noche más larga del año. Se nos recuerda que no importa lo mucho que se oscurezca todo, la luz SIEMPRE regresa.

A pesar de su oscuridad, *Yule* es también una época de renacimiento. Vemos como la luz y la vida regresan y conquistan la muerte.

Es el momento en que se planta la primera semilla, el regreso del sol y la promesa de que todo volverá a crecer de nuevo. Es un punto de inflexión, un punto de cambio, en el que vuelven las mareas del año y empiezan a fluir en dirección opuesta.

Muchos de nosotros ponemos un abeto en esas fechas porque es de hoja perenne y representa la vida entre la muerte y la oscuridad. Pero si quieres hacer esto, te pido que honres a un árbol vivo plantado en una maceta o en el exterior, en lugar de cortar uno para tenerlo en casa.

Tronco de Yule

El tronco de *Yule* era en su origen un tronco de roble. La gente lo llevaba a casa ceremonialmente y le prendía fuego al anochecer en la noche de *Yule*, encendiéndolo con una rama del tronco del año anterior.

La tradición dice que cuando se enciende el tronco, no se puede dejar quemar solo, hay que apagarlo porque si no trae mala suerte.

En Inglaterra también se considera que comprarlo en una tienda trae mala suerte. Hay que conseguirlo de modo que el dinero no intervenga.

Las cenizas del tronco de *Yule* solían usarse para preparar talismanes para la fertilidad, la protección y la sanación, o para esparcirlas sobre los campos. En Bretaña, las cenizas se lanzaban a los pozos para purificar el agua y en Italia se usaban como talismán contra el granizo.

Si te pasa como a mí, y vives en una casa sin chimenea, guardar una rama del año anterior y encontrar un nuevo tronco de roble puede ser un poco difícil. El Vikingo y yo lo solucionamos abrigándonos bien y luego saliendo al jardín, asando unas patatas en nuestra barbacoa y quemando una pequeña rama de uno de nuestros árboles.

Pedimos deseos a las llamas, comemos juntos y cuando las cenizas están frías, recojo algunas en un tarro para usarlas en los hechizos. El resto lo esparzo sobre mi pequeño huerto.

☆ Magia con velas ☆

Las velas, el fuego y la luz son perfectos para practicar la magia en *Yule*. Este sencillo ritual te prepara para los nuevos comienzos que están de camino.

Qué necesitarás

- Una vela blanca que pueda arder durante siete días. Puedes comprar un cirio o una vela gruesa con las marcas o marcar siete partes iguales con un bolígrafo de punta afilada, con un *athame* o cuchillo ritual (ver [aquí](#)) o con un cuchillo corriente.
- Incienso o un atado de salvia.
- Carbón y quemador de carbón resistente al fuego.
- Hierbas:
 - Tomillo para el coraje.
 - Mejorana, lavanda o espino para la felicidad.
 - Albahaca, ajo o menta para disolver la oscuridad.

Qué hacer

Empieza doce horas antes del solsticio de invierno. Prepárate y prepara tu espacio sagrado con un atado de incienso o en aerosol para purificarlo.

Mientras invocas a tus espíritus guías para que se queden contigo y te ayuden, permanece inmóvil.

Enciende el carbón y añade las hierbas.

Enciende la vela y medita en la luz. Relaja la mirada, dejando caer un poco los párpados, y fija los ojos en la luz de la vela. Observa lo que experimentas y cómo te sientes.

Repite esta afirmación:

Soy fuerte.

Estoy llena de luz.

Hay abundancia en el mundo, y yo recibo todo lo que necesito.

Apaga la vela cuando se haya consumido una séptima parte. Cuando hayas concluido esta práctica, abre tu diario y escribe lo que te venga a la mente.

Hazlo cada día hasta que la vela se haya consumido del todo.



Símbolos de Yule

Acebo: cuando pones acebo dentro de tu casa quiere decir que permites que los espíritus naturales compartan tu hogar durante esta cruda y fría estación.

Guirnalda: la rueda del año suele simbolizarse con una guirnalda hecha con plantas perennes que se cuelga en la puerta de entrada. Hace cuatro mil años que se usan. Una guirnalda circular no tiene principio ni fin: todo vuelve a su punto de origen y sigue adelante de nuevo, una y otra vez.

Hierbas para Yule

Fresno: una hierba del sol que lleva la luz al interior de tu casa durante el solsticio de invierno.

Olíbano: sagrado para el dios del sol egipcio, Ra, se quema en ritos de purificación y protección. Quémalo como incienso para llamar a la luz.

Elementos del altar de Yule

Cuernos, cualquier cosa que represente al sol, clavo, muérdago, cristales rojos, verdes o blancos, guirnaldas como símbolo de la rueda del año.

Imbolc o Bride: 2 de febrero

Desde finales de enero hasta principios de febrero en el hemisferio norte. Desde finales de julio hasta principios de agosto en el hemisferio sur.

El despertar de la Tierra.

Los paganos celebran el Festival de *Imbolc* o Bride sobre el 2 de febrero, que también es una festividad cristiana, la candelaria.

La palabra irlandesa-gaélica *Imbolc* se ha traducido como «en el vientre» y «leche de oveja». Representa a la vida y la luz que se aceleran. Pueden verse los primeros brotes de hojas y celebramos que hemos sobrevivido al invierno y que empieza el año de cultivo.

También es el día de celebración de la diosa celta Brígida, a la que a veces se llama Bride, pronunciado «braidi». Brígida es la diosa de la poesía, la sanación, los herreros y las matronas. Si haces algo con tus manos, Brígida es quien está al cargo.

Es una triple diosa y por ello en su día se la honra en todos los aspectos que representa. Damos la bienvenida a la diosa que se ha renovado con el invierno y ha renacido como la *doncella de las flores*. Ha pasado por sus fases de bruja, anciana o sabia, y ha vuelto a ser una doncella.

Este es el momento de comunión con Brígida y de iluminar su llama sagrada. En otro tiempo esta llama se señalaba en Europa con grandes hogueras, antorchas y cualquier otra forma de fuego.

El fuego representa la chispa de la iluminación y la inspiración que arde en nuestros vientres y nos anima a crear y a hacer. Lo que nació en el solsticio empieza a manifestarse ahora, lo que significa que cada una de nosotras enciende su propia luz y elige sus propias tareas y desafíos. Alimentamos y ponemos en marcha nuestras resoluciones y empezamos a mirar hacia fuera de nuevo y a centrarnos en la actividad externa. Pero antes de eso miramos en lo más profundo de nuestro ser para conocer todo el potencial que espera realizarse.

☆ Desarrollar tus poderes de bruja ☆

La psicometría es un don psíquico con el que obtienes información de los objetos inanimados. Con práctica puedes llegar a describir con precisión las características de una persona, su apariencia física o las experiencias que ha tenido solo sosteniendo un objeto que le haya pertenecido o que haya llevado con frecuencia, como un reloj de pulsera o un colgante.

Empieza probando con un objeto de alguien a quien conozcas.

Sostén el objeto en tu mano izquierda y observa qué impresiones puedes obtener. Tal vez te vengan palabras, nombres, imágenes, sensaciones o colores. Luego pídele a un amigo que te dé algo de alguien a quien conozca, repite lo que hiciste antes y pídele que te comente los resultados.

Según vayas practicando, escribe un diario; apunta en él lo que los distintos colores significan para ti. Quizás si ves el color amarillo, significa que el propietario del objeto tenía una personalidad extravertida y emotiva.

A medida que trabajes con distintos objetos, empezarás a ver un patrón.



Recibe al sol

El final del invierno y la llegada de la primavera es una época perfecta para las iniciaciones.

En *Imbolc* es tradicional encender todas las luces de la casa, basta con hacerlo solo un rato. O puedes prender una vela en cada habitación en honor al renacimiento solar.

Si el suelo está cubierto de nieve, sal un momento y recuerda la calidez del verano. Luego, con la mano dominante, la que usas para escribir, dibuja una imagen del sol sobre la nieve.

Símbolos de Imbolc/Bride

La cruz de Brígida: es un símbolo tradicional circular que se encuentra en las chimeneas de las casas en Irlanda, y ahora en todo el mundo, como símbolo de protección.

Muñeca de Brígida: una tradición muy antigua consiste en hacer una muñeca de Brígida que puede utilizarse como parte de una

ceremonia o colocarse en la cama de la novia para llevar la fertilidad y la buena suerte al hogar.

Llama: *Imbolc* es un festival de fuego, y todos los tipos de fuego se asocian con Brígida: el fuego de la creatividad, el fuego del corazón protector y la rueda del fuego (la cruz de Brígida), que la proclama como diosa del fuego.

Serpiente: en la mitología celta, Brígida se asocia con la serpiente en hibernación que sale de su nido por *Imbolc*. Las serpientes se asocian tradicionalmente con la creatividad y la inspiración, así como con la poderosa energía *kundalini* de los misterios orientales.

A las vías de energía de la Tierra, también llamadas líneas ley, se las conoce asimismo como las sendas del dragón. Y por *Imbolc*, se despiertan de su sueño.

Hierbas para Imbolc

Arándano azul: las hojas y las bayas de arándano se utilizan para atraer prosperidad y sanación. Es una de las plantas de la Diosa, que pertenece a la esfera planetaria de Venus.

Uña de caballo: esta hierba, que en gaélico se llama *sponnc*, se asocia con Brígida. Es una hierba de Venus que libera el bloqueo físico y emocional. Se usa en la magia para engendrar amor y traer paz.

Jengibre: revitaliza y estimula el fuego «interior». También te ayuda a alinearte con el aumento de la energía *kundalini* en esta época del año.

Elementos del altar de Imbolc

Cruz de Brígida, velas (sobre todo de color verde), papel y bolígrafo, representaciones de la joven o la doncella, flores y cristales blancos y azules.

Equinoccio de primavera: Ostara

Del 21 al 22 de marzo en el hemisferio norte. Del 21 al 22 de septiembre en el hemisferio sur.

El primer día de primavera, la noche y el día son iguales.

Este festival lleva el nombre de la diosa anglosajona Eostre o Eastre, a la que en alemán antiguo se llama Ostara. Se sabe muy poco de esta diosa, solo que su festival se celebraba en el equinoccio de primavera, que acabó convirtiéndose en la Pascua de Resurrección. Sabemos también que era una diosa de la fertilidad y que estaba conectada con las liebres y los huevos.

El equinoccio es una época de fertilidad y de nueva vida, de equilibrio y de armonía. La luz y la oscuridad están en equilibrio y la luz se hace más fuerte.

También es un tiempo de nacimiento y de manifestación. Los narcisos, los tulipanes y el azafrán están en plena floración, los árboles florecen y en los avellanos y sauces puede verse el amento.

El equinoccio es un tiempo de crecimiento y armonía, una buena época para dedicarte a recuperar tu equilibrio y trabajar tus energías sutiles: los chakras, lo masculino y lo femenino y tus luces y sombras.

☆ Huevo mágico ☆

Toma un huevo, símbolo de la fertilidad y el renacimiento (ver más abajo) y escribe, canta o susurra tus deseos e intenciones. Tu objetivo vive dentro de ti de la misma forma que la creación vive dentro del huevo. Y como el huevo, tu objetivo tiene todo lo que necesita para manifestarse.

Luego dibuja dos triángulos que se crucen para formar una estrella de seis puntas en el huevo. Esta estrella representa una de las claves más importantes de la magia: «Como es arriba, es abajo». Crees lo que crees en tu imaginación, puedes manifestarlo en el plano físico.

Ahora entierra este huevo en la Madre Naturaleza y pídele que ayude a que tus deseos se hagan realidad.

El Vikingo y yo hacemos esto cada año, y enterramos los huevos bajo mi rosal matrilínea en el jardín trasero como amuleto extra.

☆ Pastelitos de miel de Ostara ☆

Las mejores brujas saben que un *sabbat* es la excusa perfecta para comer, beber y ser feliz. ¿Por qué crees que hay ocho *sabbats*?

Hace poco que he comenzado a guardar las recetas de mis delicias favoritas para los *sabbats*, y quiero compartir esta contigo porque en la época de Ostara mi abuela siempre preparaba pastelitos de miel. Y ahora soy yo la que los prepara, la única diferencia es que les añado vino, porque..., bueno, porque me gusta el vino.

Qué necesitarás

- 125 ml o media taza de vino *riesling*
- 1 huevo
- 65 g o 2/3 de taza de harina sin levadura incorporada
- 340 g o 1 taza de miel
- 2 cucharadas de azúcar
- 1/8 de cucharada de canela
- 1/8 de cucharada de nuez moscada
- Una pizca de sal

Qué hacer

- Bate el huevo con el vino en un cuenco de mezclar.
- En otro cuenco para mezclar, añade la harina, la canela, el azúcar y la sal. Incorpora la mezcla anterior al huevo y remuévelo hasta que quede bien mezclado y se forme una masa suave.
- Deja que se asiente durante treinta minutos.
- En otro cuenco pequeño, mezcla la miel y la nuez moscada.
- Calienta más o menos un centímetro de aceite de coco en una sartén.
- Añade una cucharada de masa y fríela hasta que adquiera un tono marrón dorado.
- Escurre el aceite y baña el pastelito en la mezcla de miel.



Símbolos de Ostara

Huevos: el huevo es un símbolo de renacimiento. La yema representa al sol y la clara a la Diosa. Las gallinas ponen más huevos cuando sus retinas reciben más de doce horas seguidas de luz, así que después del equinoccio producen más.

Puedes usarlos para crear talismanes o preparar una comida ritual.

Cordero: el cordero era sagrado para prácticamente todas las diosas vírgenes de Europa, Oriente Medio y África.

Conejos y liebres: la increíble capacidad reproductiva de los conejos justifica que sean considerados un símbolo de fertilidad. También la liebre lunar, sagrada para la Diosa Lunar.

En Occidente, la liebre y el gato era animales asociados a las brujas. Se decía que estas tenían el poder de convertirse en liebres. Según mi abuela, a las mujeres no se les permitía comer liebre, porque era como comerse a tu abuela. ¡Tal cual!

Hierbas para Ostara

Limoncillo: es una hierba limpiadora que se puede usar para aclarar la comunicación con el sexo opuesto. Si te preparas un té en Ostara, estás dejando el camino libre para las nuevas oportunidades.

Menta: lleva una hoja de menta para ayudar a la sanación o úsala en un baño ritual para que te sientas vital y dinámica.

Una vez mi abuela me dijo que escribiera un deseo en un papel y que lo envolviera en hojas de menta. Luego hay que poner el deseo envuelto en menta en una tela roja, coserlo con hilo rojo formando un paquetito y guardarlo en un sitio seguro y secreto.

Cuando el aroma de la menta haya desaparecido, tu deseo debería hacerse realidad.

Pruébalo y dime si te ha funcionado. Yo nunca lo he hecho, pero mientras escribo esto me están viniendo ganas de probarlo.

Elementos del altar de Ostara

Cristales de amatista, cestas, huevos, plumas, flores, semillas, pastelitos de miel, paño de lana o tela suave.

Beltane

De finales de abril a principios de mayo en el hemisferio norte y de finales de octubre a principios de noviembre en el hemisferio sur.

Anuncio del verano, festival de la fertilidad.

Beltane, que puedes encontrar escrito también como *Bealteinne*, *Bealtaine* y otras formas, es el principio del verano celta: la estación luminosa del año. Como *Samhain*, es la época en la que se afina el velo que separa los mundos, una época propicia para comunicarse con los espíritus, sobre todo con los de la naturaleza.

La gente suele preparar fuegos por *Beltane* para saltar luego sobre las llamas. Los jóvenes y los solteros saltan sobre el fuego y piden un marido o una esposa. Las muchachas saltan para asegurarse la fertilidad y las parejas para estrechar sus lazos. El Vikingo y yo lo hicimos en nuestra unión de manos.

Celebra *Beltane* gozando de los placeres de la vida, teniendo todo el sexo que puedas y disfrutando los regalos de la naturaleza y el universo.

☆ Cómo celebrar Beltane ☆

Lávate la cara con rocío del amanecer para potenciar tu belleza en el año venidero. Tradicionalmente se usaba el rocío de un árbol de espino blanco, pero también servirá el de la hierba y las flores.

Si vives cerca de un arroyo, lago o río, haz una guirnalda o un ramillete de flores de primavera y lánzalo a él para bendecir a los espíritus del agua.

Beltane es una de las tres noches de los espíritus en que puede verse a las hadas.

Convierte una ramita de serbal en un anillo y mira a través de él al anochecer. Entonces las verás.

Las artes tradicionales para este momento de la rueda del año son trenzar y tejer paja, hacer creaciones con mimbre y elaborar cestas y telas. También es un buen momento para hacer una escalera de bruja y bendecirla. [Aquí](#) puedes ver cómo hacer la tuya.

☆ Hechizo de amor para Beltane ☆

Prepara esta poción cuando haya luna llena, antes de *Beltane*, pero llévala como un perfume el día antes, durante y después de *Beltane* si quieres besar y que te besen.

Qué necesitarás

Una vela blanca.
Un cuenco o un cáliz.
Agua pura de primavera.
Un cristal claro de cuarzo.
Una rosa roja, una blanca y otra rosa.
Una botella pequeña.
Vodka.

Qué hacer

Haz tu círculo, mejor en el exterior. O si estás a cubierto, hazlo cerca de una ventana desde la que veas la luna llena. Si hace mal tiempo o está nublado y no ves la luna, puedes utilizar la llama de una vela.

Sostén el cuenco o el cáliz lleno de agua pura de primavera y muévelo hasta que se refleje la luna o la llama de la vela en el agua.

Convoca a la diosa Afrodita y pídele que te envíe su divina presencia al agua junto con la luz de la luna. Concéntrate en qué es para ti el amor perfecto e instila tu propia esencia en el agua soplando con suavidad sobre ella.

Luego añade los pétalos de rosa. Añade el cristal, que has sostenido ante la luz lunar y consagrado a la diosa del amor. Agrega si quieres un toque de aceite de rosa o de jazmín, pero es opcional.

Vierte el agua en una botella y añade una cantidad equivalente de vodka para acabar la poción. Guárdala en un lugar oscuro apartado de la luz del sol para preservar la potencia de sus propiedades mágicas nocturnas.

Usa esta poción para consagrar las velas y tus trabajos mágicos, especialmente los hechizos de amor y los poemas. Úsalo como perfume si quieres atraer un amor perfecto.



Símbolos de Beltane

Fuego: las hogueras son una de las tradiciones antiguas de *Beltane*. Deben contener nueve maderas sagradas: roble, espino, abedul, saúco, fresno, serbal, acebo, sauce y tejo.

Enciende el fuego y salta sobre él con tu pareja si estáis tratando de concebir. A veces las mujeres también llevan cenizas en una bolsa colgada alrededor del cuello para potenciar su fertilidad.

Mayo (o, en resumidas cuentas, algo fálico) 1: esta época del año va sobre sexo y fertilidad. El mayo representa al varón y los lazos que se cuelgan y enrollan alrededor representan a la mujer.

Hierbas para Beltane

Espino blanco: es la flor que suele utilizarse para decorar los mayos y la planta de la fertilidad empleada en las uniones de manos y en las bodas.

Ulmaria o reina de los prados: se usa en los hechizos de amor y se coloca en la casa para traer paz, alegría y amor a todos sus habitantes y visitantes.

Elementos del altar de Beltane

Huevos, símbolos del *lingam/yoni* (falo/vulva), cristales rojos y naranjas, lazos rojos y blancos, velas rojas y pétalos de rosa.

Solsticio de verano: Litha

Del 21 al 22 de junio en el hemisferio norte. Del 21 al 22 de diciembre en el hemisferio sur.

El punto más alto del verano, el día más largo y la noche más corta.

En el solsticio de verano, el sol está en su punto más alto y más brillante y los días duran más que nunca. Las flores han florecido y están listas para ser polinizadas y fertilizadas. Pero después mueren para que las semillas y sus frutos puedan crecer, durante un periodo corto, pero delicioso.

Algunos consideran que junio es el mes más propicio para casarse y la época de la luna de miel o de aguamiel (era tradicional que los recién casados bebieran aguamiel cada día un mes después de la boda, de ahí que el viaje de novios se llame luna de miel).

Aunque los días empiezan a acortarse después del solsticio de verano, aún tiene que llegar la época de mayor abundancia.

Esta es una época de belleza, amor, fuerza, energía, alegría por el calor del sol y la promesa de fecundidad venidera. Parece un tiempo de despreocupación, aunque el conocimiento de la vida

contiene el conocimiento de la muerte y el hecho de que la belleza solo es temporal.

Durante el solsticio el sol tiene un poder protector, sanador, empoderador y revitalizante. Añade poder a los hechizos, los cristales y las hierbas, por lo que era tradicional que esta noche se practicara el arte de la adivinación.

☆ Champán de flor de saúco ☆

Las flores de saúco llegan a su máximo en mitad de verano. Recoléctalas al mediodía de un día soleado, si puedes en el día de San Juan.

El saúco es sagrado para la Madre Naturaleza y a menudo se lo llama árbol de la bruja, la Madre Anciana o la Reina de los Árboles. Es protector y tiene unas maravillosas propiedades curativas. Potencia la transformación, el cambio y la renovación.

Qué necesitarás

1,2 l de agua

1,25 kg de azúcar

8 flores de saúco grandes

4 limones

4 cucharadas soperas de vinagre de vino blanco suave

Qué tienes que hacer

Utiliza botellas con cierre de rosca para guardar tu champán de flor de saúco, porque tiene burbujas, y si no lo guardas en una botella con cierre hermético, puede explotar. Yo por si acaso guardo la mía en el jardín.

Limpia primero las flores de saúco para eliminar cualquier insecto.

Hierve el agua y disuelve en ella el azúcar.

Añade las flores en el agua una vez que se haya enfriado, el zumo de dos limones y las rodajas de otros dos, además del vinagre.

Cubre la infusión con un paño limpio y déjalo reposar durante un día.

Cuela el líquido con un tamiz fino de muselina, exprimiendo con cuidado las flores para extraer el máximo de sabor.

Conserva el líquido en botellas con tapón de rosca.

Déjalo en las botellas diez días más o menos. Se conservará hasta un mes.

Bébelo y da gracias al espíritu de la sabiduría. Y a mí por enseñarte cómo prepararlo, porque está bueno DE VERDAD.

Soñar: se dice que el sueño de una noche de verano es mágico y maravilloso.

Para crear una reserva de sueños psíquicos, pon artemisa y hojas de laurel en un trozo de tela amarilla, cóselas con hilo rojo y colócala bajo la almohada.

Sí, este es otro de los consejos de mi abuela. Pero de este sí puedo decir que funciona porque lo he probado y aún lo pruebo.

El sol: estamos en el solsticio de verano, por eso era de esperar que el símbolo de *Litha* sea el sol. El sol está en su punto máximo este día, así que asegúrate de que absorbes todos los rayos que puedas.

Si hay nubes, tendrás que usar la imaginación y llevar ropa y accesorios amarillos.

Hierbas para Litha

Lavanda: esta hierba masculina sanadora se lanza a los fuegos rituales de San Juan como sacrificio a los dioses.

Hierba de san Juan: si se recolecta la noche de san Juan y se lleva, parece curar los resfriados y la fiebre. Algunos incluso creen que convierten a quien la lleva en invencible.

Por supuesto, además de hacerte invencible atraerás el amor y la lujuria de tu objeto de amor y lujuria.

Elementos del altar de Litha

Espejos, conchas marinas, frutas y flores de verano, cristal de ojo del tigre.

Lughnasadh o Lammas

De finales de julio a principios de agosto en el hemisferio norte y de finales de enero a principios de febrero en el hemisferio sur; es el festival de la primera cosecha.

Festival de gratitud y matrimonio.

Lammas es el nombre anglosajón del festival, y significa «masa de pan». *Lughnasadh* es el festival de Lugh, el dios celta de la luz, el

fuego, las artes y los dones.

Lammas es la época de la plenitud de la vida y la celebración y la abundancia de la Madre Tierra. El principal objeto de *Lammas* es mostrar agradecimiento a la Diosa por la copiosa cosecha y afirmar nuestra esperanza e intención para lo que deseamos cultivar, sacrificar o transformar (*Lammas* es el principio de la cosecha).

☆ Hacer una figura de paja ☆

Para crear tu figura de paja necesitarás tallos de trigo, avena, cebada o centeno. Cuando el Vikingo y yo conducimos por el país, siempre encontramos tallos que crecen en los bordes de los campos después de recoger la cosecha. Pero si no puedes conseguirlos, cualquier tallo o junco servirá.

Libera tu creatividad. Si te sientes segura, deja que tu figura cobre vida por sí misma, pero si no es lo tuyo, átale unos lazos amarillos o naranjas, eso ayudará. A medida que tejes la figura y le atas los lazos, da las gracias por los productos de tu cosecha. Pon tu figura de paja en el altar o en el centro de tus celebraciones.

Por *Samhain* devuelve la figura a la tierra: contiene las semillas de futuras cosechas.



Símbolos de Lammas

Pan: *Lammas* se conoce también como la Fiesta del Pan, la celebración en la que el primer grano cosechado se consume en forma de panes rituales.

Lo que más me gusta hacer en *Lammas* es hornear y compartir el pan con las personas a quienes amo, incluso si tengo que optar por la masa fermentada, porque el gluten me hace parecer como si estuviera embarazada de seis meses.

Uvas y vino: ¡como si necesitáramos una excusa! Pero además de eso las uvas son un símbolo sagrado de abundancia, y qué mejor forma de agradecerla que alzar una copa... Para mí un rosado, gracias.

Hierbas para Lammas

Ulmaria o reina de los prados: a menudo se llevaba como guirnalda durante las celebraciones de *Lamma* y era de uso tradicional en diademas y *bouquets* de boda en esta época del año.

Menta: las propiedades mágicas de la menta favorecen la protección y la sanación. Además, en esta época del año, sus propiedades para atraer la abundancia y la prosperidad son muy oportunas. Puedes llevar menta en una bolsa de medicinas colgada del cuello o colocar una hoja en tu monedero.

Elementos del altar de Lammas

Mazorcas de maíz, artesanía y objetos hechos a mano, representaciones simbólicas de nuestros logros, trigo y otros cereales, flores y cristales amarillos y verdes.

Equinoccio de otoño: Mabon

Del 21 al 22 de septiembre en el hemisferio norte y el 21 de marzo en el hemisferio sur.

Festival del cultivo, cuando la noche y el día duran igual.

Los dos equinoccios son épocas de equilibrio. El día y la noche tienen la misma duración y la marea del año fluye incesantemente. La diferencia es que el equinoccio de primavera manifiesta el equilibrio antes de la acción y el de otoño representa la relajación después de actuar. Es el momento de felicitarnos por el trabajo realizado en verano y de recoger sus beneficios.

El equinoccio de otoño se celebra el 21 de septiembre más o menos, y algunas veces se llama la Acción de Gracias de las Brujas, un tiempo para dar las gracias a la Diosa por su abundancia y de compartir las alegrías de la cosecha.

Celebramos la abundancia de la Tierra y preparamos vino y mermelada con la fruta sobrante. De esta forma podemos conservar

la riqueza de los frutos que nos ofrece para que nos alegren el resto del año.

Mabon señala el fin de la cosecha y el equilibrio de la luz y la oscuridad, de lo masculino y lo femenino. También reconoce la potencia del sol en declive y la llegada, una vez más, de la oscuridad.

Es una buena época para lanzar hechizos de equilibrio y armonía, así como un tiempo de cambio. Es también un buen momento para los hechizos de protección, abundancia y prosperidad.

Durante *Mabon*, las piedras de sol te aportan energía. Puedes usar cuarzo blanco, ámbar, peridoto, diamante, oro, citrino, topacio amarillo, ojo de gato y venturina.

☆ Sidra caliente de manzana mágica de Mabon ☆

La sidra caliente de manzana es una bebida mágica que se toma en *Mabon*. La manzana actúa sobre el corazón y la sidra es una poción para la autoestima. Si la especiamos con canela, sobre la que gobiernan el Sol y Júpiter, en esencia estamos consumiendo la luz solar.

Qué necesitarás

960 ml o cuatro tazas de sidra de manzana

½ cucharada de clavo entero

960 ml o cuatro tazas de zumo de uva

Ramas de canela

1 cucharada de pimienta de Jamaica

Qué tienes que hacer

Calienta la sidra y el zumo de uva en una cazuela.

Añade la canela, la pimienta y el clavo.

Llévalo a hervor y luego baja el fuego y deja que hierva a fuego lento durante cinco minutos.

Obviamente, sírvelo en un caldero y repártelo en vasos.



Símbolos de Mabon

Cuerno de la abundancia: el término *cornucopia* deriva de dos palabras latinas: *cornu*, que significa «cuerno», y *copia*, que significa «mucho».

Coloca el cuerno en tu altar personal para atraer la prosperidad. Llénalo con ramitas secas de salvia, romero, tomillo, artemisa, perejil y otras plantas sagradas, que se asocian con el bienestar, la prosperidad y la buena fortuna.

Consagra el cuerno como herramienta de la abundancia; luego coloca dentro un deseo que has escrito en un papel. Deja el cuerno en un lugar visible donde puedas verlo cada día.

Haz lo posible para que tu deseo se convierta en realidad. Cuando ocurra, da las gracias ofreciendo el contenido del cuerno a un fuego sagrado o enterrándolo en la tierra.

Adivinación: los nórdicos creían que tu destino del año por venir quedaba sellado en esta época, por lo que consultaban a los adivinos para ver si su vida en el pasado complacía a las deidades. Así que la víspera de *Mabon* es buen momento para lanzar unas runas o sacar una carta del tarot.

Hierbas para Mabon

Benjuí: además de aliviar el estrés y la ansiedad, si lo haces arder te purificará antes de entrar en los meses más oscuros. Para atraer clientes a tu negocio, añádele albahaca y canela y úsalo como incienso.

Caléndula (maravilla): haz una bolsa de tela, llénala con flores de caléndula dorada y colócala bajo tu almohada antes de irte a dormir. Se dice que si inspiras el aroma de estas flores, la suerte y la buena fortuna te visitarán en los meses oscuros por venir.

Elementos del altar de Mabon

Manzanas, bayas, calabacitas, verduras de cultivo, objetos dorados o granates, piñas de pino, granadas, cuarzo rosa y cristales de ámbar.

Ideas finales sobre los sabbats

Se ha escrito tanto sobre la sabiduría tradicional, las historias, lo mágico y los dioses y las diosas de cada *sabbat* que no es posible incluirlo todo aquí. Así que considera lo anterior como una mezcla en el caldero.

Tú puedes decidir cómo celebrar cada giro de la rueda del año o qué le quieres añadir. Pero al conectar de esta forma con la Madre Naturaleza (a través de las hierbas, los alimentos, la magia, los rituales y la antigua sabiduría de la Tierra), reconectas con los ritmos de la naturaleza.

Y cuando reconoces cómo todos ellos reflejan el patrón de la vida humana, puedes empezar a recordar que tú eres una parte de ese ritmo universal. Tú eres también ese ritmo del universo (suspiro).

☆ Cómo hacer una rueda del año ☆

Puedes hacer tu propia rueda del año para recordar los *sabbats* y lo que estás celebrando y luego empezar a añadir tus propios rituales y recetas.

Puede ser tan sencilla o elaborada como quieras. Empieza dibujando un círculo y divídelo con ocho líneas para formar una rueda. Identifica cada sección con un *sabbat*; luego coloréala y decórala como te guste.

Esta será tu rueda del año. Añádele los sentimientos, colores o símbolos que te parezcan apropiados.

Si te decides a crearla, por favor, hazle una foto y compártela en las redes sociales con la etiqueta #wakethewitches. Me encanta la CREATIVIDAD.

Esbats

Los *esbats* son rituales lunares y para una bruja son tan importantes como los *sabbats*: son el momento de los trabajos-mágicos. Los *sabbats* son festivales de fuego y sol para celebrar el cambio de estación, mientras que los *esbats* se dedican a la luna y sus distintas fases.

Son una forma de honrarla a ELLA, a la Diosa. Se consideran las celebraciones de «trabajo», el momento en que las brujas tienen que atraer e invocar protección, anular hechizos o lanzarlos.

¡Así es! Es cuando las brujas se ponen manos a la obra.

Magia de la luna llena

Este momento se usa para el crecimiento personal, para la curación y para bendecir nuevos proyectos o aventuras. También es un buen momento para consagrar nuevos objetos y herramientas que vayas a usar en los rituales, las ceremonias o un festival próximo.

Magia de la luna creciente

Entre la luna llena y la luna nueva está el periodo de la luna creciente. Esta época se utiliza para la magia de atracción, los hechizos amorosos, la protección y la sanación de la energía entre parejas.

Magia de la luna llena

Este es el momento idóneo para eliminar las influencias indeseadas de tu vida. También es un buen momento para crear protección mágica, para la adivinación, para hacer planes y soltar viejos patrones o problemas.

La magia de la luna llena puede conjurarse durante tres días antes de que llegue la luna llena, la noche de la luna llena y las tres noches siguientes.

Magia de la luna menguante

Entre la luna llena y la luna negra está el periodo de luna menguante. Es el momento de rechazar y eliminar las cosas negativas que te influyen, de soltar las emociones negativas, las enfermedades, las dolencias y los malos hábitos y de realizar hechizos para desbloquear algo.

Magia de la luna negra

Este es el periodo antes de los tres días de volver a ver parcialmente el círculo de la luna. En este momento no puedes ver ninguna de sus fases. Generalmente no se hace magia en este

periodo: es tiempo de darte un respiro, dedicarte a la introspección y recargar energías. Las visiones, el yoga nidra y las meditaciones profundas son geniales para esta fase; te ayudarán a enfocarte en tus cuestiones personales, tus preguntas y tus respuestas.

Las lunas mensuales

La rotación de la Tierra da lugar a trece lunas llenas durante el año. Cada una tiene un nombre o asociación mágica

| LUNA | MES |
|------------------------|------------------|
| Luna de lobo | Enero |
| Luna de tormenta | Febrero |
| Luna inmaculada | Marzo |
| Luna de semilla | Abril |
| Luna de liebre | Mayo |
| La larga noche de luna | Junio |
| Luna de hidromiel | Julio |
| Luna de esturión | Agosto |
| Luna de cebada | Septiembre |
| Luna de sangre | Octubre |
| Luna de nieve | Noviembre |
| Luna de roble | Diciembre |
| Luna azul | Ciclo de 28 días |

Luna azul

Ocurre cuando la luna llena aparece dos veces el mismo mes en su ciclo de veintiocho días. Esto suele ocurrir en los meses de treinta y un días.

También se la llama luna de objetivos, y es tiempo de fijar objetivos en tu vida. Aprovecha para aceptar los errores que hayas cometido y para revisar las lecciones que te ayudarán a mejorar tu vida y a intentar solucionar esos problemas en concreto.

Luna de cosecha

Es la luna llena que aparece cuando se acerca el festival de *Mabon*. Puedes aprovechar para pedir favores concretos o conseguir una protección extra.

Mapa de las lunas

Siéntate con tu calendario anual y señala las fases de la luna y los *sabbats* del año próximo.

Para algunas brujas *Samhain* es su Año Nuevo y aprovechan ese momento para preparar el año siguiente. Yo soy una obsesa de todo lo cíclico. Por *Samhain* me siento y marco todos los *sabbats* y *esbats* en mi diario para el año próximo, y luego también los añado a mi calendario *online*).

También hay aplicaciones móviles que te muestran las fases de la luna en tu teléfono inteligente, que es brujería tecnológica total.

Fases lunares uterinas

Las fases de los ciclos femeninos, vitales y menstruales, también están alineadas con las fases de la luna: creciente, llena, menguante y oscura. Y estas a su vez están alineadas con las estaciones de la primavera, el verano, el otoño y el invierno. [«—](#)

Mis libros *Red Code* y *Love your Lady Landscape* están llenos de revelaciones y sabiduría sobre el poder de nuestra naturaleza cíclica y nuestra menstruación. Pero veamos un breve resumen: el ciclo lunar dura veintinueve días y medio. Va de la luna nueva creciente de luz en aumento a la luna llena de total iluminación, a la luna

menguante oscura en la que la luz se va reduciendo y finalmente regresa a la luna creciente en la que la luz vuelve a aumentar.

Mes tras mes, el ciclo de la luna refleja el ciclo menstrual de las mujeres, que de promedio dura también veintinueve días y medio. Yo trabajo con mujeres y hablo sobre menstruaciones cada día, así que SÉ lo mucho que esto puede variar. Pero para esta exposición, vamos a generalizar.

Y de una forma parecida al ciclo lunar, el ciclo menstrual de la mujer se mueve desde la preovulación, un nuevo crecimiento, hasta el potencial total de la ovulación, la fase premenstrual de recolección y de soltar y de regreso a la menstruación para renovarse otra vez.

| FASE MENSTRUAL | FASE DE LA DIOSA | FASE ESTACIONAL | FASE LUNAR |
|-----------------|-----------------------|-----------------|----------------|
| Preovulación | Doncella | Primavera | Luna creciente |
| Ovulación | Madre | Verano | Luna llena |
| Premenstruación | Mujer sabia y salvaje | Otoño | Luna menguante |
| Menstruación | Anciana | Invierno | Luna oscura |

Cuando eres capaz de reconocer estos ciclos y sus fases y de conectarte con ellos, puedes entender tu naturaleza cíclica y la sabiduría que comporta, y lo que es más importante, empezar a confiar en ti misma.

Si nos entregásemos a la inteligencia de la Tierra, creceríamos erguidos como árboles.

Rainer María Rilke

De verdad: ESTO es magia. Magia femenina.

Cuando dejas de intentar trabajar en línea recta, con una agenda *machocéntrica* que te pide que te levantes y hagas lo mismo un día detrás de otro, durante un número determinado de horas, y en su lugar tratas de sintonizarte con las mareas y el flujo de:

- Tu ciclo menstrual.
- La fase actual de la luna.
- La estación.
- La fase de tu vida.

Experimentarás cómo puedes abrirte a la vida y echar raíces, de una forma íntegra y auténtica.

Se beneficiarán de ello tu familia, tu trabajo, tus relaciones y tu placer, sin excepción.

Esto no es nada nuevo. Sin embargo, ahora mismo fluir es radicalmente revolucionario.

TODO está conectado.

TODO es cíclico.

Todos morimos para que se pueda renacer, una y otra vez.

En realidad nada tiene un final. Cada muerte trae la vida, y cada final trae un nuevo principio. ¿No es de verdad increíble?

¿Que por qué es importante alinearse con la Tierra y con la Madre Naturaleza?

Te darás cuenta de que cuanto más alineada estés contigo misma, más despierta tu espíritu femenino. Y cuanto más te alinees con tu espíritu femenino, más te alineas con la Tierra y con sus ciclos y estaciones. Después de todo, la naturaleza es femenina, y tu cuerpo y la Tierra son una sola cosa.

Eres una FUERZA DE LA NATURALEZA.



Soy una fuerza
de la naturaleza.

[#WAKETHEWITCHES](#)

PROYECTO DESPIERTA A LA BRUJA

Invócala a ELLA, la que no puede ser controlada, haciendo lo siguiente:

Vive las estaciones: conéctate con el giro de la rueda del año celebrando los solsticios, los equinoccios y las estaciones. Usa los rituales que aparecen en este libro o crea nuevos rituales personales a tu gusto.

Fluye: honra y sigue tu naturaleza cíclica. Comprueba tus ritmos corporales a diario y conéctate con tu ciclo menstrual: es un mapa interminable que te irá revelando tu verdadero ser.

Echa raíces: respira profundamente en tu espacio uterino durante diez minutos diarios. Esto crea fuertes raíces conectadas, de modo que te sentirás menos presionada y manipulada y te será más difícil caer bajo el hechizo de los constructos patriarcales que dicta nuestra sociedad actual.

¹ N. del T.: un mayo es una vara con cintas con la que se danza en las fiestas de primavera.

Capítulo 9

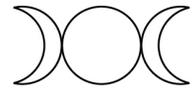
LA CREADORA

*ELLA, la que sueña, hace
magia y la manifiesta*



La mujer es,
fue y siempre será
una creadora.

[#WAKETHEWITCHES](#)



La creadora

Escríbelo. Fílmalo. Diseñalo. Publícalo. Tégelo. Saltéalo.
Hazlo como quieras, pero CREA.

Esta es mi versión de la cita original de Joss Whedon. Estoy segura de que pillas la idea.

Siempre estamos creando.

No podemos dejar de hacerlo.

Diane Stein, autora de *Mujeres que curan*, empieza su libro diciendo: «Las mujeres fueron las creadoras del mundo, las diosas-paridoras, las inventoras de una civilización positiva y pacífica».

Da igual si creas una vida en tu útero o una obra de arte maravillosa. No importa si creas una red de mujeres que se levantan contra la injusticia o un arroz increíble con berenjenas, curri y lentejas. Pongas donde pongas tus pensamientos y tu energía, manifiestas la magia. La buena y la mala.

Es así de simple

Podemos usar la magia de nuestro poder creativo para hacer el bien, mejorar nuestras vidas y crear salud, abundancia y felicidad. O podemos quejarnos y lamentarnos con el resultado de crear quejas y lamentaciones.

De cualquier modo, siempre estamos creando.

Cada palabra que decimos es un hechizo.

Parece que *abracadabra* viene del hebreo y significa «creo lo que digo». Yo no hablo hebreo y no puedo confirmar esto, pero ¿verdad que sería genial que fuera cierto?

Lo que tengo claro es que he sido una experta en manifestar desde que puedo recordar, aunque no sabía que se llamaba así.

Mi primera experiencia de manifestación ocurrió cuando tenía siete años y estaba en Butlins, un campamento de verano retro que se hace aquí, en el Reino Unido. Estaba a punto de participar en una carrera de burros y no había nada que deseara más en el mundo que ganar esa carrera.

Por favor, no me critiques, solo tenía siete años.

Recuerdo que crucé los dedos con todas mis fuerzas y repetí en mi cabeza: «He ganado, he ganado, he ganado». Seguí repitiendo esa frase hasta que crucé la línea de meta y toqué con mis manos el rosetón rosa de la cinta ganadora.

Claro está, volví a probarlo. Precisamente durante esas vacaciones, daba igual en qué me centrara: tomar un refresco burbujeante, que el *disc-jockey* pusiera mi tema favorito sin tener que pedirlo... Si lo creía con suficiente fuerza, ocurría de verdad.

Me sentía como Sabrina, la asombrosa bruja adolescente.

Y desde luego, desde entonces me convertí en una profesional.

Por ejemplo, todo el tiempo me dicen: «¡Lisa, tu marido es majísimo! ¿Dónde puedo encontrar uno como él?». Y otras veces: «¿Tiene Rich un hermano? ¡Es encantador!».

¿Quieres saber la verdad? Yo lo manifesté.

Suena como un reportaje de la revista *Cosmopolitan*, ¿verdad?

Y seguro que tú también has oído a alguien burlándose del poder de manifestación porque libros como *El secreto* hacen que parezca una especie de lista de la compra cósmica, en la que haces un pedido y esperas a que te envíen todo lo que siempre habías deseado.

Pero el poder de manifestar es mi magia favorita.

Ya lo ves, unos años antes de manifestar un hombre (¡y voy a registrar esto ahora mismo!), creé un sencillísimo hechizo llamado «haz que ocurra».

He usado este hechizo para conseguir un contrato de edición para una propuesta de publicación que hice. Me ha ayudado a conseguir escribir en revistas que me encantaban, sin tener que trabajar en una oficina. Incluso lo he usado para lograr alguna cantidad de dinero.

Y un día decidí modificar el hechizo para manifestar un hombre.

Esperé hasta la luna nueva el 11 de julio del 2010.

Encendí una vela, le susurré algunas palabras mágicas a ELLA y fui muy concreta.

Quería encontrar el amor. El tipo de amor que solo lees en los libros.

Fui muy concreta y escribí una lista.

No me importaba el color de su pelo, pero era fundamental que apoyara mis sueños creativos. No me preocupaba cómo vistiera, pero quería a un hombre, no a un niño, alguien con la capacidad de amar y ser amado. Y si esto te suena de *Moulin Rouge*, sí, la he visto, es una de mis películas favoritas.

Lo escribí TODO en una carta de amor dirigida a ELLA.

Después hice un saquito mojo: una pequeña bolsa mágica que puedo llevar colgada discretamente del cuello durante el siguiente ciclo de la luna. Lo llené de pequeños cristales de cuarzo rosa, un trocito de papel en el que escribí mi deseo de encontrar el amor, varias hierbas que despiertan el amor y la poción secreta que creé por *Beltane*. Si quieres hacer la tuya, consulta las instrucciones al final de este capítulo.

Puse la lista bajo mi almohada y llevé la bolsita todos los días.

Luego me puse manos a la obra. Cada mañana, durante la meditación, visualizaba a ese hombre y lo que haríamos juntos. Les pedí a mis amigos que me consiguieran citas, y a pesar de mis reticencias sobre las citas *online*, llegué a apuntarme a varias de estas webs.

Conocí a algunos hombres por Internet, aunque ninguno de ellos cambió mi vida.

Un día fui a una cita a ciegas preparada por un amigo que fue un desastre total. Él era francés y yo estaba *lost in translation*, NO como la película. Era un verdadero problema de comunicación.

Pero justo una fase lunar más tarde, en la siguiente luna, recibí en mi buzón un mensaje de un hombre que se describía como honesto, valiente, un vikingo de uno noventa de estatura. Era la masculinidad personificada.

¿QUÉ ES UN HECHIZO?

Un hechizo no es más que una oración en acción. Es una forma activa de manifestación.

Un hechizo puede ser algo tan simple como sentarte en cualquier lugar en medio de la naturaleza, deseando algo y enviando tu deseo al universo (o en mi caso, a ELLA). O puede ser algo más elaborado, como mi hechizo para manifestar un hombre, que trabajé durante un ciclo lunar a base de una larga lista de ingredientes mágicos: hierbas, incienso, aceites esenciales, velas de colores, lazos, una rima o una invocación escrita y la bendición de determinados dioses.

Los hechizos más complejos pueden ser más elaborados y necesitar determinadas preparaciones. Tendrás que escoger el día adecuado para el resultado que quieres (lee las correspondencias [aquí](#)), los ingredientes (de forma intuitiva o según sus propiedades) y las herramientas.

Luego necesitarás más preparación para escribir con tus propias palabras aquello que quieres que se manifieste y escoger telas de colores adecuados y aceites esenciales para atraer o repeler las propiedades que tienes en mente. Quizás hasta puedes sacar una carta del tarot o del oráculo para que te guíe.

Esta clase de hechizos suelen hacerse dibujando un círculo, invocando a las deidades y los elementos o direcciones para provocar que fluya la magia. Y no olvides dar las gracias a las deidades y a los espíritus a los que has invocado y cerrar el círculo cuando hayas acabado.

CREAR MAGIA

Puedes crear magia, tanto si el poder superior que usas para ello es el de una antigua diosa como el flujo energético del universo o la fe simple y desnuda en tu propia experiencia y viaje. TÚ tienes el poder de cambiar las cosas, de manifestar y de tener un gran impacto en las personas y en sus vidas.

Solo hay algo que debes tener en cuenta: un gran poder conlleva una gran responsabilidad. Sí, estoy citando a Spiderman, y sí, soy una loca del cómic. Responsabilidad hacia ti misma, hacia los demás, hacia tu comunidad, hacia los animales y hacia toda la Tierra.

Y ¿cómo haces exactamente para crear magia?

Desde tiempos antiguos, los practicantes de la magia se han servido de los colores, la música, el ritmo, los cantos, los gestos de las manos y las posturas corporales para hacer sus trabajos.

Para mí, la magia (y el círculo y el hechizo) es una forma de ritualizar mi intención y mi compromiso de crear mis deseos, y de convertirme en señora de mi destino, a la vez que me rindo por completo al resultado.

Y esto vale tanto para cuando quiero enviar amor y paz a cualquier lugar del mundo castigado por la guerra como para cuando quiero escribir un blog que haga pensar a las mujeres y que les haga llevar su atención a sus vaginas, o para publicar este libro. La magia se cuele en las fuerzas externas e internas para guiarme en mi viaje hacia lo que quiero crear.

Lo bueno es que todo lo que necesitas para hacer magia es... A TI.

Tú eres la herramienta más mágica de todas.

Son tu intención y tus energías lo que determina el resultado final de cualquier trabajo mágico. Muchas brujas nunca usan otra herramienta que sus propias energías personales. Y algunos de los trabajos más poderosos pueden llevarse a cabo sin siquiera moverte del sofá. Las verdaderas «herramientas» de la bruja son tu foco, tu concentración, tus intenciones y tus deseos.

Dicho esto, hay otras herramientas geniales que puedes utilizar. Es una sugerencia. Aquí tienes algunas de mis favoritas.

Libro de las sombras

Un libro de las sombras, también llamado grimorio, es donde la bruja apunta sus hechizos, rituales y otros secretos. [«—](#)

Las brujas modernas pueden tener una carpeta en su ordenador portátil. Y estoy bastante segura de que con el tiempo alguien creará una aplicación para que puedas llevarlo en tu móvil.

Pero, en fin, a mí me gusta hacerlo al viejo estilo. Así que tengo diarios llenos de los hechizos que he lanzado, con notas sobre los que funcionan y los que no. También apunto todo lo que uso (aceites, hierbas, velas de colores), la fecha en que hice el hechizo y en qué fase estaba la luna ese día.

Improviso mucho a partir de mi libro de las sombras. Empiezo haciendo una pregunta y pidiendo orientación. Primero, yo misma escribo la respuesta, pero con práctica, ELLA/mi conciencia toma el relevo, y recibo la medicina o la revelación que he estado esperando.

Qué puedes anotar en tu grimorio

- La rueda del año y los *sabbats*.
- Los elementos y sus correspondencias.
- Los hechizos y los rituales que recojas de distintos lugares o que inventes. Te ayudará tomar notas después de cada hechizo para ver si te sientes diferente y para registrar los cambios que el hechizo traiga a tu vida.
- Hierbas, inciensos y aceites y sus propiedades, en especial para apuntar tus propios experimentos con todos ellos y los cambios que traen a tu vida.
- Cristales y sus propiedades. Apunta cómo te sientes cuando usas distintos cristales y qué efectos tienen en tu vida. Toda esta información te resultará útil más adelante, cuando quieras crear tus propios hechizos.

- Notas prácticas sobre las fases de la luna y sobre cómo afectan a tu trabajo con los hechizos.
- Propiedades de los colores, la magia de las velas, etcétera.
- Las notas diarias de agradecimiento te ayudarán a que tu mente y tu alma eleven sus vibraciones y atraigan más bondad a tu vida.
- Ideas creativas o interesantes, borradores, herramientas que te gustaría crear o comprar, decoraciones para tu altar, ideas para plantar hierbas en tu jardín... En realidad, cualquier cosa que se te ocurra y te gustaría conservar como inspiración.
- Recetas para pociones, mezclas de hierbas y comidas para la celebración de los *sabbats*. Yo tengo apuntada la receta de los pastelitos de miel de Ostara en mi grimorio, pero pienso añadir más este año.
- Un registro de tus meditaciones, visualizaciones y sueños. Tanto mi abuela como mi madre los apuntaban, y el simbolismo y las revelaciones que recibían durante los sueños y a través de las visualizaciones es de verdad increíble. Ahora me encanta tenerlos y poderlos leer.

Cuando lances un hechizo, es importante que mantengas una mente clara y enfocada para conseguir los mejores resultados. Esto significa meditar regularmente, y tal vez quieras tomar notas si tienes determinados sentimientos y revelaciones durante tus meditaciones.

Después de hacer un hechizo, visualizar vívida y habitualmente tus objetivos de una forma alegre mejorará tus posibilidades de éxito. Por eso vale la pena tomar notas.

Puedes adornar tu libro de las sombras como más te guste. Puedes imitar cualquier libro que te encante dibujándolo en una libreta en blanco o comprar un libro de hechizos del estilo del de Harry Potter, lo que más te guste.

¿Qué más necesitarás?

En realidad, como dije antes, no NECESITAS nada excepto a ti misma. Todo lo demás solo es un punto de partida... pero es genial tenerlo si te gustan tanto como a mí los rituales, los hechizos y las ceremonias.

Athame o cuchillo ritual

Muchas brujas tienen un cuchillo ritual o varios. En los círculos de brujería se los suele llamar *athames*. En las tradiciones escocesas, el cuchillo ritual recibe el nombre de *yag-dirk*. Yo al mío lo llamo cuchillo de la bruja. No hay ninguna necesidad de complicar las cosas. [«—](#)

Como ocurre con todas las herramientas rituales, un *athame* es un objeto mágico muy personal. Muchas brujas se hacen sus propios cuchillos o personalizan uno corriente con runas, esculpiéndolo o añadiéndole algún símbolo. El objetivo es mezclar la energía de la herramienta con las intenciones mágicas de su propietario.

Según muchos libros modernos de brujería, un *athame* es «una cuchilla de hierro de doble filo con un mango negro». Pero muchos practicantes de magia usan *athames* de acero inoxidable, cobre, plata y otros metales, o incluso piedra esculpida. Algunas brujas tienen reliquias familiares y otras jamás usarán algo que corte.

Lo más importante es que la herramienta que escojas vaya con tu personalidad. Yo creé la mía con un mango de madera y una punta de flecha de cornalina. La uso para dibujar mis círculos cuando creo ceremonias femeninas, porque la cornalina es el mineral del útero.

Algo en lo que la mayoría de las brujas y los *wiccanos* están de acuerdo es que las herramientas mágicas solo deben usarse para los rituales. Por eso muchas veces dejan sus cuchillos sin afilar. Sin embargo, mi abuela era una bruja de cocina; por tanto, cuando picaba hierbas para hacer magia, usaba el mismo cuchillo que para cortar zanahorias para el estofado o para untar mi pan con mantequilla y mermelada.

Para ella no había ninguna diferencia y prometo que la magia era la misma.

Escoba

La escoba se utiliza para limpiar las zonas de un ritual. Muchas brujas tienen una escoba invertida en la puerta de entrada de su porche para proteger sus hogares de las malas energías.

Puedes aprender a fabricar tu propia escoba [aquí](#).

Caldero

En la brujería actual el caldero es una herramienta mágica importantísima que combina de forma simbólica las influencias de los antiguos elementos del aire, el fuego y la tierra. Su forma representa a la Madre Naturaleza, y como dije antes, también representa el caldero cósmico y la cavidad pélvica.

Las tres patas sobre las que se sostiene el caldero corresponden a los aspectos de la triple Diosa (doncella, madre y sabia) y de las tres fases lunares (creciente, menguante, llena). De hecho, generalmente el tres se considera un número mágico.

Además, el caldero es un símbolo de transformación física y espiritual, de iluminación, de sabiduría, del útero, de la Diosa Madre y del renacimiento.

Desde los tiempos antiguos se han usado calderos no solo para hervir agua y cocinar los alimentos, también para calentar brebajes mágicos, venenos y pociones sanadoras. Y por supuesto, los alquimistas y las brujas los han utilizado como herramienta de adivinación, recipientes de fuegos sagrados e inciensos y vasijas sagradas para hacer ofrendas a los antiguos dioses.

Cáliz

Un cáliz o copa representa el principio femenino del agua. Y como el caldero, representa también nuestra cavidad pélvica como el Santo Grial.

Los cálices pueden ser de cualquier material. Muchos son de plata o peltre (ten cuidado con cálices de metal sin tratar si vas a servir vino en ellos, mejor no arruinar el vino ni el cáliz). Los de

cerámica también se ven bastante ahora. Algunas brujas tienen distintos cálices que usan en diversos rituales.

A veces el cáliz se pasa a través del círculo y cada persona le da un sorbo. Los miembros del círculo suelen decir unas palabras antes de pasarlo: «Que nunca pases sed».

También se utilizan para las libaciones de vino o de agua en honor a los ancestros. Luego sirven pasteles de *sabbat* o de luna (son pasteles horneados bajo la energía y con ingredientes de un *sabbat* o una luna en particular).

Vestimenta

Muchas brujas deciden si llevar ropas o no. Si sigues una tradición específica, como la gardneriana, por ejemplo, tal vez practicas el desnudo ritual.

Si vas vestida durante el ritual, esa ropa (sotana, capa, joyería, etc.) se usa solo durante los rituales. Cuando llevamos adornos especiales, sentimos un toque mágico que nos ayuda a separar la vida mundana del momento ritual.

Yo tengo un mantón de bruja que utilizo solo para trabajar con hechizos. También tengo un collar que solo llevo durante las ceremonias y un manto extraordinario para los rituales al aire libre, negro con adornos rojo sangre, y es chulísimo.

Hay muchas tradiciones o caminos que tienen un vestuario «establecido» que refleja el origen étnico de esa tradición. Los escoceses pueden llevar *kilts*, y los druidas ropas con capucha. Muchos practicantes bordan símbolos mágicos en sus ropas rituales o «esconden» pequeños objetos mágicos en las costuras y los dobladillos para que les sirvan como talismanes de protección.

Yo llevo cristales y símbolos mágicos en el forro de mi capa.

Quemador de incienso

Como su propio nombre indica, es un recipiente en el que se queman conos o varillas de incienso (antiguamente se solía utilizar carbón para hacerlo), por lo que se fabrica con materiales resistentes al fuego.

Los quemadores de incienso más habituales son minicalderos de hierro o de latón, con formas y tamaños de fantasía.

El incienso es un elemento de aire, y el cono o la varilla que arde poco a poco representa el fuego. Estos dos elementos juntos se usan para purificar espacios rituales, otras herramientas o el círculo.

Varita

Una varita representa el elemento aire y el elemento masculino. Puedes comprarla o recogerla en la naturaleza. Si quieres tomarla de un árbol vivo, pregunta primero y deja un pequeño regalo de agradecimiento, como un cristal, algo de incienso o una libación de gratitud.

Puedes usar la varita para dibujar un círculo o dirigir la energía de otras formas mágicas, como en los encantamientos y los hechizos. Hay varitas de cristal, cobre, plata y otros metales, pero el material «clásico» sigue siendo la madera. Ten en cuenta que los diferentes tipos de madera tienen diferentes asociaciones y aplicaciones mágicas.

Las brujas de varita suelen tenerlas de varios tipos en su armario de magia. Y otras brujas que no usan *athames* suelen utilizar en su lugar una varita.

Yo tengo las dos cosas. Pero la mayor parte del tiempo, solo uso mi dedo índice. Créeme, es igual de poderoso.

Utiliza tus herramientas hasta que ya no las necesites. Me encantan mis herramientas de bruja. Pero no siempre las empleo. Las herramientas no te convierten en bruja ni en un ser espiritual, aunque pueden ser una forma de conectar con tu sabiduría interior.

CORRESPONDENCIAS, SIGNOS Y SÍMBOLOS PARA HACER HECHIZOS

Las correspondencias son listas que incluyen días de la semana, colores, números, hierbas, aceites, diosas y signos del Zodíaco, y sus propiedades y beneficios, además de cómo usarlos en armonía para atraer determinados resultados en los hechizos mágicos. [«—](#)

Por ejemplo, si quiero crear un hechizo de amor, puedo usar un cristal de cuarzo rosa, aceite de *ylang ylang* y la carta del tarot de Los Amantes. Y puedo hacer un hechizo un viernes porque es el día de la diosa Freya, y ella representa el amor en la tradición del Norte.

Las siguientes son solo algunas de las correspondencias con las que trabajo. Son una mezcla gitana y *wiccana*, y no hay nada que no pueda cambiarse en ellas.

Recuerda que son tradiciones, no dogmas, y los significados de cada correspondencia pueden cambiar en las distintas tradiciones.

Respétalas pero también sigue tus sentimientos. Y si te surge alguna duda, olvídalas.

Los días de la semana

Lunes

Planeta dominante: Luna

Colores: blanco, plata, gris, perla

Carta del tarot: La Sacerdotisa

Hierbas y aceites: jazmín, loto, gardenia, bálsamo de limón

Cristales: cornalina

Poderes: adivinación y dominios femeninos

Chakra: chakra raíz o primer chakra

Ideal para: trabajar hechizos en los que están implicadas las emociones, como atraer la confianza y la intuición, así como hechizos para la protección, la clarividencia, la astrología, los niños, la adivinación, los viajes y los sueños astrales, las actividades domésticas, la imaginación, la iniciación, la magia, la psicología, la

reencarnación, la religión, los viajes cortos, la espiritualidad, el público, los animales totémicos y la planificación de viajes.

Martes

Planeta dominante: Marte

Colores: rojo, rosa, naranja

Carta del tarot: La Rueda de la Fortuna

Hierbas y aceites: nuez moscada, salvia, clavo

Cristales: amatista, lepidolita

Poderes: valentía, confrontación y fuerza

Chakra: chakra sacro

Ideal para: inspirar pasión y energía, como un hechizo para potenciar la confianza. Marte es un guerrero, por lo que si necesitas librar una batalla espiritual, este es el día. El martes también es un buen día para los hechizos de protección, hostilidad, negocios, principios, combate, confrontación, valentía, dinamismo, jardinería, pistolas, caza, movimiento, actividad muscular, pasión, asociaciones, energía física, policía, reparaciones, sexo, soldados, cirugía, herramientas y trabajos en la madera.

Miércoles

Planeta dominante: Mercurio

Colores: azul, magenta, plata

Carta del tarot: El Mago

Hierbas y aceites: menta, alcaravea, hinojo, eneldo, lavanda

Cristales: ágata, venturina, lapislázuli

Poderes: viajes, dinero, logros académicos

Chakra: chakra del plexo solar

Ideal para: comunicación (verbal o de cualquier otro tipo). También para los hechizos relacionados con la obtención de información, contabilidad, astrología, comunicación, ordenadores, correspondencia, edición, educación, sanación, contrataciones, periodistas, aprendizaje, idiomas, citas legales, mensajes, música, llamadas telefónicas, parientes, firmar contratos, estudiantes, visitar amigos, artes visuales, sabiduría y escritura.

Jueves

Planeta dominante: Júpiter

Colores: verde, colores metálicos

Carta del tarot: La Torre

Hierbas y aceites: jengibre, comino, incienso

Cristales: jaspe rojo, granate, rubí

Poderes: empleos, carreras, amistad, prosperidad

Chakra: chakra del corazón

Ideal para: es probablemente el mejor día, en general, para los hechizos, puesto que Júpiter es un planeta benevolente y generoso. Todos los hechizos relacionados con la prosperidad, la suerte, la abundancia y el éxito deben hacerse este día (mejor con luna creciente). Además, es buen día para los hechizos de negocios, beneficencia, universidades, doctores, educación, expansión, previsiones, intereses en el extranjero, juego, crecimiento, caballos, viajes de larga distancia, suerte, riqueza material, comerciantes, filosofía, psicología, edición, lectura, religión, investigación, mejora personal, deportes y estudio de leyes.

Viernes

Planeta dominante: Venus

Colores: rosa, verde

Carta del tarot: Los Amantes y La Emperatriz

Hierbas y aceites: menta, rosa, *ylang ylang*

Cristales: cuarzo rosa, rodonita

Poderes: amor, sexo, relaciones

Chakra: chakra de la garganta

Ideal para: (suspiro) la dulzura del amor. Este es el día para los hechizos de amor y también para ofrecer tu amor a tus dioses o diosas favoritos. Como cantan *The Cure*: «¡Es viernes! ¡Estoy enamorado!». Es también un buen día para los hechizos de afecto, las alianzas, los arquitectos, los artistas, la belleza, los quiroprácticos, el cortejo, los bailarines, las citas, los diseñadores, los ingenieros, los artistas, la amistad, la jardinería, los regalos, la

armonía, el lujo, el matrimonio, la música, la pintura, los socios, la poesía, las relaciones, el amor romántico, las compras y la actividad social.

Sábado

Planeta dominante: Saturno

Colores: negro, gris, rojo, blanco

Carta del tarot: El Mundo

Hierbas y aceites: pachuli, consuelda

Cristales: rodio, obsidiana, ónix

Poderes: conocimiento oculto y esotérico, eliminación de las limitaciones, asuntos legales

Chakra: sexto chakra o tercer ojo

Ideal para: anular hechizos y librarse de viejas energías. Los hechizos de vinculación que se hacen este día son potentes, y es bueno para enfocarse y desarrollar paciencia, una cualidad de la que carecen muchas brujas. Por lo general no hago ningún hechizo en sábado si no es para liberar de energías o deseos indeseados. Otros trabajos de hechicería idóneos para este día incluyen la justicia, el karma, los límites, los obstáculos, explorar en lo profundo, la protección, la realidad, el sacrificio, la separación, la estructura, los dientes, las pruebas y la transformación.

Domingo

Planeta dominante: Sol

Colores: amarillo, dorado, naranja

Carta del tarot: El Sol

Hierbas y aceites: madera de sándalo, romero, incienso

Cristales: ámbar, piedra del sol

Poderes: crecimiento, sanación, problemas de salud masculina

Chakra: chakra de la corona

Ideal para: la verdad en todos los asuntos. El Sol es genial para los hechizos de la verdad y para crear calidez en tu corazón. Si te sientes helada por dentro y cargando con toneladas de resentimiento, usa la energía solar los domingos para brillar a través

de un corazón nublado. Es también un buen día para la ambición, las figuras de autoridad, la carrera, los niños, los cultivos, todo lo relacionado con el teatro y la interpretación, la diversión, los objetivos, la salud, las leyes, las finanzas personales, la promoción, la especulación, las ventas, el éxito, los voluntarios y los servicios cívicos.

Los colores

Usar velas de colores para retener la energía y la intención de tu deseo o tu sueño mientras arden es una forma genial y nada costosa de hacer un hechizo. [«—](#)

Muchas brujas ungen la vela con aceites o hierbas. Por ejemplo, si vas a hacer un hechizo relacionado con el dinero, escoge una vela verde y úngela con jengibre o incienso mezclados con hierbas o en aceite.

Puedes aplicar tu creatividad escogiendo los siguientes colores:

- **Rojo:** sexo, deseo, vitalidad, fuerza
- **Naranja:** encanto, confianza, alegría, celos, persuasión
- **Amarillo:** desarrollo intelectual, alegría, fuerza mental
- **Verde:** prosperidad, abundancia, fertilidad, cuestiones de dinero
- **Azul:** curación, protección, desarrollo espiritual
- **Púrpura:** lo oculto, el poder, lo mágico
- **Rosa:** amor, amistad, compasión
- **Blanco:** pureza, inocencia, paz, tranquilidad

Los elementos

Los elementos (tierra, aire, fuego, agua, espíritu/éter) nos convierten en lo que somos; por tanto, yo los invoco a todos cada vez que dibujo un círculo.

Cada tradición y cada cultura, a lo largo y ancho del mundo, convocan a los distintos elementos en diferentes lugares cardinales. También puede que cada elemento represente algo distinto. Como

dije antes, he tenido diversos maestros *wiccanos*, *stregas* y chamanes. Y cada uno de ellos lo hacía de manera diferente.

Verás cómo hago con las aperturas y los cierres de las ceremonias que comparto en este libro. Si quieres, sigue mis pasos, pero si no os sentís cómodos tú o la tierra en la que estás, encuentra tu propia forma de dar las gracias a los elementos.

Hacer un hechizo

Hacer un hechizo es algo completamente creativo.

No hay una forma errónea o correcta de hacerlo, siempre que para ti funcione. Algunas brujas preparan un escenario muy espectacular, y rituales y ceremonias que pueden durar horas. Pero en general te diría que con una hora es suficiente.

Lo importante es que hagas tu hechizo con honestidad, claridad, foco e intención.

Elige una intención

¿Quieres que en tu vida haya más abundancia?

¿Quieres soltar algo?

¿Encontrar una forma de sanarte o de sanar a alguien de tu familia?

¿Hacer un rito o un umbral de paso?

Tanto si es una cuestión espiritual como un asunto mundano, puedes llevarlo al espacio seguro y cargado de significado de un círculo intencional.

Planifica lo que vas a necesitar

Para tu altar, piensa en qué objetos representan tu intención.

Recoge ofrendas para las deidades o seres conectados con tu hechizo, además de ofrendas y velas para cada una de las cuatro direcciones y elementos. Piensa en maneras de representar tu intención de forma material.

Por ejemplo, si quieres soltar algo, puedes escribirlo en un papel y luego quemarlo. Si quieres hacer una limpieza, puedes rociar

agua. Tal vez desees usar cantos o percusión o unos sonajeros para hacer crecer la energía una vez que hayas creado tu espacio sagrado.

Para no quedarte sin los objetos que necesitas en mitad de un hechizo, por ejemplo un cierto tipo de flor para un altar, agua marina para un hechizo de purificación o velas de un color específico, ten claro lo que vas a necesitar y tenlo en casa antes de hacer el hechizo.

Procura además que nada ni nadie te interrumpa cuando estés en tu espacio sagrado. La forma más rápida de interrumpir la energía que has creado es que alguien llame a la puerta. Yo siempre desconecto el timbre si estoy trabajando en un hechizo. No dudes de que el momento en que te pongas a trabajar en tu magia será cuando te traigan ese paquete que estabas esperando.

Recuerda que las ceremonias y los hechizos sencillos pueden ser tan poderosos como los más elaborados o aquellos en los que se canta y se baila. Por lo que a mí respecta, no hay una forma correcta o equivocada de llevar a cabo una ceremonia. También debes saber que hay personas de tradiciones de brujería mucho más formales que estarían en desacuerdo conmigo.

Haz una ofrenda

Antes de empezar tu conjuro, haz una ofrenda. Puede ser a cualquier cosa o a cualquiera que te haya ayudado en el camino. Puedes hacerle una ofrenda a ELLA, a los espíritus, al universo, a un dios o diosa, aquello con lo que te sientas más cómoda. También puedes hacerle una ofrenda a la Tierra.

Mientras hagas la ofrenda puedes colocar una flor, hacer sonar un bol, espolvorear sal o agua, cantar una canción o hacer sonar una maraca.

Limpiar, purificar, aferrar a la tierra y centrar

Muchas tradiciones creen que antes de cada ritual debe haber un periodo de purificación. Durante este tiempo la persona que va a

hacer el ritual puede eliminar las preocupaciones, las inquietudes y las ansiedades que afectarían a su concentración.

Algunas tradiciones queman salvia, espolvorean sal o rocían agua bendecida, o todo ello. Otros queman palo santo, copal o una mezcla de incienso. Y hay quien realiza ejercicios de respiración. Haz lo que te haga sentir más cómoda.

A mí me gusta quemar salvia en el espacio donde hago el círculo; luego les pido a las energías negativas que se vayan para que solo queden las energías amorosas y de apoyo.

Si vas a compartir el espacio sagrado, es una buena idea que tus hermanas se purifiquen con salvia también al entrar en el círculo, empezando por la cabeza y después moviéndola hacia abajo, por delante y por detrás. Es una forma de bendecirlas cuando entran en el círculo y de establecer que han entrado en un espacio de magia, recuerdo, sacralidad y honor.

Dibujar un círculo

Las brujas hacen gran parte de su «trabajo» en círculo. En él es donde se lanzan los hechizos, se realizan rituales y se consagran las herramientas.

También es donde practico casi cualquier cosa que considero sagrada. Siempre hago un círculo cada vez que leo el tarot, antes de trabajar con clientes y antes de realizar una ceremonia *online* o en persona. Hice uno cada vez que me senté a escribir este libro.

Al dibujar el círculo, creas un espacio sagrado, un «mundo entre mundos».

Es un espacio que no solo contiene y amplifica la energía que elevas en él, sino que además crea una barrera para desviar cualquier energía negativa que pueda ser dañina. Es un lugar donde las fuerzas creativas del universo se reúnen contigo para hacer magia.

El círculo **es un microcosmos del universo**: «Como es arriba es abajo». Y todo lo que se crea en él se manifestará finalmente en el mundo visible.

☆ Cómo dibujar un círculo ☆

Puedes hacerlo como quieras. Así es como yo lo hago...

Traza un círculo en el suelo con una varita, un *athame*, la mano o un dedo. Uses lo que uses, no hace falta que toque el suelo. Solo tienes que apuntar hacia él.

Visualiza la energía protectora que sale de ti y dirígela hacia abajo con el brazo con el que estás dibujando el círculo, por lo general la mano dominante. Centra la energía en tu herramienta mágica y visualiza que de ella sale un haz de luz que se fija en el suelo.

A algunos practicantes les gusta trazar el círculo varias veces, por ejemplo, una vez para la protección, otra para la concentración y otra para el poder. Pero esto no es necesario.

A otros les gusta poner el nombre de los cuatro elementos en los cuartos (oeste, sur, este y norte; y aire, fuego, agua y tierra), en especial si el ritual comporta invocar la presencia de lo Divino.

Otras veces el círculo puede estar señalado con velas, piedras, cuerda o algún otro límite físico. Independientemente de todo eso, suele imaginarse como una esfera o una cúpula de energía.

Cuando mejor sea tu visualización, mejor es tu círculo. Tómame el tiempo que precises y concéntrate.

Tu ceremonia necesita un escenario seguro y lleno de significado personal y colectivo.

Una vez hemos dibujado el círculo, podemos iniciar la ceremonia.



Monta tu altar

Un altar te ayudará a enfocarte en los rituales, las ceremonias y los trabajos mágicos. Si usas un círculo, por lo general colocarás el altar en el norte, pero esto cambia según las distintas geografías y tradiciones. Este espacio debería estar vivo y lleno de energía. [«—](#)

Te sugiero que no uses un altar solo como elemento decorativo. En su lugar, utiliza objetos que tengan significado para ti. Deberían ser objetos que te aporten foco e inspiración.

Es tu espacio de trabajo y debería ser lo bastante grande para realizarlo con comodidad. Esto quiere decir que no debes atiborrarlo

con estatuas decorativas, cachivaches y objetos inútiles.

Y por último, tu altar debería reflejar tus creencias íntimas. Es un altar espiritual en el que honrar tus creencias y las energías divinas que están presentes en tu espacio. Si trabajas con dioses y diosas específicos, está bien colocar una estatua de su panteón. También puedes poner una imagen o pintura que represente a la deidad que quieras invocar para apoyar tus trabajos espirituales.

Qué poner en tu altar para hacer conjuros

- **Vela ceremonial:** es una vela corriente que sirve para estimular y mantener el foco de tu energía y protección cada vez que te sientes frente a tu altar o hagas trabajos mágicos.
- **Velas rituales:** son velas que puedes usar para rituales o conjuros específicos. Pueden ser de distintos colores, según el conjuro o el trabajo que vayas a hacer.
- **Juego de cuencos:** en ellos colocas los ingredientes que vayas a utilizar en tu trabajo. Yo tengo un juego de cuatro boles de cerámica de colores. Cada uno representa a los cuatro elementos: azul para el agua, amarillo para el aire, verde para la tierra y rojo para el fuego.
- **Cuenco de mezclar o caldero:** lo utilizarás para mezclar los ingredientes que uses en tu trabajo.
- **Copa ritual o cáliz:** como parte de mis trabajos comparto vino o zumo de uva.
- **Tu grimorio o libro de las sombras:** tanto si lo usas para consultar información como para registrar tus experiencias, recuerda tenerlo cerca.

Por supuesto, algunos tradicionalistas creen que un altar siempre debería contener objetos concretos en lugares específicos. Aunque no comparto totalmente esta idea, sí creo que un altar debe crearse con intención.

Tengo montones de altares. Por ejemplo, mi cuerpo es un altar. Yo he firmado literalmente sobre mi cuerpo mi devoción a ELLA.

En nuestra casa hay un altar en el salón dedicado al Dios y a la Diosa con imágenes del campeón de levantamiento de pesos Thor Björnsson y la santa de los abrazos, Amma. Además, cada vez que escribo un libro, creo un altar para ese libro y sus contenidos y añado talismanes, cristales y una tirada del tarot para que me ayuden a escribir.

También tengo una caja altar para los días de mi sangrado menstrual. Es una caja que contiene mi chocolate favorito, un anillo que llevo durante esos días y una imagen de la diosa Lilith, que vigila mi sangrado. Saco la caja cuando empiezo a sangrar y la guardo cuando acaban esos días.

Cualquier cosa que coloques en un altar, se transforma.

Marianne Williamson

NOTA: los altares no solo se utilizan para los conjuros. También son un espacio sagrado para entrar en comunión con los espíritus, para cargar los objetos de energía espiritual y para que medites a diario y te enfoques en tus deseos y tus sueños.

Mi amiga y hermana bruja Sarah Starrs dice que es importante no quedarte atrapada en lo que pones en el altar. Es un ejercicio espiritual, no uno de consumo. De hecho, la primera vez que crees un altar te animo a que lo hagas usando solo los objetos que ya tengas. Puedes ir reuniendo nuevos objetos poco a poco, pero no te quedes bloqueada pensando en lo que deberías poner en tu altar.

Recuerda que crear un altar es crear un espacio sagrado para ti y para tus rituales y prácticas diarias. Haz de eso tu prioridad en lugar de solo centrarte en los objetos que vas a colocar en él.

Qué incluir en un altar diario

Tu altar diario puede contener absolutamente todo lo que quieras, cualquier objeto que sea personal para ti. Dicho esto, aquí tienes algunas ideas con las que empezar:

- **Cartas del tarot:** escoge una para ese día, esa semana del año, y ponla en tu altar para que te recuerde su mensaje.
- **Cristales:** elige un cristal que lleve esa energía que necesitas incrementar en tu vida.
- **Velas:** suelo escogerlas según el simbolismo de su color, o marco palabras o símbolos mágicos en ellas.
- **Esculturas:** incluye pequeñas figuras de cualquier deidad a la que rindas tributo o a los mitos que representen las cualidades que quieras encarnar.
- **Papel:** escribe una lista de tus deseos e intenciones actuales.
- **Ofrendas a los dioses a los que honras:** puede ser comida, flores, bebidas alcohólicas, especias o cualquier otra cosa que muestre tu devoción y gratitud.
- **Una planta:** representa todas las cosas buenas que quieres que crezcan en tu vida. Incluso puedes escribir esas cosas y enterrarlas en el suelo.
- **Talismanes o joyas:** objetos que quieres que traspasen su energía al altar.
- **Tótems:** objetos que representan los cuatro elementos (una pluma, un bol de agua, un frasquito con tierra y una vela, por ejemplo) u otros que representen tus mayores sueños.
- **Una vasija con agua:** se dice que aporta fluidez a tu vida.
- **Monedas** u otros símbolos de prosperidad y abundancia.
- **Aceites esenciales:** para ungir las velas o ponértelos tú.
- **Tu tablero de visualizaciones** o cualquier fotografía que evoque tu vida ideal.

Tienes a tu disposición posibilidades infinitas; solo recuerda que el objetivo es recoger objetos bellos, sagrados o importantes para ti.

Escribir un conjuro

Un conjuro no es más que una combinación de palabras que tenga un significado para ti.

En realidad no necesitas que te diga qué tienes que escribir. Puedes aplicar tanta creatividad como desees o crear un conjuro sencillísimo.

Solo recuerda que las palabras tienen un significado. Por eso las llamamos conjuro cuando las ponemos juntas. Estos son los pasos que yo sigo para escribir un conjuro.

Ten claro lo que quieres

¿Qué es lo que quieres? ¿Lo quieres en diez días o en veinte años? ¿Qué es exactamente?

Obviamente tus deseos pueden cambiar de un mes a otro o de un año a otro. Por eso las brujas trabajan con las fases de la luna. Si cambias de idea, puedes cambiar el objetivo usando las fases lunares en consonancia.

Escríbelo en un papel

Poner en un papel tus intenciones y sueños puede ser una experiencia profunda. Al ver tu visión en palabras, tienes ocasión de visualizarla. Y en cierto sentido, lo hace más real que cuando solo está en tu cabeza.

Además, al ver las palabras escritas en un papel te sientes responsable de lograr que tus deseos se hagan realidad. De este modo puedes aumentar tu influencia sobre los acontecimientos por el solo hecho de verlos negro sobre blanco.

Pon empeño en invocar tu visión y tu experiencia, y lo genial que sería. ¿Qué sientes? ¿Te sientes segura? ¿Te sientes observada? ¿Sientes que tu creatividad llega más lejos? No te limites cuando lo pienses.

Cree y actúa

Debes creer que lo que quieres revelar se presentará en tu vida en cierto momento. Tienes que creerlo con cada partícula de tu ser. En lo más profundo de tu corazón.

Luego, una vez hayas llegado a esa profundidad, tienes que actuar en la dirección de ese sueño o camino. Si quieres poner en marcha un negocio, compra un dominio y aprende a usar las redes sociales con eficacia. Si quieres correr un maratón, empieza a correr, incluso si es solo hasta la esquina de tu casa. Necesitas arrancar para que tú y ELLA, el universo y todo lo que es sepáis lo que quieres.

Nunca deja de asombrarme cómo ELLA y el universo conspiran para ayudarme cuando tomo una decisión, me comprometo con una creencia y me pongo en marcha para materializar ese deseo.

Suéltalo

Una vez has pedido lo que quieres, te has puesto en marcha para lograr tus deseos y crees de verdad que se manifestará y que además lo mereces, debes desaferrarte del resultado totalmente.

Necesitas confiar en que todo está bien, en que todo está sucediendo de la forma en que debe suceder y en que tus deseos se harán realidad en un momento divino y dulce. Enfócate en lo que puedes controlar, en otras palabras, en los pasos que debes dar para mantenerte en la dirección de tu objetivo.

Recalibra y confía

La magia práctica casi nunca es instantánea. Vale, sí, en ocasiones lo es, pero la mayoría de las veces tienes que alimentarla, nutrirla, trabajar y ser positiva. Por eso lo llamamos «trabajo».

Recalíbrala y afínala si lo necesitas... y lo que es más importante, confía en que la magia ESTÁ sucediendo.

Mi lema es:

Esto o algo mejor.

Haz el conjuro, haz la magia

Canta el conjuro, comparte la sabiduría, remueve el caldero, convoca lo que necesites, susúrrale tus intenciones a una semilla y plántala. Vierte agua sobre la tierra para simbolizar la curación del planeta. Escribe en un papel y quema lo que necesites eliminar. Quizás sientes la necesidad de ponerte a bailar de repente o de añadir algo durante el conjuro.

Por lo general tengo una idea de lo que me gustaría hacer en el círculo, y en gran medida, tengo mi intención superclara. Pero en el resto de las ocasiones me gusta dejarme guiar por ELLA. De este modo, siento que ese momento está lleno de sentido para mí.

Todo es un mensaje. Al menos eso decía mi abuela. Usa los símbolos y los signos con total reverencia incluso si llegan de forma inesperada.

De hecho, hazlo especialmente si llegan de forma inesperada.

Cierra el círculo

Cuando hayas acabado, tienes que cerrar tu espacio sagrado. Da las gracias a todos los elementos y direcciones con los que has trabajado.

Tómate un tiempo para palpar tu cuerpo y regresar del todo a ESTE mundo, antes de interactuar con los otros o de conducir. Para mí, poner las manos en el suelo o sobre la Madre Naturaleza, comer chocolate o practicar sexo son las mejores formas de aterrizar después de un ritual.

Formas de enfocar tu intención

La intención es IMPORTANTE.

¿Algo más? Bueno, lo demás son adornos y bragas espirituales de fantasía. No me malinterpretes, me ENCANTAN los adornos y las bragas de fantasía; simplemente no son importantes.

Hay muchas formas de enfocarnos en la intención. Mis favoritas son hacer saquitos mojo, crear símbolos mágicos (una inscripción o símbolo pintado al que se atribuyen poderes mágicos) y hacer magia con botellas y escaleras de bruja. Las encontrarás en muchas

tradiciones chamánicas y de brujería, pero a continuación explico cómo YO los creo y trabajo con ellos.

Saquitos mojo

Durante la luna oscura, mi abuela cosía bolsitas que llenaba de hierbas a las que había susurrado encantamientos mágicos. Yo las llevaba y las mantenía escondidas hasta que se caían o hasta la siguiente luna negra, lo que sucediera primero. «—

En el *hodo* hacen algo parecido, lo llaman mojo o bolsa gris-gris.

☆ Hacer saquitos mojo ☆

Puedes comprarlos hechos, pero, vamos, ¡tú eres una creadora! Es más poderoso si lo haces tú.

Qué necesitarás

Corta dos trozos de tela de un color adecuado para tu sueño, deseo o conjuro. Cose tres de los lados con hilo de un color que corresponda con el conjuro y deja uno de los lados sin coser para poder llenar el saquito.

Contenido del saquito mojo

Los contenidos tradicionales de los saquitos mojo pueden incluir raíces, tierra, hierbas y monedas.

Si vas a crear un saquito mojo de la abundancia, puedes añadir monedas y un trozo de jengibre y crear un símbolo mágico especial para ello. Si el conjuro es para ti, añade también algo que te represente, incluso escribe tu nombre en un trozo de papel plegado tres veces. Lo importante es que cada elemento que añadas a la bolsa tenga un propósito específico y ayude a tu intención principal. Cuando hayas añadido los contenidos, echa el aliento dentro de la bolsa y cóselo o añádele un lazo para cerrarla.

Ahora dale tres golpecitos para despertar su magia. Y si la elaboras en luna negra, recuerda «alimentar» el saquito (añade unas gotas de aceite que corresponda a su magia) y luego llévalo encima.



Símbolos mágicos de poder

Un símbolo mágico de poder puede ayudarte a llevar a la realidad y manifestar un sueño o deseo.

Para crearlo, puedes usar tinta de un color acorde con tu deseo (consulta los colores para las velas [aquí](#)). O una vez lo hayas creado, cóselo a la bolsa con hilo del color apropiado.

☆ Crear un símbolo mágico de poder ☆

Escribe tu deseo en un papel con tinta de color.

Repásalo y tacha las letras repetidas. Por ejemplo, si tu deseo es «Necesito una casa nueva», te quedarán solo i, t, o y v.

Ahora te puedes poner creativa. Dibuja un círculo y, dentro de él, encuentra una forma de combinar las curvas y las líneas de cada letra para crear tu propio símbolo mágico para este deseo.

Cuando creo estos símbolos, pongo una copia en mi monedero, otra en la pared y a veces me lo dibujo con tinta en la piel. Algunos magos sugieren doblar el papel cuatro veces y colocarlo en el suelo, mientras que otros indican que dibujes el símbolo mágico con tinta de sangre de dragón y le añadas el aceite esencial correspondiente.

Si vas a hacer un saquito mojo, añádele el símbolo mágico.



Escalera de bruja

Una escalera de bruja es una especie de rosario para las brujas. Excepto que en lugar de hacer correr las cuentas de rosario entre tus dedos y repetir unas palabras, susurras, cantas o haces cánticos mientras creas y trenzas la escalera con las manos. [«—](#)

☆ Cómo hacer una escalera de bruja ☆

Para hacer un conjuro con una escalera de bruja, toma tres trozos de cuerda, lazo o hilo, preferiblemente con los colores adecuados para tu intención.

Para hacer el conjuro enfoca tu intención en los lazos. A medida que los trenzas, «teje tu deseo» en ellos cantando, susurrando o haciendo cánticos. Puedes irle añadiendo algunos símbolos: plumas, colgantes, conchas, cuentas o cualquier

otro objeto que te apetezca y que esté alineado con tu deseo. Puedes trenzar un mínimo de nueve elementos y un máximo de cuarenta: queda a tu elección. Cuando hayas acabado, usa tu encantamiento para atraer tu deseo colgándolo en algún lugar de la casa, enterrándolo o usándolo para meditar.

Todavía cuelga en mi consulta la primera escalera que hice, con la bruja de cocina, amiga y autora Rachel Patterson. Hicimos nuestras escaleras sentadas en la mesa de la cocina, y la mía tenía un conjuro para la protección y la creatividad. A menudo la toco, y algunas veces, cuando me siento a meditar, canto con ella para renovar su energía.

Recuerda que las escaleras de bruja que puedes encontrar en las tiendas son buenas para meditar y obviamente puedes añadirles un hechizo (límpialas y traspásales tu intención y tu potencia) si quieres, pero nunca tendrán el poder de una escalera hecha en casa.

Botella de bruja

Las botellas de conjuros o botellas de bruja se usan en Inglaterra y Estados Unidos al menos desde el siglo xvi.

Originalmente se creaban para destruir el poder de un mago maligno o brujo del que se pensaba que había lanzado un conjuro contra el creador de la botella. A menudo eran vasijas de cerámica llenas de pelo, uñas e incluso la orina de la víctima. También se colocaban entre las paredes de los nuevos hogares con un efecto de guardianes protectores. Las botellas de conjuros de este tipo se continuaron usando bien entrado el siglo xix.

Puedes hacer botellas de conjuro (yo utilizo tarros de mermelada) para distintos objetivos y usarlas de formas variadas. Algunas se entierran o se esconden, mientras que otras se ponen en las ventanas o en otros puntos destacados. Son energía concentrada, creadas y empoderadas para cumplir propósitos mágicos concretos.

Las botellas de las brujas son una forma muy poderosa de proteger tu espacio. Puedes hacer una y enterrarla en tu casa (si vives en un apartamento o un piso, puedes usar una maceta que dejes en la puerta); de ese modo absorberá la negatividad y evitará que entre en casa. O puedes hacer una botella de bruja para atraer la prosperidad o la buena suerte. Yo tengo una en un rincón de la prosperidad en mi casa, sellada con una vela verde y con hierbas para atraer la abundancia. Es supersencillo pero muy efectivo.

☆ Botella de bruja para la protección ☆

Junta romero, agujas, alfileres y vino tinto. Llena un botella pequeña con los tres primeros, y mientras di:

Alfileres, agujas, romero y vino; en esta botella de bruja mía. Protégeme del daño y la hostilidad. Esta es mi voluntad, así sea.

Visualiza la botella haciendo esto mientras la sigues llenando.

Cuando esté llena, añádele el vino. Luego tápala con el corcho o el tapón y vierte cera de una vela roja o negra para sellarla. Entiérrala en la esquina más alejada de tu casa o ponla en un lugar discreto.

Dibuja un pentagrama encima. Esto destruye la negatividad y el mal. Las agujas y los alfileres pinchan el mal, el vino lo ahoga y el romero lo envía lejos de tu casa.

☆ Botella con un conjuro para el dinero ☆

Pon monedas de céntimo antiguas, maíz seco, semillas, arroz, ramas de canela, clavo y granos de pimienta de Jamaica enteros en una botella llena hasta el borde. Ciérrala bien.

Agita la botella con la mano dominante durante cinco minutos mientras entonas las siguientes palabras:

Hierbas y plata, cobre y cereal. Trabajad para hacerme ganar un dineral.

Coloca la botella sobre una mesa en algún lugar de tu casa. Deja tu monedero, cartera o talonario de cheques cerca de ella cuando estés en casa. Permite que el dinero llegue a tu vida.



Las mujeres somos una fuente.

Así que está claro que creamos.

Vida, conjuros, familia, magia, arte, negocios, dinero y amor. Creamos TODO eso. Lo creamos con nuestros cuerpos, nuestra voluntad, nuestras mentes y nuestros sentimientos.

Lo creamos nosotras, con la Madre Naturaleza, nuestras hermanas brujas, nuestras familias y nuestros amantes.

Pero, en gran medida, lo creamos nosotras.

Somos una fuente.

Eres una fuente.

Eres una creadora.



Yo soy una creadora.

[#WAKETHEWITCHES](#)

PROYECTO DESPIERTA A LA BRUJA

Formas de invocar a ELLA, la que sueña, manifiesta y hace magia:

Sabiduría en la manifestación: pon tu intención pero no te aferres al resultado final.

Ten claro tu deseo, fija intenciones claras y enfoca tu energía en esa dirección. Luego suelta todas las expectativas sobre cómo se manifestará.

Verás que ELLA, el universo, la Diosa, todo lo que es te lo traerá, casi nunca de la forma en que tú esperabas.

Altars: crea un espacio sagrado. No es necesario que sea grande (algunos de mis altares favoritos son «cajas de zapatos» que tenía que guardar después de usar porque vivía en un espacio pequeño).

Utilízalo para rendir reverencia cada día o para seguir el ciclo lunar y que te ayude a crear y completar un conjuro o trabajo de magia.

Exprésate: la creación y la creatividad se presentan de diversas maneras, desde conjuros para concebir hasta comenzar a mover tu cuerpo para empezar una revolución y cambiar algo que te mueve profundamente.

A medida que ELLA se mueve a través de ti, permítete expresarte por completo.

Compártelo todo desde ESE lugar.

Capítulo 10

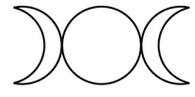
EL ORÁCULO

*ELLA, que confía en su intuición
y ve todas las cosas*



Su intuición era su superpoder favorito.

[#WAKETHEWITCHES](#)



El oráculo

*Hacer magia es aceptar la
responsabilidad de una visión.*

Starhawk

Ser bruja es seguir un camino de aprendizaje. En algunos momentos pensarás: «Vale, al fin he resuelto esto que he estado arrastrando toda mi vida». Y al momento siguiente te encuentras en el vacío, en el útero cósmico, justo en el centro del misterio de todas las cosas, sin saber absolutamente una mierda.

ESTE es el camino de la bruja.

En los libros descubrirás algunas de estas cosas. Pero voy a serte sincera: lo aprenderás casi todo a través de la experiencia, y además «lo sentirás». Puedes leer todos los libros que quieras para aprender a hacer tu altar, a leer el tarot, a confiar en tu instinto y a lanzar hechizos. Pero hasta que no experimentes la verdad por ti misma (hasta que no hayas visto tu auténtico sueño hecho realidad) no habrás alcanzado el conocimiento.

Cuanto más practiques, más empezarás a confiar en ti misma y en este conocimiento.

Cuando hablamos de las brujas, en realidad estamos hablando del misterio.

Hay quien cree que se le revelarán los secretos a medida que acumule conocimientos y adquiera práctica. Y puede que sea así, pero no como la mayoría nos imaginamos.

La realidad es que nadie puede enseñarte «los misterios» o decirte cuáles son. Llegarán en los momentos «¡jeureka!» con esos descubrimientos súbitos que se abren ante ti como resultado de tus propias experiencias espirituales y de tu ciclo menstrual, y a través del trabajo en el círculo, la autoindagación y el contacto directo con la Madre Naturaleza.

Tal vez te pase como a mí cuando estaba escribiendo este libro: intentas compartir lo que sabes, pero te cuesta ponerlo en palabras. La razón no es que no sepas escribir o hablar bien, sino que las revelaciones que experimentas cuando intentas compartir lo que sabes son tan profundas que al expresarlas parecen demasiado simples y mediocres.

No digo que no puedas desarrollar tu potencial intuitivo mediante las visualizaciones, trabajando con los sueños y participando en círculos. Pero desarrollar tu potencial de bruja tiene poco que ver con adivinar el número del décimo de lotería ganador o con saber qué significa cada carta del tarot; es algo diferente.

Desarrollar tu potencial de bruja es cultivar tu sensibilidad y tu capacidad de responder tanto a los pensamientos casuales como a las revelaciones cargadas de verdad. Es saber lo que te corresponde y lo que corresponde a los demás, y aprender a darles sentido a los cambios emocionales que experimentas.

Puede ser algo tan sencillo como intuir cuándo va a sonar el teléfono o saber si tu dolor de estómago te lo ha provocado lo que has comido hoy o es un aviso de que algo importante no anda bien.

Consiste en desarrollar una relación de completo amor, aprecio y confianza contigo misma, con tu cuerpo y con tu mente.

Y uno de los mayores poderes de la bruja, del que además no se habla en los libros, es la paciencia.

La reconexión con el yo y el recuerdo de tu magia es algo que requiere tiempo, dedicación y un compromiso de por vida con ese delicioso, increíble caos que hoy eres.

ELLA, LA QUE RECUERDA

La primera vez que fui al antiguo templo de Mnajdra en Malta, de más de cinco mil años de antigüedad, recordé. Este antiguo lugar sagrado dedicado a la Diosa es uno de los muchos que hay en esta isla mediterránea. Pero este en concreto, en la costa oeste, ha sido mi hogar.

Lo conocía.

Dicen que una vez que eres bruja, lo eres para siempre. Y de pie en aquel templo, recordé.

Recordé que el advenimiento del patriarcado no mató a la Diosa. ELLA ha seguido agazapada, oculta en la oscuridad, echando raíces. Son unas raíces extraordinariamente fuertes porque ella es cíclica. Y por eso sabía que después de cada Gran Olvido, de esas épocas en las que las mujeres y nuestro poder somos condenados a la oscuridad, tenía que llegar la Gran Rememoración.

Este es el momento de la Gran Rememoración.

Y necesitamos que los oráculos nos enseñen cómo recordar.

En los templos malteses dedicados a la Diosa hay espacios especiales reservados al oráculo: una sanadora que hacía predicciones y era consejera de la comunidad en la que vivía.

Cuando vi el espacio dedicado al oráculo en el templo de Mnajdra, y lo que es más importante, cuando lo sentí, supe que si tenía que escoger ser un «tipo» de bruja, quería ser oráculo.

¿QUÉ ES UN ORÁCULO?

El oráculo responde a las preguntas y a los misterios de la vida. Se recurre a la mujer oráculo en busca de consejo y de la predicción profética del futuro inspirada por los dioses. Para responder, puede tirar una carta del tarot, entrar en estado de trance o comunicarse con otros seres y otros mundos. Pero en mi experiencia, lo que hace un oráculo hoy es compartir el mejor consejo que puede recordar, la confianza intuitiva profunda de su sabiduría y su conocimiento.

Una bruja oráculo regresa a ella misma y recuerda el poder innato que la Diosa le ha dado.

Cuando Sócrates preguntó qué debía hacer para ser más sabio, el oráculo de Delfos le respondió: «Conócete a ti mismo». El consejo no era solo para Sócrates, se aplica a todos nosotros. Por supuesto, podemos seguir a nuestros maestros y a nuestros guías (y lo seguiremos haciendo), no solo para que nos digan «qué hacer», sino para que nos ayuden a reflejar el recuerdo de lo que ya sabemos.

Esa mujer es un oráculo.

Está conectada con la naturaleza y sus ciclos. Conoce los remedios y sabe cómo aplicarlos para sanar, sobre todo y en primer lugar a sí misma, antes de compartirlos con los demás.

Ella escucha la voz de su matriz, y lo más importante, le presta la atención que merece. Y también se siente inclinada a mostrarles a otras el recuerdo y a ayudarlas a recordar, reconectar y reivindicar la sabiduría de su útero.

Ella puede conectar y comunicarse con otros mundos, con otras formas de vida y con otras dimensiones, y comparte y descodifica los mensajes, los símbolos, los sonidos y los signos que descubre en esos lugares.

Ella relata historias y es una creadora de arte. Colecciona poemas y canciones. Recuerda las historias olvidadas, quemadas o silenciadas, o que fueron COMPLETAMENTE alteradas para

responder a las necesidades de otros. Sí, patriarcado, te estoy hablando a ti.

Cada vez que confiamos en nosotras mismas, en nuestro cuerpo, en nuestra sabiduría, en nuestro instinto interno y nuestro conocimiento, nos convertimos en un oráculo.

ADIVINACIÓN

Para confiar en tu intuición, en ti misma y en lo Divino, te será muy útil desarrollar tus dones de adivinación.

Decir la fortuna es probablemente la habilidad más asociada al pueblo gitano. Con su tendencia a simplificar, mi abuela lo definía como «averiguar el futuro antes de que llegue».

Hay varios métodos proféticos. Yo uso las cartas del tarot, el viaje chamánico con tambores, los sueños y la adivinación con agua.

Estas herramientas me dan una guía constante sobre qué caminos seguir y cuáles evitar. Pero este no es el valor intrínseco de esta práctica. «Decir la fortuna» es solo una consecuencia, y no es lo más importante cuando piensas en su verdadero potencial, que es la comunicación directa con una guía divina.

La raíz de la palabra *adivinación*
es, por supuesto, *divino*.

(No, no es *demonio*, como algunas tradiciones y religiones quieren hacerte creer. Ahí lo dejo).

Yo uso estos métodos de adivinación para escucharla a ELLA. La Diosa. La Divina. Algunas veces su guía me llega en forma de solución a un problema. Otras se presenta como la información que necesitaba o como sugerencias sobre qué hacer.

La adivinación es como pasar tiempo charlando con tu mejor amiga y tu mentor más sabio mientras tomáis un café. Además de alimentar la relación para que siga siendo fuerte y sana, también recibes valiosos consejos sobre todo lo que necesitas saber en la vida.

El tarot

Para quienes desconocen la adivinación, puede parecer que alguien que lee las cartas del tarot está «prediciendo el futuro».

No es así.

La mayoría de los echadores de cartas te dirán que el tarot sirve como guía. Quien lee los arcanos solo los interpreta como un posible resultado según las fuerzas que estén actuando.

Cualquiera puede aprender a leer las cartas del tarot, pero hace falta algo de práctica. Es un proceso muy intuitivo, por lo que ¿son útiles los libros y otras guías? La mejor forma de aprender lo que las cartas quieren decir en realidad es usarlas, tenerlas en la mano, dormir con ellas bajo la almohada... Percibe lo que están tratando de decirte.

Estudí una carta de tarot por semana durante setenta y ocho semanas seguidas. Dejé que cada una de ellas me guiara durante esos siete días. Estudié sus mensajes, sus signos y sus símbolos, y dibujé lo que me inspiraban. Te recomiendo que si puedes, lo hagas.

Barajas del tarot

Hay cientos de barajas del tarot distintas. Algunas se inspiran en célebres obras de arte, en libros, leyendas, mitologías e incluso películas. Escoge la que te parezca mejor para ti.

Mi preferida es la baraja Crowley Thoth, porque cada carta está cargada de símbolos. También me encanta el tarot de Gustav Klimt: las ilustraciones son extraordinarias.

Si acabas de empezar a echar el tarot y no sabes qué baraja usar, te recomiendo el Rider Waite. Es el que se usa casi siempre en las ilustraciones de los libros de tarot, y un sistema bastante fácil de aprender.

Más adelante puedes hacer crecer tu colección de barajas. Yo lo hago casi cada año. Sí, es una obsesión.

Las cartas

Una baraja del tarot se compone de setenta y ocho cartas. Las primeras veintidós son los arcanos mayores. Cada uno de ellos tiene un significado simbólico centrado en el mundo material, la mente intuitiva y los dominios del cambio.

Las otras cincuenta y seis cartas son los arcanos menores, que se dividen en cuatro grupos o palos: espadas, pentáculos (oros),

bastos y copas. Cada uno de estos palos se centra en un tema:

- **Espadas:** conflicto, problemas mentales y morales.
- **Copas:** emociones y relaciones.
- **Oros:** aspectos materiales de la vida, como las finanzas y la seguridad.
- **Bastos:** empleos, ambición y actividad.

Cómo funcionan las cartas del tarot

Cualquier echador de cartas con experiencia te dirá que interpretar el tarot es un proceso intuitivo. Como cualquier otra forma de adivinación, las cartas se convierten en el punto focal de tu intuición.

Para leer el tarot puedes usar distintos tipos de tiradas. Algunos echadores de cartas usan tiradas complicadas, mientras que a otros les basta con sacar de tres a cinco cartas para ver lo que necesitan ver.

Una de las más populares es la cruz celta. Otras bastante conocidas son la del árbol de la vida, la gitana y la del pentagrama (puedes ver más detalles de cada una de ellas en www.wakethewitches.com, en inglés). También puedes hacer una lectura con una tirada sencilla con tres, cinco o incluso siete cartas colocadas como quieras.

Tú decides.

Sé positiva, pero realista

Puede que escojas media docena de cartas que indiquen que el consultante va a encontrar en su camino toda clase de desgracias y destrucción. Aun así, trata de ser positiva.

Si crees que su salud o su matrimonio puede estar en peligro, NO digas: «¡Vaya! Esto no es nada bueno». No te guardes la información, pero recuerda decir que las cosas pueden cambiar en cualquier momento, según las decisiones que cada uno de nosotros tome.

Echa las cartas a todo el que te deje, y no tengas miedo de decir lo que ves. Entra en un círculo antes si eso te ayuda, invoca y pide guía a la Divina. Luego respira profundamente.

Pídele al consultante que te vaya hablando, y con el tiempo, acabarás encontrándote cómoda echando el tarot. También empezarás a confiar en la información que te llegue sobre quien te consulta y sabrás que no te lo estás inventando.

Leer los posos del té

Una de las formas más icónicas de adivinación es leer los posos del té, que también se llama taseografía o taseomancia.

Este método no es tan antiguo como algunos de los sistemas de adivinación más conocidos. En su libro *The Encyclopedia of Witches, Witchcraft and Wicca* [Enciclopedia de brujas, brujería y wicca], Rosemary Guiley relata que los adivinadores leían las salpicaduras de plomo o de cera.

Cuando comenzó el comercio de té, esos antiguos materiales fueron reemplazados con hojas de té como «medio de adivinación».

Algunas personas usan tazas especialmente diseñadas para leer el té. Suelen tener dibujos o símbolos en el borde o incluso en el plato, para ayudar a interpretarlas. Algunas llevan los símbolos del Zodíaco.

Pero, de nuevo, no necesitas nada a la moda, de verdad. Basta una taza, una conexión con la Divina y un corazón abierto (y no te olvides las hojas de té, por supuesto).

Cómo leer los posos del té

Para empezar, prepara un té con hojas enteras. No uses un colador o un filtro porque eliminaría los posos de la taza. También es mejor usar una taza blanca o de color claro para poder ver bien el interior.

Después de beberte la infusión y de dejar las sobras en el fondo, coloca la base de la taza en tu mano dominante y haz círculos en el sentido de las agujas del reloj tres veces para que las hojas formen un dibujo.

Luego mira el fondo de la taza y observa si forman alguna imagen. Aquí empieza la adivinación. Hay dos métodos frecuentes para interpretar las imágenes:

- **Aprende sobre la interpretación de los símbolos universales.** Por ejemplo, una figura que se parece a un perro suele representar a un amigo fiel. Una manzana simboliza el conocimiento o la educación. Encontrarás distintos libros que hablan de estos símbolos. Y aunque es verdad que las interpretaciones pueden variar, los significados suelen ser parecidos.
- **Recurre a tu intuición.** Esta es mi opción favorita, y más que en otros métodos de adivinación, la lectura intuitiva del té tiene que ver con lo que las imágenes te hacen pensar y sentir. Puede parecer un perro, pero ¿y si no representa a un amigo fiel? ¿Y si resulta que quiere decir que alguien necesita protección? Si haces una lectura intuitiva, tendrás que decidir si puedes confiar o no en tu instinto.

Muchas veces verás varias imágenes. En lugar de ver al perro justo en el centro, tal vez distingas figuras más pequeñas alrededor del borde.

Si ese es el caso, empieza a interpretar esas figuras en orden, desde el asa de la taza y siguiendo el sentido de las agujas del reloj. Si la taza no tiene asa, empieza a las doce en punto y sigue también en el sentido del reloj. Presta mucha atención a:

- **Lo que veas primero:** suele ser la persona o la cosa más influyente.
- **Si aparecen letras o números:** ¿significa algo para ti esa letra «M»? A lo mejor tiene que ver con tu hermana Mandy, tu compañero de trabajo Mike o ese trabajo que has estado buscando en Montana. Confía en tu instinto.
- **Formas de animales:** a los animales se les atribuyen todo tipo de simbolismos (los perros son leales, los gatos son huidizos y las mariposas representan una transformación).

- **Símbolos celestiales:** ¿ves una estrella, un sol o una luna? Cada uno de ellos significa algo distinto. Por ejemplo, la luna representa la intuición y la sabiduría.
- **Otros símbolos reconocibles:** ¿hay una cruz? ¿Un símbolo de la paz? ¿Un trébol? Estos también tienen su propio significado, a menudo atribuido por cada cultura. Pregúntate qué significa cada uno de esos símbolos para ti.

Para terminar, vale la pena recordar que muchos dividen la taza en partes antes de leer los posos del té y que le dan tanta importancia a la parte en la que aparece la imagen como a la propia imagen.

Si divides la taza en tres partes, la más próxima al borde suele asociarse con lo que está ocurriendo ahora. Si una imagen está cerca del borde, guarda relación con algo inmediato.

El centro de la taza suele asociarse con el futuro próximo, y depende de lo que preguntes, el futuro cercano puede ir desde una semana hasta una fase completa de la luna, de veintiocho días.

Finalmente, en el fondo de la taza está la respuesta completa a tu pregunta o a la situación actual.

El péndulo

Un péndulo es una de las formas de adivinación más simples y fáciles. Solo tienes que formular una pregunta que pueda responderse con «sí» o «no» y pedir la respuesta.

El péndulo suele estar formado por un colgante de cristal afilado montado en una cadena de metal. Cuando vayas a usarlo, necesitarás calibrarlo para saber cómo va a responder a tus preguntas

☆ **Calibra tu péndulo** ☆

Para calibrarlo solo tienes que sostenerlo por el extremo de la cadena de forma que el lado del péndulo quede colgando. Tienes que mantenerlo perfectamente inmóvil.

Formula preguntas sencillas de las que conozcas que la respuesta es afirmativa. Por ejemplo: «¿Soy una mujer?», «¿Vivo en Gran Bretaña?»...

Mientras tanto, fija la mirada en el péndulo. Cuando veas que empieza a moverse, fíjate en si va de lado a lado, de delante hacia atrás o en otra dirección. Este es el movimiento que significa «sí».

Luego repite el proceso, haciendo una pregunta cuya respuesta conocida sea «no». El siguiente movimiento del péndulo significa «no».

Pruébalo varias veces con distintas preguntas para tener claro cómo te responde. A veces se moverán horizontal o verticalmente, mientras que otras se balanceará en pequeños o grandes círculos. Y otras apenas se moverá a menos que la respuesta sea realmente importante.

Una vez que hayas calibrado tu péndulo y lo conozcas bien, puedes usarlo para hacer preguntas de adivinación sencillas.



Cómo usar el péndulo

Hay distintas formas de usar el péndulo. Te sorprenderá lo mucho que puedes averiguar solo con preguntas de respuesta positiva o negativa. El truco es aprender a formular las preguntas adecuadas. Aquí tienes algunas opciones:

- **Úsalo con un tablero de adivinación:** a algunas personas les gusta usar el péndulo con un tablero; el péndulo las lleva a las letras que formarán un mensaje.
- **Encuentra objetos extraviados:** puedes usar el péndulo para que apunte en la dirección de un objeto perdido, a la manera de un detector de metales.
- **Averigua las respuestas de preguntas complejas:** si quieres responder una pregunta concreta pero complicada, prueba a extender unas cartas del tarot con posibles respuestas. Usa el péndulo para que te lleve a la carta con la respuesta correcta.
- **Encontrar lugares mágicos:** lleva tu péndulo cuando salgas. Algunos creen que te puede ayudar a localizar líneas ley. Ah, y si te tropiezas con un lugar que hace que tu péndulo

se vuelva loco, piensa en hacer un ritual o conectar con lo Divino allí.

Predecir el futuro

Me parece que esto ya lo he dicho antes, pero la predicción del futuro es mi herramienta de bruja favorita.

En inglés, la palabra *scry*, que se traduce como «predecir el futuro», viene del anglosajón *descry*, que quiere decir «revelar». Los antiguos romanos lo predecían en sus rituales religiosos, y el *Libro egipcio de los muertos* contiene referencias al espejo mágico de Hathor, que se usaba para ver el futuro.

Según relata Plinio, se creía que los adivinos celtas precristianos tenían visiones cuando miraban las piedras oscuras como el berilio u otros minerales. Incluso en el siglo xv, Nostradamus hizo algunos comentarios sobre mirar fijamente en un bol de agua iluminado por la luz de una vela para acceder a la inspiración.

En los libros de ocultismo, la expresión *predecir el futuro* se usa para referirse al acto de fijar la mirada en una piedra brillante, un espejo o una bola de cristal (sirve cualquier objeto reflectante) para ver lo pasado y lo que ha de suceder. Cuando se usa un cristal se llama cristalmancia. Algunos también usan la llama de una vela, una práctica denominada *tratakam* en sánscrito.

Si te concentras lo suficiente en uno de estos objetos mientras lo miras fijamente, puedes conjurar visiones, porque la adivinación suprime tu mente consciente y abre una línea directa con lo Divino.

El primer paso es elegir una herramienta de adivinación. Puedes usar cualquier cosa, desde el vaso claro de cristal más sencillo lleno de agua hasta una esfera de cristal, o cualquier otra opción intermedia. Puedes probar con un espejo, una vela o un trozo de cristal oscurecido. Yo tengo un bol de adivinación de obsidiana negra, pero puedes elegir aquello que te resulte más práctico.

☆ **Cómo predecir el futuro** ☆

Primero prepara la habitación: dibuja tu círculo, regula las luces, quema incienso y haz lo que te haga sentir cómoda.

Pon el objeto que uses para predecir sobre una tabla a una altura cómoda y relájate respirando varias veces profundamente de manera que el aire llegue hasta el útero.

Observa tu objeto de adivinación relajadamente, enfocándote en su superficie (o en la llama si utilizas una vela).

No te preocupes si tienes que pestañear.

Trata de mantener la mente en blanco, con la excepción de la pregunta que quieres responder.

Las primeras veces que lo intentes, no te fuerces más de veinte minutos.



Piensa que las imágenes se muestran de forma distinta en cada persona. Pueden aparecer instantáneamente o como una niebla que acaba formando una imagen clara. O a veces pueden aparecer simplemente como símbolos de acontecimientos presentes, pasados y futuros.

La perfección se alcanza practicando. Si no lo consigues a la primera, sigue intentándolo. Prueba diferentes técnicas y objetos hasta que encuentres lo que te funcione mejor. Cada uno es diferente, y lo que es efectivo para unos no lo es necesariamente para todos.

☆ Adivinación mediante la luna ☆

Los antiguos también usaban la luna llena para iluminar sus objetos de adivinación y para que sus intuiciones pudieran verse en una superficie reflectante. La luz de una vela también es útil para iluminar tu herramienta de adivinación.

Si no puedes seguir este ritual en la noche de luna llena, también puedes usar la luz de la luna la noche antes y la noche después.

Además de un cielo claro y la luna llena, necesitarás lo siguiente:

Una mesa o alguna superficie de trabajo plana.

Un bol oscuro; los cuencos de adivinación de obsidiana negra son perfectos, pero también puedes pintar un cuenco de cristal con pintura negra resistente al agua.

Una jarra con suficiente agua para llenar el bol.

Tu diario y un bolígrafo.

Qué tienes que hacer

Si sientes la necesidad, dibuja un círculo.

Cuando esté completo, siéntate o ponte de pie cómodamente frente a tu espacio de trabajo o tu altar.

Empieza cerrando los ojos y sintonizando la mente con la energía que te rodea.

Siente a la Madre Tierra bajo tus pies. Escucha el viento entre los árboles.

Aspira los olores que te rodean.

Alza los brazos en cruz, con las palmas hacia arriba, y siente la energía de la luna sobre ti.

Concédete algo de tiempo para recibir el poder de la luz de la luna.

Cuando estés lista para empezar, abre los ojos.

Levanta la jarra de agua hacia la luna y pide que se cargue de amor lunar, antes de usarla para llenar el bol. Mientras lo haces, visualiza cómo la sabiduría y la guía fluyen hacia el agua. Recuerda en tu corazón y tu útero que esta agua puede mostrarte y te mostrará los misterios de la luna.

Cuando tengas el bol lleno, colócate de forma que puedas ver la luz de la luna directamente reflejada en el agua.

Fija la mirada en el agua buscando patrones, símbolos o imágenes. Pueden llegarte al corazón o a la mente pensamientos o imágenes aparentemente irrelevantes, pero escríbelo todo en un papel.

Cuando hayas acabado de contemplar el agua, repasa lo que has escrito para asegurarte de que has apuntado todo lo que has visto, pensado y sentido durante la sesión de adivinación. Si no le encuentras sentido a alguna parte de la información, no te preocupes. Espera a que pasen unos días y deja que tu mente inconsciente lo procese. Tal vez así puedas darle un sentido.

Puedes dejar el agua fuera toda la noche para que se cargue con la luz de la luna, y luego bebértela la mañana siguiente para potenciar tu bondad lunar. También puedes verterla en tu jardín o en una maceta como ofrenda.



La Soñadora

En mi altar hay una figura de la Soñadora Maltesa. Es una mujer exuberante y llena de curvas que, al primer golpe de vista, da la impresión de estar tumbada durmiendo. Esta pequeña escultura es una reproducción de una encontrada en el hipogeo, una estructura subterránea parecida a un laberinto que solo conocían los que lo construyeron en el vientre de la Diosa.

Esa estructura era una incubadora de sueños: un lugar al que vas a descansar, sanarte y recibir orientación divina a través de los sueños. Las mujeres gestantes dormían en esa habitación para que el espíritu entrara en el feto. Las mujeres literalmente soñaban que la vida se hacía realidad dentro del útero.

¿No es alucinantemente mágico?

La canción *Returning*, de Jennifer Berezan, una que escucho en cada retiro y en cada sesión de sanación del útero, se grabó allí. Esta canción es como un ancla para todas las mujeres que la escuchan. Nos ayuda a volver a casa, a nuestro espacio uterino, porque es un lugar de descanso absoluto, en el que soñamos con hacer realidad la vida.

Hoy nuestras vidas tienen un ritmo tan acelerado que es raro tener tiempo de soñar. Sin embargo, son nuestros sueños lo que nos permite manifestar y crear.

Los antiguos lo sabían.

Yo lo sabía.

Yo me he sentado en la tumba útero del hipogeo y le he pedido a ELLA que me muestre cómo se usaba. Me respondió mostrándome una visión de la estatua de la Soñadora Maltesa, sangrando entre las piernas.

Interpreté que esto significaba que nuestras antepasadas tenían su propio método de descanso radical incorporado a sus cuerpos: la menstruación. Sí, en los días en los que cada menstruación no se consideraba una maldición, nuestro sangrado era un momento para soñar. Cuando liberábamos nuestra sangre, era cuando recibíamos las visiones más profundas y nos convertíamos en sabias y oráculos de forma natural.

Este es otro de los poderes que nos han arrebatado con el inicio de esta forma de vida acelerada, en línea recta y orientada a objetivos, en la que estamos siempre pensando en lo que tenemos que hacer a continuación.

Nos sentimos culpables por no seguir a los hombres, así que continuamos trabajando y nunca descansamos. Ignoramos los ciclos de las estaciones y los ritmos de nuestro propio cuerpo. Sin embargo, es durante nuestro tiempo de descanso, sobre todo

cuando sangramos cada mes, cuando estamos más abiertas a recibir la comunicación directa con ELLA, la Divina.

Por eso las mujeres se reunían en tiendas rojas, para poder estar solas y recibir orientación. Es por lo que se creaban templos del útero para que las mujeres soñaran y recibieran visiones. Es por lo que tantas mujeres sufren dolor durante su sangrado: porque no descansan y porque no están abiertas a recibir la sabiduría de ELLA.

El dolor nos lo recuerda. Es la llamada que recibimos para volver a casa, a nosotras mismas, a descansar y estar abiertas a recibir. Pero, en su lugar, para continuar funcionando, muchas nos medicamos durante la menstruación, lo que quiere decir que nos perdemos toda la magia femenina. Lo bueno.

Si has dejado de menstruar, este tiempo de descanso profundo, de conexión con lo divino y de recibir aún ocurre durante la fase negra de la luna.

Una bruja con el útero despierto puede soñar la vida que quiere hacer realidad.

Así que sí, puedes hacer trabajos de adivinación y leer el tarot y los posos del té y puedes y deberías cultivar tu conexión con la luna y la Madre Tierra. Pero si solo honras tu útero como la fuente de tu magia y como centro intuitivo de tu yo, es más que suficiente.

Tu útero es un oráculo.

Tú eres un oráculo.



Yo soy un oráculo.

[#WAKETHEWITCHES](#)

PROYECTO DESPIERTA A LA BRUJA

Formas de invocarla a ELLA, que confía en su intuición y ve todas las cosas:

Conócete a ti misma: cuando te conoces, y por cierto este es un objetivo que dura toda la vida, y confías en la sabiduría de tu cuerpo y en sus signos, en tus puntos de poder y de acceso, tu don de «ver el futuro» ya no será algo que hacen los demás. En cambio, es algo que tú sabes y confías que es verdad en ti. Sí, en TI.

Hazte responsable de tus decisiones y tus elecciones: la próxima vez que te enfrentes a un problema o una decisión, recuerda que no hay nada parecido a «una respuesta correcta» que debas encontrar. Solo existe TU respuesta correcta.

Escoge un método de adivinación, conéctate con tu útero o solo cierra los ojos. Respira profundamente varias veces. Pregúntate que harías si lo superas.

Descansa con frecuencia: si aún menstrúas, toda la segunda mitad de tu ciclo (premenstruación y menstruación) es una llamada a ralentizarte y recibir. Si ya no menstrúas, usa la energía de la luna menguante y negra para que te ayude a perfeccionar tus dones de oráculo y tus dones adivinatorios mediante el descanso, el tiempo de sueño y las visiones.

Capítulo 11

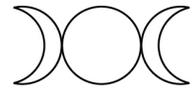
LA SANADORA

*ELLA, que se sana a sí misma
y sana al mundo*



Una mujer
con sabiduría ancestral
es una fuerza
imparable.

[#WAKETHEWITCHES](#)



La sanadora

TODO es medicina.

Desde el principio de los tiempos, las curanderas han honrado y observado los ciclos de la naturaleza, el tiempo y el espíritu. Han servido a sus comunidades actuando como comadronas y mediante la sanación espiritual, nutricional, la imposición de manos y los remedios con hierbas, así como con masajes, oraciones, rituales, danzas, canciones, músicas, las llaves tonales y los sueños.

Y se las honraba y reverenciaba por sus artes femeninas de sanación.

Sin embargo, en la época de persecución de la que he hablado en el capítulo cuatro, las estructuras de creencias patriarcales pusieron el foco en las mujeres, concretamente en las sanadoras y las matronas, y las calificaron de brujas. El resultado fue que nuestra sociedad vivió un fenómeno al que solo puedo llamar «holocausto de los sanadores o curanderos».

Por eso la palabra *curandero* sigue arrastrando un miedo asociado. El miedo existe, a pesar de que muchas de nosotras nos sentimos llamadas a trabajar con hierbas y aceites, preparando tinturas e infusiones y practicando formas de sanación como el *reiki*, la acupuntura, la aromaterapia y otros centenares de remedios.

El miedo sigue vivo a pesar de que a algunas nos atrae explorar y experimentar las enseñanzas de plantas como el rapé, la ayahuasca, el iboga y la hierba de san Pedro. Nos sentimos atraídas por servirnos a nosotras mismas y a los demás ofreciendo la sanación natural con prácticas como el automasaje, el masaje y las canciones y la danza para curar y nutrir.

El miedo existe porque a muchas de nosotras la sabiduría del curanderismo no nos ha llegado a través de nuestros ancianos o nuestra familia. En cambio, hemos tenido que buscar fuera para

saber cómo aplicarla. Por cierto, ¿crees que te están enseñando? En realidad estás recordando.

El miedo existe porque vivimos en un mundo en el que las grandes compañías farmacéuticas prometen soluciones rápidas con las píldoras que preparan en sus laboratorios. Ellos higienizan la sanación, la envasan en condiciones de esterilidad y luego le dan el nombre de medicina.

El miedo existe porque nos han enseñado que la naturaleza intuitiva de las mujeres no merece que confiemos en ella. Que NO SOMOS dignas de confianza.

Por naturaleza, la mujer es una bruja, una curandera, una chamana y una mujer medicina.

Proverbio chukchee

En todas las culturas del planeta, las mujeres han sido, y todavía son, parte integral de la comunidad, desde la curandera hispana hasta la *babka* polaca, pasando por la *mamma* maya, la abuela matrona apalache. Se las conoce como mujeres sabias, herboristas, matronas, curanderas de la aldea o chamanas. Mezclan su conocimiento de las hierbas, la menstruación, la enfermedad y la partería con creencias esotéricas y culturales. Aprendían sus artes de las ancianas de la comunidad, a menudo su madre, su abuela, su tía o una vecina, y empezaba una larga relación, que duraba toda la vida, con las artes del curanderismo. Era una relación basada en su profunda conexión con la naturaleza, una reverencia total hacia el cuerpo humano y su confianza innata en su propia sabiduría. Bien hecho.

Sí, la sanación es un arte y la creatividad femenina comienza en el útero. En el útero se gesta la nueva vida que nacerá, pero además es en el útero donde las mujeres sueñan, tienen visiones y reciben revelaciones. Y comienzan revoluciones. De nuevo, bien hecho.

Somos cocreadoras de nuestra vida, nuestra realidad y el universo. Como mujeres, podemos sanarnos a nosotras mismas y a nuestras comunidades. ¿Te das cuenta? ¿No te dije que somos poderosas?

También tenemos la capacidad de asistir el nacimiento como una nueva forma de ser aquí en la Tierra. Quiero mantener esto tan auténtico como pueda, pero cuando recuerdo nuestro poder para sanar, podemos cambiar nuestro papel en este planeta. Creo que tratar de combatir el patriarcado NO es la respuesta. Reaccionar a él e intentar cambiar lo que ya es no le será útil a nadie. Pero ¿qué pasa si conectas con la verdad que tienes entre las piernas? ¿Qué pasa si creas una nueva versión de lo que ya es? ¿Qué pasa si recuerdas cómo sanar y luego lo usas para sanarte a ti misma? Bruja, eso es un cambio de paradigma alucinante, de esos que abren el corazón.

Tú eres la partera de la bruja que está despertando.

Podrías pasar los próximos veinte años leyendo todos los libros, sin levantar la vista un momento, y aun así solo conocerías una parte pequeñísima de lo que saben las mujeres curanderas. En la sección «La librería de Despierta a la bruja» recomiendo algunos de mis libros favoritos, pero yo creo que todo empieza y acaba con la respiración.

LA RESPIRACIÓN

La respiración es la mejor de las medicinas.

La respiración o *pranayama*, como se la llama en sánscrito, ofrece numerosos beneficios para tu salud, aparte de mantenerte viva, obviamente. La respiración puede relajar la tensión muscular, liberar la ansiedad y ayudarte a crear un espacio en tu cuerpo y en tu mente.

Respirar bien no es nada fácil. Son tantos los estímulos que nos rodean que pocos de nosotros prestamos atención a la profundidad de la respiración, ni siquiera al propio hecho de respirar.

Lo que me encanta del yoga es que toda la práctica del *pranayama* está dedicada a la respiración: a inhalar y a exhalar. Cuando respiras con conciencia, todo tu cuerpo lo sabe.

Yo inicio cada clase de yoga *flow* con respiraciones uterinas, porque cuando respiras directamente en tu cavidad uterina (también llamada caldero o cuenco pélvico), envías energía vital sanadora a tu útero, tus ovarios, tu vejiga y tu cérvix. Los estás despertando. Les estás demostrando amor.

De hecho, tengo toda una colección de técnicas de respiración que me ayudan a estar en un lugar de completo amor y sanación.

Aquí es donde empieza la sanación.

☆ La respiración como medicina ☆

Respiración del útero y el vientre

Pon una mano en la parte baja de tu vientre y relaja los músculos de esa zona. Luego inhala lentamente por la nariz, llevando el aire directamente al fondo de los pulmones.

Deberías sentir cómo el abdomen sube y ensancha la parte baja de los pulmones.

Continúa inhalando hasta que la caja torácica se expanda y la clavícula se eleve. En el momento máximo de la inhalación, para un momento y siente el espacio de tu útero y tu vientre lleno de amor.

Luego exhala suavemente desde el útero, haz pasar el aire por los intestinos y expúlsalo por la boca haciendo tanto ruido como te apetezca. No te reprimas.

Repítelo tantas veces como lo desees.

Respiración oceánica (o si te gusta más, respiración de Darth Vader)

Cuando te sientas irritada, enfadada o frustrada, prueba la respiración oceánica refrescante o *ujjayi* (se pronuncia «uu-yai»). Esto te calmará y estabilizará tu mente. La razón es que los sonidos de tu respiración se parecen mucho a los del mar al golpear la orilla. O a Darth Vader.

- Inhala más profundamente de lo habitual. Exhala a través de la nariz con la boca cerrada mientras contraes los músculos de la garganta. Si lo haces bien, deberías producir un ruido como el de las olas del mar. O, como dije antes, como Darth Vader.
- Otra forma de practicar esta respiración es intentar exhalar con la boca abierta haciendo el sonido «haaaaaah». Luego intenta hacer un ruido parecido con la boca cerrada, sintiendo el flujo de aire por las fosas nasales. ¿Lo ves? Ahora eres Darth Vader.
- Una vez domines la exhalación, usa el mismo método para la inspiración, contrayendo de nuevo la garganta mientras inhalas.

Lo ideal sería que tu respiración sonara como el océano, y visualizaras una playa hawaiana, la arena cálida y el sol que calienta tu piel. Pero también puedes pensar que eres Darth Vader. Las dos cosas están bien.



LAS HIERBAS

Todas las hierbas y raíces tienen alguna propiedad medicinal y mágica. Y las muestra en su forma y en su espíritu. Y una de las mejores partes de ser una «bruja consciente» es que haces que tu bruja trabaje para aprender a escuchar, a ver, a oler y a sentir estas cualidades y así entender los regalos que la Madre Tierra nos hace y que están por todas partes.

Las hierbas se usan en tinturas e infusiones, para ungir velas, para añadir poder e intención a un hechizo, para hacer incienso y curar dolencias. Sin embargo, las que se utilizan en brujería no siempre son las mismas que se emplean en los conjuros o en el *hoodoo*.

Las hacedoras de conjuros suelen utilizar las raíces, mientras que las brujas a menudo usan las hojas y las flores. Por ello, la sabiduría tradicional y la práctica de las plantas del *hoodoo* se llama «trabajo con raíces», y en la brujería, «magia con hierbas».

Entre las dos tradiciones hay bastantes coincidencias y tampoco siguen reglas rígidas. Después de todo, hace un montón de años que se influyen la una a la otra.

Ingredientes básicos

Conviene que tengas en los armarios de la cocina algunas de las hierbas de uso más frecuente. Si vas a preparar el conjuro de un libro, lo habitual es que necesites una larga lista de ingredientes. Y sobre todo si no está escrito en tu país de origen, te puede costar conseguir algunos de ellos.

Por propia experiencia te diré que hay una serie de suministros básicos con los que puedes preparar casi cualquier ritual. Es perfectamente aceptable sustituir un ingrediente por otro cuando no lo puedes conseguir. Mis tres básicos son:

1. **Incienso:** presentado en forma de resina, puedes utilizarlo en cualquier conjuro de purificación, y su poder protector siempre resulta útil.

2. **Sándalo:** lo puedes encontrar en forma de esquirlas o en polvo. También tiene poderes protectores y purificadores, y puede sustituir a cualquier ingrediente que te falte en los conjuros de sanación.
3. **Sangre de dragón:** la encontrarás en forma de polvo. Puedes usarla para purificar y proteger. También es un ingrediente importante para los trabajos que se centran en la energía amorosa.

Con estos tres ingredientes puedes estar tranquila de poder realizar la mayoría de los rituales y conjuros. Por supuesto, tener un armario de bruja bien surtido puede ser adictivo. La mayoría de las brujas que conozco, y yo misma, tenemos mucho más de lo que necesitamos.

☆ Cómo usar las hierbas ☆

Saquitos: llena con hierbas un trozo pequeño de tela o una bolsa de té de algodón. Puedes llevarlo encima, colgarlo en la casa o el coche, enterrarlo o quemarlo, dependiendo del conjuro.

Incienso: puedes quemar hierbas como un incienso ritual. Por ejemplo, el humo de salvia limpia las vibraciones negativas de un espacio.

Baños: haz un saquito y búscale un lugar en tu ritual o baño sanador. Las hierbas aromáticas como la lavanda crean un baño relajante, pero también puedes usar otras hierbas para aliviar algunas afecciones, como el eucalipto cuando tienes un resfriado o una gripe.

Aceites: pon las hierbas en aceite y deja que se asienten unos días; luego cuélalo. Puedes elaborar aceites para ungir y usarlos en tus trabajos rituales. Prepara aceites de belleza para el pelo, la piel y las uñas (prueba con el coco y la jojoba). También puedes preparar aceites con sabor para cocinar y condimentar (prueba a añadir romero al aceite de oliva).

Infusiones y tés: puedes preparar infusiones de hierbas para curar enfermedades (siempre lee antes los posibles efectos secundarios y contraindicaciones). Algunas hierbas también provocan alteraciones ligeras de la conciencia, como la valeriana o el *kava kava*, y pueden fomentar estados parecidos al trance en algunas personas. La forma que más me gusta de trabajar con hierbas es preparar infusiones. Mi abuela era la reina del té.

Hechizos: espolvorea hierbas o colócalas en algunos límites (por ejemplo, tu casa, un altar o un círculo mágico) para definir un «territorio» donde funcionará

tu magia.

Cocina: obviamente, puedes usar las hierbas para añadir sabor a tus platos y condimentar tus recetas. Además de ser beneficiosas para la salud, saben maravillosamente.

NOTA: cuando una planta tiene un uso medicinal, provoca cambios en tu cuerpo. Y eso quiere decir que pueden ser peligrosas si tomas una dosis demasiado alta, si la tomas a menudo durante un periodo prolongado o si la combinas con otras hierbas, suplementos o fármacos.

Si estás tomando cualquier tipo de medicamento, habla con un herborista cualificado antes de tomar cualquier hierba.

Además, las hierbas pueden afectar a cada persona de forma distinta. Si tomas una y notas efectos secundarios, deja de tomarla inmediatamente y consulta a un experto antes de volver a tomarla de nuevo.

Para acabar, la siguiente información NO pretende sustituir el diagnóstico médico de un profesional cualificado. Si te sientes mal o te duele algo, o tienes otro síntoma físico, mental o emocional que no desaparece, habla con un médico o con un fitoterapeuta profesional.

Y no lo olvides, estés donde estés,
respetar la vida vegetal.



Recuerda que la expresión *mala hierba* implica un juicio. Por ejemplo, el diente de león tiene muchísimas cualidades nutricionales, que son extraordinariamente beneficiosas.

Aprende a reconocer las hierbas de tu entorno. Incluso en las ciudades crecen hierbas que puedes recolectar y usar.

Las hierbas son un regalo de la Madre Naturaleza: úsalas con amor y sabiduría.

Herbario de la bruja

Estas son algunas de las hierbas que más uso. Te recomiendo tenerlas en tu armario para preparar remedios de sanación, tinturas, infusiones y conjuros.

Ajo

Es bueno para el pelo, la piel, la digestión, los pulmones y la salud de la sangre. También puede reducir el colesterol y bajar la presión sanguínea. Es beneficioso para tratar las infecciones de oído y puede curar los resfriados y la gripe. Deja que macere en aceite de oliva; luego úsalo para la sanación mágica, la protección y los exorcismos.

Alcanfor

Alivia el dolor y sana la piel. Es especialmente beneficioso para los labios y la nariz, además de para las quemaduras. Era una de las hierbas sagradas de la Diosa, y se le ofrece en los rituales de luna llena. También se usa en periodos de purificación, estimulando la castidad y elevar la energía física.

Artemisa

Estimula el apetito y es una ayuda digestiva que puede traerte visiones y sueños; también es útil para la clarividencia, la protección y la fuerza durante los viajes. Te servirá para consagrar tus herramientas de adivinación y para aumentar o potenciar el poder de tus herramientas adivinatorias.

Cayena

Una importante hierba de primeros auxilios, parece picante pero no quema la piel o los tejidos internos. Ayuda a coagular la sangre, interna y externamente, así que puedes espolvorearla directamente sobre un corte. También es beneficiosa para las enfermedades del corazón.

Clavo

Esta especia puede aliviar el dolor dental, el dolor de estómago y las flatulencias. También hace desaparecer la hostilidad y la energía negativa, incrementar las ganancias personales, aclarar una mente embotada y hacer crecer la amistad y el amor.

Consuelda

Muy nutritiva, esta hierba calma el estómago y cura las torceduras, el estrés, las fracturas, las llagas y la artritis. Úsala en los hechizos de protección y para protegerte durante los viajes.

Consuelda menor

Su nombre en inglés significa «panacea universal». Y tal como su nombre indica, lo cura todo. Haz gárgaras con té frío para las llagas de la garganta o prepara una cataplasma para los cortes, las abrasiones o los pequeños golpes. Sirve para hechizos destinados a ganar en las apuestas.

Damiana

Es una hierba afrodisíaca y también mejora la digestión y alivia la tos. Empléala en los conjuros sexuales y para la clarividencia y la adivinación.

Escaramujo

Muy nutritivo y sabroso, tiene un alto contenido en vitamina C. Tómallo contra los resfriados y la gripe y para bajar la fiebre. También es un laxante suave y es beneficioso para el acné. Úsalo en los conjuros para la buena suerte o para atraer a los buenos espíritus.

Escutelaria

Esta hierba promueve el sueño y es tranquilizante. Está considerada un sedante suave. Alivia la tensión nerviosa, los síntomas de abstinencia del alcohol y las drogas y el dolor premenstrual. También mitiga la ansiedad y promueve la relajación y la sensación de paz.

Ginseng

Este nombre incluye distintas variedades y no siempre relacionadas (por ejemplo, *ginseng* coreano, siberiano, indio y americano). Cada uno de ellos presenta diferentes propiedades para la salud. Pero los distintos tipos tienen en común que ayudan al cuerpo a adaptarse al estrés y promueven la longevidad. Algunos también son antidepresivos, sobre todo si se toman con la hierba de san Juan. Algunas variedades potencian la resistencia, equilibran las hormonas y ayudan a hacer la digestión.

Úsalo en los hechizos de amor, para potenciar la belleza y la sanación.

Hibisco

Es antiespasmódico y también un remedio para la urticaria moderada y el picor. Basta aplicar la infusión fresca o un tónico a la piel. También suaviza la respiración y atrae el amor. Puedes usarlo para potenciar la adivinación durante el sueño.

Hierba de san Juan

Úsala para curar las heridas y reforzar tu sistema inmunitario. También te ayudará a aliviar el insomnio, los dolores de cabeza, los calambres menstruales y a mejorar el estado de ánimo (es un potente antidepresivo). Empléala para la protección, los exorcismos, la valentía y los rituales de adivinación.

Hierba gatera

Esta hierba trata los resfriados, baja la fiebre, alivia la indigestión y reduce la flatulencia. También estrecha los lazos entre humanos y animales. Puedes usarla para despertar la valentía, el amor verdadero y la felicidad duradera.

Hinojo

Masticado o en infusión resulta digestivo y ayuda a perder peso, a aliviar la flatulencia y a combatir la halitosis. Confiere fuerza y virilidad sexual y anula las maldiciones.

Hoja de frambuesa

Úsala para reforzar el riñón y para ayudar a tratar las infecciones, la diarrea, las náuseas, los resfriados y la gripe. Puedes elaborar un tónico para calmar los nervios y es útil para preparar el útero para el nacimiento al final del embarazo (hazlo bajo supervisión). Promueve el sueño tranquilo y puede servir para el trabajo con visiones, la protección y los hechizos de amor.

Jalapa

Usa esta hierba para dominar sobre cualquier situación y para la buena suerte, el dinero, el amor, la salud, la protección y para encontrar objetos extraviados.

Jazmín

Esta flor de aroma delicioso calma los tics nerviosos y sirve para preparar una cataplasma que se utiliza para tratar las picaduras de serpiente. También atrae el dinero y el amor y puedes usarlo para la adivinación, para cargar tus cristales y para la magia lunar.

Jengibre

El jengibre es estimulante y relajante. Tómalo después de comidas copiosas para asentar el estómago. Puede hacerte sudar durante una fiebre y es beneficioso para el hígado. También es un poderoso afrodisíaco cuando lo espolvoreas sobre una infusión de hojas de frambuesa.

Kava kava

Si esta planta es legal donde vives, pues usarla y contarás con un potente afrodisíaco. Te servirá para preparar pociones que despiertan visiones, para los viajes astrales y para la protección durante los viajes.

Lavanda

Esta es una hierba PARA TODO. Te servirá para los problemas de estómago, las náuseas y los vómitos (como tónico), así como para la sanación, la paz interior, la paz mental, para aliviar el estrés, encontrar el amor, el dinero, la protección, atraer a los buenos espíritus y a las hadas, la purificación, el sueño tranquilo y el alivio de los dolores de cabeza. Si tienes calambres durante la menstruación, inhala el aceite.

Manzanilla

Calmante para el cuerpo y la mente, es una infusión sedante excelente para tomar antes de ir a la cama, y aplicada en una compresa, alivia el dolor leve. Úsala para atraer la buena suerte (o para acabar con una mala racha), para evitar que caigan rayos sobre tu casa o sobre ti misma, para la prosperidad y como ayuda a la meditación.

Menta

Alivia las náuseas (también las causadas por el mareo), el estómago revuelto y la acidez de estómago y es buena para los resfriados y la gripe. Es calmante y puede promover el sueño tranquilo y los sueños con visiones, además de potenciar los dones psíquicos.

Nolina lindheimeriana [1](#)

Úsala para protección, suerte, un aumento de sueldo o un trabajo nuevo. También es útil para los conjuros de invisibilidad.

Pachuli

Puede revertir los hechizos y ayudarte a librarte de las personas problemáticas de forma pacífica. Úsalo para la clarividencia, la adivinación, la magia en el sexo y para manifestar y atraer el dinero.

Plátano

Desintoxica la sangre, puede tratar los efectos de la hiedra venenosa, las picaduras de serpiente, los aguijones de abejas, las picaduras de mosquito, etcétera. Machaca las hojas, aplica el jugo a las picaduras y marcas de aguijones y repite la aplicación con frecuencia. También puedes hacer una infusión con las hojas o comer y mascar las hojas frescas.

Poleo

NOTA: ÚSALO EN PEQUEÑAS DOSIS Y EVÍTALO DURANTE EL EMBARAZO.

El poleo es una variedad de la menta. Repele los insectos y calma el picor de la piel y el picor nervioso. Alivia las náuseas y trata los resfriados y la gripe. Puedes usarlo en los rituales de consagración y en los exorcismos.

Raíz de galanga

Limpia tu sistema por dentro. Tómala al principio de un resfriado o una gripe. Úsala para duplicar tus ganancias en el juego, para ganar un juicio o para la magia del sexo, librate del mal de ojo y potenciar tus poderes psíquicos.

Romero

Es un estimulante nervioso, ayuda a la digestión y potencia la memoria, alivia los dolores de cabeza y su aroma puede mitigar la depresión. Úsalo como protección, para los exorcismos, la purificación, la sanación y para estimular el apetito sexual. También es una potente hierba que puedes añadir al incienso para ayudar a que se quemé y a que produzca humo.

Salvia

Utilízala como antitranspirante y para cicatrizar las heridas. Ayuda a la digestión y alivia el dolor muscular y articular, y es particularmente buena para los sudores nocturnos de la menopausia y para los sofocos. Haz gárgaras con infusión de salvia para curar la

boca y las encías sangrantes. Bébela para los resfriados y la gripe y para reducir la fiebre. Usa esta hierba en los conjuros para conseguir sabiduría, para la sanación, el dinero, la protección y la longevidad. También es una hierba poderosa en los rituales con incienso.

Sándalo

Es útil para preparar cataplasmas para los hematomas y las contusiones leves, y también para bajar la fiebre. Si vas a hacer magia, te servirá para la clarividencia y los conjuros protectores y para la purificación y la meditación. Puedes quemarlo en los rituales para ayudar a los trabajos mágicos, estimular el apetito sexual y ayudar en los conjuros de sanación.

Uña de caballo

Se suele usar para aliviar el dolor y para eliminar la tos y las alergias. También es buena para la prosperidad, la riqueza y los hechizos de amor.

Valeriana

Pruébala para calmar los nervios, ayudarte a dormir y a tratar las alteraciones nerviosas. También alivia los espasmos y reduce la presión arterial. Te servirá para la magia de amor, la purificación, la adivinación y contra la magia negra.

Verbena

Úsala para tratar dolores leves, cefaleas, el dolor dental, la artritis y otras inflamaciones. También es buena para conseguir un sueño reparador y para calmar los nervios. En cuanto a la magia, puedes hacer conjuros de protección, purificación y consagración y utilizarla en pociones de amor y creatividad.

Medicina con té e infusiones

Originariamente el té era una medicina, y acabó convirtiéndose en una bebida.

Okakura Kakuzo

Mi abuela estaba obsesionada con preparar infusiones. Tenía una receta para curarlo TODO, y ahora sé por qué. Los tés son una forma sencilla de disfrutar de los beneficios saludables de las hierbas.

En un retiro que hice el año pasado, una de las mujeres que escucharon la llamada y se unieron a mí fue Clare Fairhurst. Cada mañana, la veía traer preciosos tarros de hierbas a la cocina y seguir lentamente el ritual de preparar y tomar con delicadeza una taza de té.

Cuando el retiro acabó, relevé a Clare y yo también convertí el momento de tomar el té en un ritual y una medicina. Saqué el herbario de mi abuela, compré una preciosa tetera de cristal con tazas a juego que cabían a la perfección en la palma de la mano y empecé a recordar.

Ahora suelo oír los susurros de mi abuela a medida que tomo las mezclas tibias que preparo para aliviar el dolor menstrual, para calmar los nervios y para potenciar la energía. Todo el proceso de preparar y beber té se ha convertido en una experiencia preciosa.

La receta que preparo más a menudo es la fórmula de mi abuela para los calambres menstruales y para aliviar la matriz (la puedes encontrar en mi libro *Love Your Lady Landscape*). Pero también me gusta mucho una infusión que preparaba para los resfriados o cuando mi sistema inmunitario necesitaba un empujón.

Yo lo llamaría, si puedo ponerle un nombre, «inmunoté».

¿Lo pillas?

☆ Inmunoté ☆

Usa una parte de cada hierba para esta mezcla. Una parte puede ser desde una cucharadita hasta una taza, dependiendo de la cantidad que quieras preparar. Yo uso hierbas secas.

Qué necesitarás

- Una parte de bayas de saúco
- Una parte de flor de saúco
- Una parte de manzanilla
- Una parte de escaramujo
- Una parte de equinácea

Mezcla todas las hierbas y guárdalas en un recipiente hermético.

Para elaborarlo

Usa una cucharada de tu inmunoté por cada taza de agua caliente y deja que repose durante veinte minutos (o toda la noche si quieres una infusión potente).

Si vas a poner las hojas directamente en el agua, cuélalo y endúlzalo con miel para potenciar sus cualidades curativas. También puedes añadirle estevia (en hoja o en líquido) o tomarlo sin añadir ningún edulcorante.

Se puede tomar a cualquier edad y está bueno tanto frío como caliente. Pero si padeces alguna enfermedad autoinmune, debes utilizar con precaución cualquier hierba que estimule el sistema inmunitario.

Me encanta la damiana

No puedo hablar de té sin mencionar mi hierba favorita, la damiana. Soy una bruja, así que por supuesto tengo una hierba favorita. Si no la conoces, TIENES que conocerla ahora mismo.

Los indígenas nativos de México saben desde hace MUCHO que es un potente y popular afrodisíaco. ¡Sí!

Hoy en México se vende en forma de licor de hierbas. Se prepara dejando la damiana en infusión en miel y ron y añadiéndole vainilla, galangal, canela y pimienta en grano durante unas dos semanas.

Dicen algunos que espolvorear damiana en la comida de alguien que amas intensifica el deseo. Otros lo usan en un baño de hierbas para atraer a un nuevo amor. También se dice que si llevas damiana en un saquito mojado, el amado que se alejó de ti volverá. Otra cosa es que tú quieras que vuelva.

Personalmente la encuentro superrelajante, te da buenas vibraciones al momento. Esto tiene todo el sentido, porque en su país de origen la damiana se usa tradicionalmente como tónico para templar los nervios y tratar la depresión.

También me funciona para ayudarme durante el tiempo de sueño y la meditación. Aunque, no voy a mentir, los sueños pueden ser un poco eróticos si la bebes antes de ir a dormir.

Y para acabar, y por si aún no has caído rendida ante esta maravilla, la damiana es una de las mejores hierbas para la salud femenina, en especial para las que tenemos calambres, irritabilidad y cambios de humor durante el periodo.

Damiana, te queremos.

☆ Té de damiana ☆

Echa dos cucharadas de damiana en agua hirviendo y déjala entre cinco y diez minutos.

Añade miel, tal vez unos capullos de rosa para una cantidad extra de amor y sanación y tómalo caliente.



LOS ACEITES ESENCIALES

El uso de aceites esenciales y de sus potentes cualidades aromáticas tiene un origen muy antiguo. Las transcripciones de los antiguos jeroglíficos muestran que hace miles de años los alquimistas usaban aceites extraídos de plantas y hierbas con fines curativos, rituales y ceremoniales. Los faraones del antiguo Egipto intercambiaban el aceite de loto azul por oro y riquezas con los reyes de la India. Sí, hubo un tiempo en que los aceites esenciales tenían tanto valor como el oro.

Aunque hace mucho que son apreciados por su cualidades curativas y rejuvenecedoras, existen evidencias clínicas de que los aceites esenciales (los puros y de elevada calidad que se extraen de las cortezas, las raíces, los tallos, las flores, las bayas y las hojas de distintas plantas) aportan beneficios terapéuticos y bienestar al cuerpo, la mente y las emociones.

Usar aceites esenciales

Los aceites esenciales son superconcentrados, lo que quiere decir que solo necesitas una o dos gotas para practicar magia (aunque confieso que tengo fama de cargar la bañera de aceite absoluto de rosa, ¡llamadme Cleopatra!).

Te recomiendo que olfatees montones de aceites distintos y averigües los que te gustan, además de los que no te gustan en absoluto. Luego descubre sus beneficios y cualidades para crear tus aceites de uso personal. Mientras los guardes en recipientes herméticos y en un lugar frío y oscuro, te durarán años.

De todas maneras, es importante que sepas de dónde proceden tus aceites. La industria de los aromas sintéticos está en plena eclosión y muchos de los aceites que puedes comprar hoy día vienen diluidos en aceites portadores y contienen fragancias sintéticas. Esto no solo reduce su potencia sanadora y terapéutica, sino que puede que tu aceite contenga sustancias tóxicas desagradables. Así que presta atención. Los aceites ideales son los que se han testado en laboratorios cualificados independientes y de

confianza y su pureza y su potencia terapéutica están certificadas, no basta con que huelan bien.

| ACEITES ESENCIALES Y SUS PROPIEDADES MÁGICAS | |
|--|---|
| Ajenjo | Afrodisiáco, clarividencia, deshacer hechizos, amor, cualquier asunto relacionado con lo psíquico |
| Albahaca | Mente consciente, felicidad, paz, atraer dinero |
| Amaro | Euforia, calma, sueños |
| Anís | Conciencia psíquica, clarividencia |
| Árbol del té | Armonía |
| Artemisa | Conciencia psíquica, sueños psíquicos, proyecciones astrales |
| Bergamota | Paz, felicidad, sueño reparador, alivio del estrés |
| <i>Boswellia</i> | Espiritualidad, meditación, fuerza astral |
| Brotos de clavo | Sanación, memoria, protección, valentía |
| Café | Espiritualidad, autocontrol, sanación, eliminar el mal de ojo |
| Canela | Energía física, protección, conciencia psíquica, prosperidad, sanación |
| Ciprés | Alivio y consuelo tras la pérdida de un ser querido, sanación, bendición, consagración |
| Eucalipto | Salud, sanación, purificación |
| Gaulteria | Protección de los animales, buena suerte, dinero |
| Geranio | Felicidad, protección, poder en los rituales y la magia |
| Hierbabuena | Sanación, protección durante el sueño |
| Hisopo | Purificación, mente consciente |

ACEITES ESENCIALES Y SUS PROPIEDADES MÁGICAS

| | |
|-----------------|---|
| Jazmín | Amor, calma, paz, espiritualidad, sexo, sueño, sueños psíquicos |
| Jengibre | Energía mágica, energía física, sexo, amor, atraer dinero, valentía |
| Lavanda | Salud, amor, paz, relajación |
| Lima | Purificación, energía física, protección |
| Limón | Energizante, salud, sanación, energía física, purificación |
| Limoncillo | Conciencia psíquica, purificación |
| Loto | Espiritualidad, curación, meditación, apertura, elevación |
| Madera de cedro | Espiritualidad, autocontrol, sanación, eliminar el mal de ojo |
| Mandarina | Bienestar, aleja a los vampiros psíquicos y sociales, añade poder a las mezclas |
| Mejorana | Paz, celibato, sueño |
| Menta | Mente consciente, purificación |
| Mirra | Espiritualidad, meditación, sanación |
| Naranja | Purificación, alegría, energía física, energía mágica |
| Pachuli | Sexo, dinero, energía física |
| Pimienta negra | Alerta mental, energía física, protección, valentía |
| Pino | Sanación, purificación, protección, energía física, dinero, energía mágica |
| Pomelo | Purificación |
| Romero | Longevidad, memoria, amor, mente consciente, sanación, purificación |
| Rosa | Amor, paz, sexo, belleza |

ACEITES ESENCIALES Y SUS PROPIEDADES MÁGICAS

| | |
|--------------------|--|
| Salvia | Memoria, sabiduría, dinero, purificación |
| Sándalo | Espiritualidad, sanación, purificación, meditación |
| Sangre de dragón | Protección, purificación, amor |
| Vainilla | Sexo, amor, energía física, energía mágica |
| Vetiver | Protección, dinero, deshacer el mal de ojo |
| <i>Ylang ylang</i> | Amor, paz, sexo |

LOS CRISTALES Y CÓMO CUIDARLOS

Estos preciosos regalos de la Madre Tierra tienen potentes cualidades de sanación, y sin duda alguna deben formar parte de la bolsa de sanación de la bruja.

Hay quien se burla de los cristales, tal vez porque el movimiento *new age* ha abusado de su uso. Pero la realidad es que las antiguas culturas ya los consideraban sagrados, creían que podían guardar mensajes y secretos y los empleaban durante la meditación y para la sanación.

Hoy los científicos y los fans de la tecnología de todo el mundo usan el poder de los minerales y los cristales en cualquier objeto: desde los relojes de muñeca hasta los ordenadores o la tecnología láser.

Los cristales proceden de la Madre Tierra, y en los trabajos mágicos y los conjuros se usan varitas en cuyo extremo hay un cristal que amplifica el conjuro y su capacidad de manifestarse. También puedes ponerlos sobre un objeto para eliminar los bloqueos. Por ejemplo, yo me pongo una cornalina sobre el útero si tengo calambres menstruales.

Los cristales también se pueden usar para comunicarse con los muertos y para la adivinación. En resumen, son «multitareas espirituales».

Cuando compres cristales, intenta que tengan una forma tan natural como sea posible. Si son lisos y redondeados, lo habitual es que se hayan tratado con químicos y que hayan sido demasiado pulidos para, supuestamente, mejorar su color y su uniformidad. Pero, personalmente, yo los prefiero en sus formas más naturales y sin tratar.

Estos son los cristales que más me gustan y a los que más recurro. Te digo también para qué los utilizo.

Amatista

Es una forma natural de aliviar el estrés y potenciar la fuerza interior. Proporciona prosperidad y un sólido sentido empresarial a

quien la lleva.

Es un cristal de crecimiento espiritual y protección que aporta claridad mental y te ayuda a sintonizarte con tus sentimientos y a conocerte a un nivel más profundo.

Los cristales de amatista repelen la energía negativa y atraen la positiva, algo que la convierte en una maravillosa protección para tu hogar. De hecho, es uno de los cristales más fuertes para proteger tu hogar de influencias negativas.

Cornalina

Es un potente mineral para el chakra sacro, aumenta el poder personal y la energía física y desarrolla la valentía, la compasión y un extra de creatividad.

Llevar una piedra de cornalina o alguna joya que la incluya mejora la vitalidad y la voluntad y te da la confianza necesaria para acometer nuevos proyectos y tus sueños. También es perfecta para llevarla en una entrevista de trabajo, te dará buena suerte y nuevas oportunidades y despertará tus talentos ocultos.

En los tiempos antiguos, los egipcios enterraban a sus seres queridos con cornalina. Creían que protegían a los muertos en su viaje hacia la vida después de la muerte y calmaba sus miedos sobre el renacimiento que vendría después.

Crisocola

Este es un mineral pacificador, que te alivia y calma en las épocas de estrés. Te conecta con el chakra de la garganta y te ayuda a expresarte de forma consciente.

Elimina las malas energías de cualquier tipo con suavidad, especialmente en épocas de transición, como las rupturas o las pérdidas de empleo. Es maravillosa para llevarla cada día como piedra de ayuda para templar las emociones. La crisocola también te ayuda a afrontar las dificultades y los cambios con calma, te inspira equilibrio interior y autoconciencia e incrementa tu capacidad de amar.

Citrina

Es un mineral de luz y felicidad; no admite ningún tipo de energía negativa, por lo que nunca tendrás que limpiarla. Si la llevas te aportará claridad y te ayudará a manifestar algo que quieres traer a tu vida.

Activa la imaginación, aporta más visiones creativas a una mente más clara y una actitud más positiva ante la vida. Cuando está cargada con el sol, la citrina calienta, limpia y energiza tu cuerpo, en particular el plexo solar.

Cuarzo ahumado

El cuarzo ahumado te ayuda a equilibrarte y conectarte con la Tierra, permitiéndote mantener los pies en el suelo y estar en armonía. Emite un alto nivel de energía que absorbe y transmuta la energía negativa.

Ayuda a eliminar los bloqueos mentales y emocionales, alivia el dolor y dispersa la energía negativa del cuerpo. Llévelo como ayuda emocional y para disolver la ira y el resentimiento.

Cuarzo rosa

Es el mineral del amor incondicional. Es también uno de los más importantes para el trabajo con el chakra del corazón, puesto que abre tu corazón a todos los tipos de amor (amor hacia ti misma, amor por tu familia y por tus amigos y amor romántico).

La energía calmante del cuarzo rosa estimula la empatía, la reconciliación y el perdón y reduce el estrés y la tensión. Puede eliminar la ira, los celos y el resentimiento hacia los demás y cura los problemas del corazón causados por albergar sentimientos negativos.

Cuarzo transparente

Es un mineral de manifestación que energiza y activa los centros de energía del cuerpo. Contribuye a que pienses con claridad y te

permite centrarte en tus sueños y deseos y conseguir claridad. Te ayuda en tu desarrollo espiritual y elimina los bloqueos del cuerpo para que la energía fluya con libertad.

Granate

Este es un mineral de salud y energía que además potencia la pasión y el placer. Ayuda a mover el *chi* y la energía del cuerpo, estimulando la actividad física.

El granate también es una buena piedra para mitigar la depresión y trae alegría y esperanza, ayudando a reducir los enfados que tengas contigo misma. También limpia de energía negativa los chakras, y en el proceso de limpiarlos los energiza.

Heliotropo

Durante milenios, los curanderos han apreciado las potentes cualidades de sanación del heliotropo. Purifica y desintoxica el cuerpo, limpia la energía y elimina la negatividad.

También aumenta la energía y la fuerza y promueve el flujo de energía constante a través del cuerpo. Es muy beneficiosa para los atletas y para las personas con trabajos que implican mucha actividad física.

Hematita

Este mineral te proporciona mucha protección y te ayuda a mantenerte centrada en cualquier situación. Absorbe la energía negativa y te calma en las épocas de estrés y preocupación. Llevar hematita hace que te sientas equilibrada, calmada y centrada. También te ayuda a encontrar tus talentos únicos y a liberarte de las limitaciones que tú misma te hayas impuesto.

Jade

Se lo considera un potente favorecedor de la suerte y además puede ayudarte a conseguir tus sueños y tus metas. Te permite

entender qué limitaciones te has impuesto en el pasado y manifiesta tus sueños en el mundo físico.

El jade promueve la valentía, la compasión, la generosidad y la longevidad. Gracias a él llevarás una vida más rica y plena. Esta es una piedra preciosa con una historia muy antigua y durante siglos ha estado ligada a Asia.

Jaspe

Es muy valorado como mineral sanador y está cargado de energía estabilizadora. Puede conectarte de forma profunda con las vibraciones de la Tierra y darte una mayor comprensión del poder de la naturaleza. Te ayuda a ser menos crítica y a saber desde el alma que todos estamos conectados.

En algunas culturas nativas americanas, el jaspe simboliza la sangre de la Tierra, y por ello se lo considera una piedra sagrada.

Labradorita

La labradorita limpia y abre el chakra de la corona, estimulando tu intuición. Es un potente mineral que te permite ver a través de las ilusiones y te muestra la forma real de tus sueños y tus objetivos. Úsala para estimular tu imaginación, hacer crecer tu entusiasmo y ver con más claridad durante la meditación.

Lapislázuli

Esta piedra preciosa existe desde el principio de los tiempos. Te despierta una conciencia total que te conecta con una verdad superior. Te ayuda a estimular la expresión verbal y a abrir y equilibrar el chakra de la garganta.

También te aporta sabiduría y te conecta con tus guardianes espirituales, protegiéndote de la energía negativa y devolviendo las vibraciones negativas a su fuente.

Malaquita

Es un mineral que promueve la transformación. Ayuda a limpiar y abrir los chakras. Aporta salud en general, estimulando y equilibrando el corazón y el chakra de la garganta.

La malaquita también te ayuda a liberar las experiencias negativas para sanarte y que recuperes la esperanza. Es inspiradora, purificante y compasiva, y atrae el amor abriendo tu corazón.

Obsidiana

Es un cristal volcánico natural formado por lava fundida que se ha enfriado muy rápidamente. Se trata de una piedra equilibrante que despierta una conexión instantánea del chakra raíz con la profundidad del centro de la Tierra.

La obsidiana también ayuda a limpiar y eliminar las energías negativas, además de a liberar las emociones que causan energía negativa como la ira, el miedo, los celos y la codicia.

Ojo de tigre

Ayuda a reequilibrar el cuerpo a todos los niveles. Fomenta el optimismo y la confianza en el futuro. Trae brillo y luz a todas las situaciones y aporta luz a todos los problemas.

Si lo llevas, te traerá buena suerte, abundancia y prosperidad. En muchas civilizaciones antiguas, se usaba como talismán contra la mala suerte y las maldiciones. Cualquier casa debe tenerlo por sus cualidades sanadoras.

Ónix

Es un mineral con una potente cualidad protectora que puede proteger tu mente y tu cuerpo de la energía electromagnética. Absorbe y transforma la energía negativa y ayuda a evitar las fugas de energía personal.

También alivia la melancolía, libera la negatividad y la depresión, ayuda a calmar los miedos y te aporta un sentimiento de estabilidad y seguridad.

Piedra de la luna

Se cree que es el mineral del destino, y está muy conectada con la luna y con la Divinidad femenina, lo que la convierte en una piedra maravillosamente útil para las mujeres. Se lleva para potenciar la fertilidad y armonizar la mente, así como para aportar salud y protección.

La piedra de la luna ayuda a equilibrar la producción de hormonas, el metabolismo y la reproducción. También energiza los sentimientos reprimidos y los trae al primer plano.

Selenita

Es el mineral ideal para suprimir todos los tipos de energía. La selenita puede limpiar, proteger y blindar la energía de tu cuerpo así como la del resto de tus cristales y de tu hogar. Bloquea rápidamente cualquier energía negativa y estancada para crear un flujo continuo de energía positiva.

Los cristales de selenita aumentan la energía de cualquier piedra preciosa que se coloque encima, lo que la convierte en un mineral perfecto para reactivar y recargar tu joyería y otros cristales sanadores. Desde hace poco se usa también en los tratamientos médicos de la medicina holística para la curación física, incluyendo el tratamiento del cáncer y la reducción de tumores.

Limpiar tus cristales

Si los compras en una tienda, lo más probable es que hayan pasado por muchas manos, que habrán dejado sus huellas energéticas en ellos. Para llevarlos a un estado neutro y limpio de energías negativas, tienes que purificarlos y cargarlos. Recurre a tu intuición y permite que esta te guíe.

☆ Tres pasos para limpiar tus cristales ☆

- Limpia tus cristales poniéndolos bajo agua corriente, del grifo o un arroyo, durante unos minutos.

- Reenergízalos bajo la luz del sol y de la luna (mejor con luna llena) las veinticuatro horas, entre tres y siete días. Tú sabrás cuánto hace falta.
- Repite el proceso que hayas escogido en cualquier momento en que te parezca que el mineral necesita recargarse, por lo general cada pocos meses.

No pongas en agua ningún cristal que vaya engarzado en metal. En su lugar, quema salvia y pasa la joya por el humo.

También puedes dejar la joya sobre una pieza grande de amatista durante veinticuatro horas.



Cargar o programar tus cristales

Cada cristal tiene su propio conjunto de propiedades mágicas, desde atraer el amor y la abundancia hasta el alivio del dolor menstrual o ayudar a comunicarte. Pero también puedes programar tu cristal o cargarlo para potenciar su propósito.

☆ Cómo programar y cargar tus cristales ☆

- Decide para qué quieres usar tu cristal. ¿Lo usarás para meditar? ¿Para que te ayude a enfocarte? ¿Para curar tu corazón roto?
- Una vez lo tengas decidido, sostén el cristal con tu mano dominante e imagínate una luz blanca intensa que sale de tu útero y circula alrededor de tu cuerpo, antes de llegar al cristal y llenarlo con el poder de tu luz.
- Da las gracias al cristal por todas las formas en que va a ayudarte. Por ejemplo, puedes decir: «Gracias por el amor en mi corazón, por la claridad con la que hablaré en público, por lo feliz que me siento».

Otros métodos

El sol: por supuesto, el sol es un potente energizador. Recurre a él siempre que puedas para secar tus cristales. Puedes simplemente dejar que se bañen de sol y que descansen bajo su luz.

La tierra: entierra el mineral bajo la tierra de tu jardín para limpiarlo de toda negatividad.

Cristal de cuarzo. Coloca tu piedra en un grupo de piedras de cuarzo grandes durante unas horas para neutralizar rápidamente las energías negativas de su interior.



Averigua qué te funciona

Usa mi herbario de bruja como punto de partida, y luego empieza a crear el tuyo.

A medida que vayas probando recetas, combines aceites y trabajos con cristales, empieza a escribir lo que creas con ellos. Anota, cada vez que crees algo, qué ingredientes has utilizado y acepta la guía. Lo más importante es que tengas confianza en ti misma mientras exploras.

LA CONFIANZA: EL INGREDIENTE FINAL

¿Sabes qué? Tenemos todo lo que
hace falta para curar.

Cuando pasaba los sábados por la mañana con mi abuela, me animaba a preparar infusiones y tinturas con las hierbas que me atraían. Yo no conocía sus poderes mágicos o sanadores, pero me divertía tomar una cucharada de un tarro y añadirla a otro. Las dos bebíamos cualquier mejunje que yo preparaba, y aunque no siempre tenía un sabor genial, si mi abuela las tomaba significaba que eran buenas para nosotras de una forma u otra.

Ahora sé que me estaba ayudando a entrenar mi *músculo* intuitivo y a confiar en mis maestras: las plantas, las ancianas y, lo más importante, yo misma. Me siento agradecida porque este entrenamiento de mi confianza y mi intuición es el mismo que uso hoy cada día cuando coloco una mano sobre la zona del útero de una mujer y sé de forma instintiva que su ovario derecho no funciona bien debido a un trauma que sufrió cuando tenía seis años.

O cuando escucho a una mujer describir cómo vive de manera sana y estimulante su periodo menstrual y «veo» que está teniendo problemas con su relación y que los dos hechos NO son mutuamente excluyentes.

Y lo más importante es que gracias a que confío en mí misma y en mis maestras, también sé qué movimiento, medicina o práctica espiritual ofrecerle para ayudarla y sanarla.

Cuando reconectas con esa mujer sabia (*ELLA, la que sabe*) así como con tus antepasadas y con todas las que estuvieron antes que tú, te conviertes en una potente y poderosa sanadora.

Eres una sanadora.



Soy una sanadora.

[#WAKETHEWITCHES](#)

EL PROYECTO «DESPIERTA A LA BRUJA»

Formas de invocar a aquella que se sana a sí misma y sana al mundo:

Expedición herbolaria: adéntrate en la naturaleza, y fotografía o dibuja las plantas que encuentres. Luego apasiónate con el tema y averigua qué plantas son y para qué puedes utilizarlas.

Busca a un herborista cerca de tu casa que ofrezca paseos para identificar las hierbas en las distintas estaciones o lecciones de recolección: es información privilegiada sobre la Madre Naturaleza.

No temas preguntar: de hecho, pregúntalo TODO. Si lees que una determinada hierba es buena para atraer el amor, pero al sostenerla en tu mano, cerca del corazón, te susurra otra cosa, confía en tu percepción. Si durante los sueños se te dice que combines dos tipos de hierbas para preparar té, pruébalo.

Toma precauciones y asume una responsabilidad máxima, pero sin dejar de confiar en tu intuición.

Debes saber que la medicina puede tomar CUALQUIER forma: no son solo hierbas, masajes y aceites esenciales. De hecho, la medicina del sentimiento es, con diferencia, mi mayor maestra.

Permitirte SENTIR, sin importar lo dolorosa que pueda ser una situación, es una forma de acceder a la medicina con la potencia más sanadora que jamás experimentarás.

Leer este libro puede ser una medicina emocional para ti al recordar tu verdadera naturaleza de bruja. Por otra parte, la enfermedad y el dolor físico crónico pueden ser, paradójicamente, la medicina que necesitas (que quizás no sea necesariamente la que tú quieres) para ayudarte a regresar a tu cuerpo.

¹ Planta autóctona de Estados Unidos (estado de Texas) donde se la conoce como *devil's shoestring* (cordón del diablo) y de México (Estado de Zacatecas).

Capítulo 12

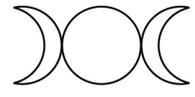
LA HECHICERA

*ELLA, que lanza hechizos,
es peligrosa y no tiene miedo
de la oscuridad*



Bienvenida de nuevo
a tu estado salvaje.

[#WAKETHEWITCHES](#)



La hechicera

Donde hay una mujer, hay magia

Ntozake Shange

Uno de mis primeros negocios *online* fue *La hechicera atrevida*. Vendía perfumes naturales con cristales y aceites esenciales, y los cargaba con la luz de la luna. Las esencias llevaban nombres como *La encantada y peligrosa esencia* (puedes encontrar la receta en la página al final de este capítulo) e incluían hechizos y un encantamiento. También leía el tarot en línea y daba clases para aprender a interpretar el tarot, con títulos muy imaginativos.

Por aquel entonces no tenía ni idea de la potencia del título que me había dado a mí misma. *Atrevida* (en inglés, *sassy*) contiene las iniciales de las palabras *espiritual* (*spiritual*), *auténtica* (*authentic*), *sensual* (*sensual*) y *sensacional* (*sensational*). ¡Me ENCANTA este acrónimo! y aún hoy es parte de todo lo que hago y comparto.

Pero... ¿hechicera? Para ser sincera, ese papel me venía un poco grande.

En aquella época acababa de salir de una relación de ocho años en la que no tuve respeto, apoyo ni integridad. Y en lugar de sentirme así, quería sentirme como una hechicera.

La versión estereotipada. La versión Angelina Jolie.

La versión oscura y peligrosa. La versión sexi y salvaje, alguien que te quitaría el novio.

Ahora sé que esta versión estaba deformada, era anticuada y formaba parte de un paradigma obsoleto.

Había percibido estos poderes antes. Demonios, sí, claro que los había sentido. Soy escorpio, claro que los había sentido. A veces hasta me habían desbordado y me había atrevido a usarlos, como esa vez que hice un viaje a París con mi mejor amiga y besamos a hombres guapos después de haber leído demasiado a Anaïs Nin (también he de decir que nunca puedes leer demasiado a Anaïs Nin).

Y después de que acabara mi relación de ocho años, decidí no volver a buscar un marido. Tendría amantes, montones de amantes.

Pero a medida que experimentaba con la seducción y la atracción, el placer y el deseo, recibí un aviso. Fui abofeteada (a veces, literalmente) y llamada a obedecer por atreverme a explorar y a satisfacer mis necesidades y deseos a mi manera.

Al ver que abría la caja de Pandora, el patriarcado quería que volviera a poner la tapa, que cerrara la caja y mis piernas, y que siguiera siendo obediente y estando conforme.

Pero Pandora quiere decir literalmente «dadora de todos los regalos». Y cuando conoces a la hechicera, te invita a que abras la caja de Pandora (y tus piernas), porque sabe que ahí es donde está tu poder.

Ahí es donde está TU poder.

Sí, tu poder está entre tus muslos. Y cuando conectas con tu paisaje femenino, tu útero, tu vulva, tu clítoris, tus ovarios, tu deseo y tu placer, comprendes que todos los atributos que te enseñaron que estaban «mal» y que eran «inaceptables» para «una chica como tú» son dones que te ayudan a reivindicar tu poder, tu autoridad y tu integridad.

Sí, la hechicera puede cambiar situaciones y «manipular». Es una alquimista. Es la madre que convierte las lágrimas en risas con un beso tranquilizador. Es la amiga que convierte el miedo en paz con sus palabras. Es la activista que convierte el pensamiento en acción.

Sí, ella puede usar el poder en su beneficio. Sabe que cuando se ayuda a sí misma, está completa, se siente íntegra y puede servirse a ELLA misma y servir al mundo.

Sí, se enfada, y está llena de rabia y puede ser salvaje. Sabe que aguantar esos sentimientos e ignorarlos no ayuda a nadie, y mucho menos a ella misma.

Sí, también se siente cómoda en la oscuridad. Sabe que es la única forma verdadera de servir a la luz.

Sí, es sexi, atractiva y sabe cómo seducir. Es una mujer y serlo es su jodida prerrogativa.

Y ¿sabes qué? TÚ eres ELLA y ELLA es TÚ.

ELLA pide (no, de hecho, ELLA exige) que reivindiques estos dones, en lugar de verlos como maldiciones, algo malo y peligroso, que es lo que te han enseñado que son.

Y ELLA exige que los reclames sin remordimientos.

¿QUIÉN ES LA HECHICERA?

Existe una nueva versión de la hechicera. En realidad es la antigua versión, la anterior al patriarcado, antes de que los medios de comunicación la representaran de una forma que nos hace temerla. ¿Te resulta familiar?

Ella te simboliza cuando estás en posesión de cada una de las partes que te conforman: las llamadas partes buenas y partes malas, las oscuras y las luminosas. Te representa usándolo TODO para dejar tu huella (también la huella de tu vulva), tu legado y tus imperfecciones en forma de impresiones bellas, profundas y duraderas que representan lo que es ser una mujer en posesión de su poder en este planeta.

La hechicera (*sorceress*, en inglés), con su origen en la palabra fuente (*source*, en inglés), te recuerda que TÚ eres una fuente.

Esto no es algo que tengas que ir a buscar fuera, a pesar de lo que te han hecho creer. Tú ya eres una fuente. Puedes acceder a ella en cualquier momento. Y es algo que puedes utilizar para transformar, practicar la alquimia e integrar enseñanzas, aprendizajes, oscuridad y experiencias.

Este es el enorme FUNDAMENTO, la pieza completamente necesaria que el patriarcado ha estado intentando ocultarnos.

Que nosotras podemos transmutar todas nuestras experiencias y hacer alquimia con ellas. Podemos cambiarlas. Dales una patada en el trasero.

Que nuestra verdadera naturaleza, salvaje y aparentemente incontrolable (solo es incontrolable para ellos; nosotras solo necesitamos un poco de práctica para recordar cómo USARLA), puede experimentar, manejar y ser TODO ello.

La hechicera (tú y yo) posee una potente y poderosa alquimia.

Se nos ha enseñado a temer a esta fuerza en lugar de reverenciarla.

Queremos ser sexis y sentirnos confiadas y poderosas... pero no queremos ser «demasiado» sexis. No queremos que los demás piensen que somos zorras. Y con zorra me refiero a cualquier mujer que disfrute del sexo más que el hombre que la llama zorra.

Queremos tener confianza, pero no tanta como para parecer arrogantes o divas. No queremos ser tan poderosas como para ofender a alguien o (y esta es la idea más tramposa de todas) acabar con más poder del que podemos manejar.

Bruja, tú puedes manejarlo TODO. Te lo aseguro.

Entra en tu cuerpo.

RECUPERAR TU FUENTE, RECUPERAR A TU HECHICERA

Inspira profundamente a través de la nariz y hasta tu centro.

Respira hasta tu caldero, tu pelvis, y llena todo su contenido de *prana*, la fuerza de la vida.

Sí, este es un lugar de manifestación y creación. Pero lo más importante es que ahí está tu fuente de poder. Y si no estás conectada con ella, el proceso de recuperar y reivindicar a la hechicera que hay en ti te separará de tus raíces.

Y quiero que sepas que hablo desde mi experiencia.

Así que, bruja, conéctate con tus raíces.

Vamos. Entra en tu cuerpo.

Entra hasta tus raíces y respira en ellas.

Permite que emerjan el fuego, la ira y la pasión (el deseo que has estado conteniendo y ocultando y medicando para evitarlo).

Ha sido ignorado demasiado tiempo.

ELLA ha sido ignorada demasiado tiempo.

Ya no necesitas temerla más.

Quiero que notes esta verdad en tu mismo centro. Saboréala, huélela, escríbela, muévete con ella, llora con ella, atiéndela.

La hechicera está renaciendo.

Es un regreso a nuestro centro salvaje.

Es una vuelta a nuestra auténtica naturaleza.

Es un regreso a la esencia de quien está detrás de todas las brujas, a pesar de todas las historias absurdas que hemos creído sobre nosotras porque nos dijeron que eran verdad.

Esta, querida, es la hechicera, y ELLA alimentará este regreso.

Regresar es reivindicar tu parte salvaje, tu naturaleza femenina.
Es volver a:

- La persona que eras antes de que todas las etiquetas y condicionamientos te aprisionaran como grilletes de metal.

- La persona que eras cuando no ignorabas tu ira, tu pasión y tus verdaderos sentimientos.
- La persona que eras cuando te permitías sentir y expresar por completo todos esos sentimientos EN y A TRAVÉS de tu cuerpo.

La persona que eras cuando te rendiste a la experiencia COMPLETA de ser una mujer.

Cuando le dices sí a ese regreso, dejas de buscar a un ser superior o de buscar fuera de ti la orientación. En cambio, haces la elección consciente de volverte hacia dentro, hacia ti misma. Te encuentras contigo misma de tú a tú.

Ese es el trabajo de la bruja.

Muchas de nosotras evitamos ese trabajo, y entiendo por qué. Nos parece arriesgado. Como si tuviéramos que soltar una «vieja» versión de nosotras mismas, una versión falsa que creíamos que era nuestro verdadero yo.

Tienes que observar todos tus hábitos, tus comportamientos, lo que haces para disimular y tapar con medicamentos los sentimientos que ocultas. Tienes que descubrir tus heridas, no solo las tuyas, sino las heridas colectivas de las que hablé en el capítulo cuatro.

Recuperarte a ti misma te invita a tu útero cósmico, el mar oscuro de conciencia donde puedes «ver» la verdad en la oscuridad. Y lo que ves es que bajo todo ello, bajo las etiquetas y las historias falsas, todo es amor.

TODO.

Solo que, a medida que empieces a recuperarte, si has estado demasiado aferrada a tu máscara de «amor y luz» (o «glamur» o «espiritualidad *light*» o «servir a los demás» o «ambición»), no te parecerá sanación ni amor.

Más bien te parecerá que estás muy jodida (y esta es, sin duda, mi experiencia personal). Parece un fracaso. Parecerá un jodido desastre.

No solo eso, sino que la gente que te rodea tampoco sabrá qué hacer contigo. Algunos te pedirán que dejes de hacer lo que estás

haciendo y que vuelvas a ser «normal», porque se sienten incómodos. O te dirán: «¡Estás cambiada!», y entonces tendrás que replantearte los contratos implícitos que firmaste con ellos para «mantenerte a salvo».

Para mí, escribir y corregir este libro ha sido un enorme proceso de recuperación.

¡Sí! Recuperarse una misma no es un proceso sencillo. Tiene capas y espirales y límites. Y cuando ya crees que has averiguado algo, accedes a un nuevo ángulo de cámara desde el que mirar. Me DARÁS las gracias por hablarte de esto. Solo que... quizás no ahora mismo.

Y según voy compartiendo lo que sé y lo que va a apareciendo en estas páginas, la madeja sigue desenredándose, el proceso continúa.

Si me sigues en Instagram, habrás visto por ti misma cómo se iba concretando. Ha sido desastroso. Y para una mujer que ha sido amansada, censurada y a quien le han dicho desde niña que «te estés quieta, no te hagas notar y no llores», desentrañar esto, desbordarse y ser «vista» como alguien demasiado emotivo y caótico es de verdad una exigencia ENORME.

Si aún menstrúas, te invito a que explores esta recuperación en la fase premenstrual. Si ya no menstrúas, explórala durante la luna menguante y la luna negra. Porque es entonces cuando nuestro estado femenino salvaje (nuestra verdad, nuestra voz y nuestra misma esencia en todo este esplendor imperfecto y desastroso) nos pide que seamos indomables y que no nos censuremos, que nos hagamos ver y escuchar todo lo que podamos.

¿Y si ocurre eso? ¿Y si todas tomamos la vida por los ovarios y vaciamos nuestros corazones, nuestras entrañas y nuestros úteros, sin censura, cuando la luna esté menguando o antes de menstruar? La fenomenal estructura patriarcal en la que vivimos estará aterrorizada, y hará bien en estarlo. Porque como dijo Audre Lorde, la escritora afroamericana feminista, lesbiana, mujeriega y activista de los derechos humanos, seríamos «poderosas y peligrosas».

Excepto que no lo seríamos. No en realidad. Solo estaríamos mostrando nuestra verdad.

Lo que me parece más peligroso es que se nos ha enseñado a renegar del poder de la segunda mitad de nuestro ciclo menstrual, y sin embargo es donde puede verse y sentirse nuestra expresión completa.

Si la primera mitad de nuestro ciclo es una inspiración profunda, esta mitad es la exhalación. Es soltar. Es la oportunidad de permitir que nuestros corazones, nuestras entrañas y nuestros úteros nos conduzcan a una forma distinta de «ser» en lugar de «hacer».

Por desgracia, muchas de nosotras estamos totalmente desconectadas de ello. La razón es que esta fase puede llegar a ser un poco desastrosa. Y como mujeres modernas, enseguida aprendemos a mantener en secreto los aspectos desastrosos de nuestra feminidad. Si nuestras emociones se desbordan, las aplastamos y nos disculpamos. MUCHÍSIMO.

Nos preocupa que nos vean como «excesivas», a la vez que nos debatimos con el sentimiento de «no ser suficiente». Nos da miedo perder la compostura, porque ¿cómo la recuperaremos después?

Bueno, pues ¿sabes una cosa? No tienes que recuperarla.

Ese útero cósmico y ese mar de conciencia de los que he hablado, si se lo permites, disolverán todo lo que no sea amor. Cuando ocurra eso, empezarás a sentirte más que cómoda con los estallidos de pasión, ira, pena y deseo. Te volverás salvaje, sincera y honrada.

En ESTO consiste reencontrarte.

Sin embargo, quiero que sepas que hace falta valentía y vulnerabilidad para dar el primer paso. Te encontrarás «sin saber nada» y te preguntarás cómo se te juzgará y se te percibirá. Porque para mantenerte en tu poder, pase lo que pase (expresarte, crear como más te guste y confiar en ser quien eres), lo que realmente se necesita es ESO.

Hacen falta unos ovarios muy grandes.

Pero esa es la misma esencia de la hechicera. Y ha sido tu verdadero yo.

Desatada. Indómita. Sin remordimientos. En cada momento.

Y empiezas tu viaje (la espiral, la aventura), explorando tu paisaje femenino.

ACCEDE A LA MAGIA DE TU CALDERO

La hechicera sabe que aunque las herramientas y objetos mágicos sofisticados son geniales, ella tiene todo lo que necesita EN REALIDAD para que surja la magia dentro de ella.

Literalmente.

Su cavidad pélvica (y el útero y los ovarios que hay en ella) es un caldero mágico de creatividad. Es un cuenco medicinal, un oráculo, un lugar para sanar y transmutarlo todo.

Cuando nutres tus ovarios, cuando están cargados de la energía que circula por ellos, puedes usarlos para crear y expresarte de todas las maneras.

Cuando remueves tu caldero mágico mediante el baile, el sonido, el movimiento y la respiración, te conectas con una fuente de poder interior. Esta fuente es como un interruptor de ignición interno. Los antiguos yoguis lo llamaban *Shakti*. *Shakti* es la energía femenina divina que, cuando se activa, te permite expresarte por completo de forma creativa.

Te sientes fértil en todos los sentidos.

Y lo eres. Sé consciente de que eres capaz de crear CUALQUIER COSA cuando remueves y activas *Shakti* en tu caldero: bebés, magia, relaciones, proyectos y, sí, orgasmos también.

Por supuesto, un gran poder creativo implica una gran creatividad.

Actúa en consecuencia.

Crea algo genial. POR FAVOR. El mundo necesita que crees TODAS las cosas de TODAS las maneras posibles.

Aumentar tu conexión con Shakti

Shakti es la energía de la fuerza de la vida.

En su esencia fundamental, *Shakti* es incontrolable. Ella es la más salvaje, la especie más indomable de serpiente de cascabel que nunca he conocido.

No se la puede domar ni nadie la domará.

Ella es lo que tú y yo sentimos cuando nos rendimos por completo al proceso de reencontrarnos.

La gente que trabaja con *Shakti* llega a creer a veces que la están dirigiendo o controlando, pero *Shakti* es lo que alimenta todas las creaciones. Ella alimenta el universo, el planeta y a los seres individuales. Ella no puede ser controlada ni dirigida.

Su energía es puro potencial y todo lo que se te pide es que permanezcas en el centro y confíes en que esta fuerza creativa infinita se mueve a través de ti.

ELLA es tú y tú eres ELLA.

Conéctate con *Shakti*, conéctate con la bruja.

☆ Conéctate con Shakti ☆

Ponte de pie y conéctate con la energía terrestre. Pon los pies descalzos sobre la tierra si puedes, porque las plantas de los pies son uno de los tres puntos de convergencia del cuerpo para tus setenta y dos mil fibras nerviosas.

Cuando pones los pies descalzos sobre el suelo, cada una de esas fibras se conecta con el pulso de la Madre Tierra y hace circular la energía electromagnética a través de tu cuerpo.

Inspira profundamente y, al exhalar, envía tus raíces hacia la Madre Tierra. En la siguiente exhalación, siente la energía de vuelta hacia arriba hasta tu útero. Haz esto durante cinco o seis respiraciones profundas.

Luego permite que ELLA te mueva.

Deja que ELLA te guíe.

Mientras te mueves al ritmo de tu propio flujo, pregúntate: «¿Qué quiero en realidad? ¿Qué es lo que deseo?».

Probablemente esto te despertará «cosas»: «Puedo confiar en mi deseo», «Lo he estropeado», «Me vuelvo codiciosa», «Quiero cosas bonitas (un coche, una casa, dinero)».

Permítete sentir por completo cualquier emoción que necesite ser sentida y vista (grita, llora, ríe, solloza) y luego escribe y reflexiona sobre lo que te haya llegado. Yo hago este proceso en cada fase de mi ciclo menstrual, pero puedes realizarlo durante la luna llena, la luna negra o incluso a diario.

Cuando más practiques esta conexión con *Shakti*, más confiarás en el potencial de tu cuerpo como mensajero.



La hechicera te invita a trabajar con *Shakti* para desvelar quién eres.

Sí, es seguro desvelar quién eres.

Es seguro desvelar quién eres.

Si no te sientes segura, únete a mi aquelarre *online*: encontrarás los detalles en el apartado «Herramientas», al final de este libro. Todas nosotras necesitamos, más que cualquier otra cosa, lugares valientes, espacios donde podamos empezar a explorar la luz y la oscuridad con otras mujeres.

A muchas, la idea de mostrarnos abiertas y vulnerables con otras mujeres nos inspira mucho miedo. Admitir que nos sentimos débiles o frágiles. Confesar que no hemos conseguido poner orden en nuestra vida, que nuestra vida no es tan deslumbrante como puede parecer en las redes sociales. Necesitamos reconstruir la confianza entre mujeres que el patriarcado ha roto durante los últimos tres mil años separándonos y enfrentándonos.

Y esa reconstrucción empieza por nosotras.

La sabiduría se encuentra en la oscuridad

El problema es que forzarnos, obligarnos y enseñarnos a vivir cien por cien en la luz nos ha hecho olvidar la sabiduría que hay en la oscuridad. Voy a usar el ciclo menstrual como ejemplo.

Cada mes, como la luna, experimentas la luz y la oscuridad. La primera mitad de tu ciclo es la preovulación y la fase de ovulación, cuando te recargas de energía y sientes que podrías hacer casi cualquier cosa. El problema es que te han enseñado que debes estar así todo el mes. Y te sientes obligada a ello.

Pero no puedes.

Porque durante la segunda mitad del ciclo, las fases premenstrual y menstrual, nuestros cuerpos literalmente son incapaces de mantener el mismo ritmo. Por eso ansiamos descansar y recuperarnos física, emocional y espiritualmente.

Esta segunda mitad es el lado oscuro de nuestro ciclo. No es malo ni negativo: es solo cuando nuestra energía mengua y nos invita a ir hacia dentro.

La luna vive gracias a esta sombra sagrada y antiguamente reverenciada, igual que nosotras.

Aceptar nuestra sombra es sabio,
es sanador y es saludable.

Pero cuando suprimimos la sombra, el equilibrio se distorsiona y se manifiesta como desequilibrio. Y la sombra desequilibrada nos lleva al dolor físico y a la enfermedad.

La mayoría de nosotras evitamos nuestras sombras, porque en ellas viven la vergüenza, los «problemas» y los síntomas.

Creemos que esos síntomas son «malos». Pero en verdad solo es la forma que nuestros cuerpos tienen de conseguir nuestra atención y de enviarnos señales y mensajes. De este modo, nuestros síntomas son revelaciones claras de lo que nuestro cuerpo y nuestra mente necesitan para estar en equilibrio.

Debes saber que, como mujer, tu sombra tiene todas las claves de lo que te hace pequeña y de lo que es un lastre para ti. Y tu sombra no discrimina. Afecta a cada aspecto de tu ser. Ella seguirá insistiendo y hurgando hasta que te des cuenta de que eso que tanto te esfuerzas en evitar es precisamente lo que te liberará.

¿Cómo empiezo a sanar esto? ¿Cómo podemos conectar con la fuente?

Primero tenemos que asegurarnos de que nuestro útero es capaz de recibir. Algunas veces podemos tener una acumulación de energía, o absorber proyecciones de lo que es ser una mujer, ser una bruja. Absorbemos estas proyecciones, consciente e inconscientemente, de los medios de comunicación, de los hombres, de otras mujeres, de la cultura y de la sociedad, y luego las guardamos como emociones en el espacio de nuestro útero.

Lo que nos hace sentir este espacio (respecto al ciclo, a sangrar y no sangrar, nuestros deseos y anhelos) está TODO almacenado en nuestros úteros. Así que aquí puede almacenarse mucho, y lo hace, sofocándola a ELLA. Silencia nuestra conexión con *Shakti*.

☆ Cómo limpiar el espacio de tu útero ☆

Haz esto en cualquier momento menos cuando estés menstruando.

Qué debes hacer

Respira varias veces. Ponte una mano en el corazón y la otra en el espacio de tu útero.

Deja que tu conciencia se sitúe en la zona de tu útero.

Nota el aire entrando y saliendo de tu cuerpo.

Sigue la tercera respiración y deja que descanse en tu útero.

Así estás oxigenando toda la zona. Cuando lo haces, estás moviendo el *prana* y la energía del espacio uterino, para que todo lo que esté estancado o paralizado pueda eliminarse.

En la siguiente inspiración, contrae los músculos del suelo pélvico y extiende esa conexión a la zona de tu útero. Hazlo poco a poco.

Cuando espire, relaja los músculos. Esto mueve la energía en el espacio del útero y elimina la que no le corresponde.

Mientras haces esto, ponle tu intención, por ejemplo: «Estoy liberando la energía de mi antiguo amante, de ese trauma, de esa experiencia».

Empieza a notar qué ocurre. No tienes que sentir nada en particular, ni tienes que alcanzar ni arreglar nada. Solo mantén un ritmo suave: al inspirar, contrae; al espirar, suelta.

Una vez eliminado «lo que sea», puedes empezar a sentir residuos de la relación, la experiencia, los vínculos o las emociones.

Algunas veces podemos sentir las emociones, observarlas y luego quedarnos bloqueadas pensando que son reales y que no podemos manejarlas. Pero no es verdad. Son solo recuerdos que se presentan. Así que obsérvalos y deja que se marchen.

A veces la emoción no llega inmediatamente. Parece haberse obstruido. En tu próxima menstruación eliminarás los residuos de esta obstrucción.

Haz esto entre cinco y diez minutos. Registra por escrito todo lo que te venga.



EL LENGUAJE DEL CUERPO

¿Qué relación tienes con tu cuerpo?

¿Cómo te sientes habitándolo?

Esta es una pregunta cargada de implicaciones para las mujeres. Y es una de las grandes razones por las que a la mayoría nos da miedo pensarlo. Es encontrarnos con el miedo a que nuestra verdad se exprese por completo. Es porque no confiamos en nosotras mismas, y lo más importante, porque no confiamos en nuestros cuerpos.

Este es un tema para otro libro, otra conversación y otro descubrimiento, pero necesitamos afrontar esa resistencia a entender cómo hemos llegado hasta ahí.

Pero antes de hacerlo, hay algo que NECESITAS saber.

No es culpa tuya. Lo repito: no es culpa tuya.

Te han condicionado para buscar las respuestas a TODO fuera de ti misma, cuando todo lo que necesitas está dentro.

Has estado tan desconectada de tu cuerpo que ya no tienes un barómetro para SENTIR lo que es real y verdadero.

Y la cuestión es que el cuerpo de una mujer es el ÚNICO barómetro que ella necesitará para SENTIR lo que es real y verdadero.

Así que antes de dejar que tu zorra interior se ENFUREZCA al ver la forma en que todas hemos estado «interpretando un papel», quiero que descubras dónde estás.

Quiero que te descubras a ti misma dónde estás ahora y dónde se desarrolla todo.

No quiero que esperes hasta que conozcas las respuestas o lo hayas averiguado todo. Y sé que tu perfeccionista interior me va a odiar por esto.

Lo que quiero es que encuentres un lugar bien incómodo y difícil. Y quiero que lo explores, ahora mismo. Y aunque estoy SEGURA de que querrás saltarte esto o encontrar a alguien que lo haga por ti, te ruego que te reserves media hora y que lo hagas.

Es algo que yo hago a menudo.

En el periodo oscuro del año, por lo general poco antes de *Imbolc*, organizo un taller *online* llamado «Volver a tu estado salvaje» (*RE:WILDING*). Invito a las mujeres a sumergirse en la oscuridad, tanto de la estación como del desconocimiento, y exploramos todo esto porque es «el material». Con esto es con lo que trabajo.

Te urjo a que te encuentres en ti misma, estés donde estés ahora, en relación con tu cuerpo, y lo practiques también.

Esto es lo que escribí en el círculo del taller este año en respuesta a la pregunta: Ahora mismo, ¿cuál es la historia de tu cuerpo?

Mi sistema nervioso está funcionando a toda máquina. He tenido migrañas, he estado enferma todos los días, he estado en mi cabeza y he estado fuera de mi cuerpo cuando la duda y el miedo no son suficiente.

Me sigo disculpando.

Por TODO.

Me sentía como un jodido y total fracaso. Estoy hablando de la naturaleza femenina y salvaje, pero no me sentía salvaje y libre EN ABSOLUTO. Me sentía oprimida y limitada y más atraída por la idea de huir que de correr con los jodidos lobos.

Entonces me di cuenta de que no estaba volviendo a mi estado salvaje. Lo estaba experimentando y me estaba consumiendo.

Me estaba mostrando toda su gama. Todas las cosas que vivimos cada día como mujeres (las restricciones, el miedo, la duda, el no-ser-lo-suficientemente-buena). TODO ELLO.

Era ver lo que es verse incompleta. Inacabada.

Antes no me exponía de esta manera. He dado la cara porque pensé que tenía que poner orden en mi vida. Más de doscientas mujeres se han apuntado: todas esperan que las guíe en este trabajo, y no podía salir de la cama porque mi glándula suprarrenal estaba jodida y me odio por sentirme tan pequeña, por no confiar en

mí misma ni escuchar la sabiduría de mi cuerpo a pesar de estar enseñando precisamente eso.

Todo esto es volver a tu estado salvaje.

Ser la expresión COMPLETA de una mujer.

Anoche, con la luna llena, sentí un cambio total en todo mi cuerpo.

Dormí sola. A menudo duermo sola en las noches de luna llena y de luna negra. Mi energía se hace ENORME y absorbente. Y esta mañana me desperté, el sol brillaba y fui a dar un paseo en mitad de la naturaleza. Siento amor de nuevo en mi cuerpo.

Esta es la forma de volver a tu estado salvaje.

Nos da miedo exponernos por completo.

Y por completo entiendo turbulenta, asustada, incontrolable, feliz y contradictoria. Y por eso estamos pasando este tiempo juntas. Para explorarlo todo, para sentirlo todo.

Para expresarlo.

Para soltarlo.

Para bailar con todo ello.

Y para saber que no es un proceso de reparación: es una exploración, y estamos en ello juntas.

Así que hazte la misma pregunta: «Ahora mismo, ¿qué historia me cuenta mi cuerpo?».

Y no quiero que lo pienses demasiado ni lo corrijas. Solo quiero que respires profundamente tres veces hacia tu útero y luego te permitas escribir, sacar y expresar lo primero que se te presente.

No intentes arreglarlo o razonar con ello. Solo afróntalo, con el corazón y el útero.

Con fiereza y con compasión hacia ti misma durante el proceso.

Permítete ser incompleta y usar la expresión creativa como una forma de prestarle voz a esa incompletud.

Por favor, si lo sientes así, comparte lo que has escrito o lo que te venga en el círculo. Pide ayuda o pide retroalimentación.

Sea cual sea la historia, necesito que sepas que eres amada.

Lo eres. Mucho.

LA MANCHA DE EVA

Todos llevamos la mancha de Eva, hombres y mujeres, pero sobre todo las mujeres. Es la mancha del pecado, que es, en esencia, vergüenza. Se ve en la forma en que se nos mira y se nos habla. Es lo que se asume sobre nosotras por ser mujeres.

Y se adhiere.

Se adhiere a nuestras mentes porque no nos han iniciado en nuestro poder en la menarquía. Se adhiere porque los años en que menstruamos no se celebran como una manifestación de nuestros poderes cíclicos y nuestra sabiduría femenina. Se adhiere porque el nacimiento de un bebé no se ve como el increíble acto creativo y espiritual que es.

Y se adhiere porque cuando dejamos de menstruar, se nos dice que no cumplimos los requisitos. Cuando en realidad somos mujeres soberanas. Somos reinas. Somos salvajes. Somos brujas y somos mujeres sabias.

Esta mancha de vergüenza significa que hemos abandonado nuestro centro sin siquiera darnos cuenta, nuestra *Shakti* y nuestra conexión con la fuente. Esta pérdida y esta desconexión están en la raíz de todos nuestros sentimientos de miedo, de no ser suficiente y de no merecer.

Pero la *Shakti* que hay en nuestro corazón abraza todo esto y más. Es la parte de nosotras que busca nuestro placer más profundo y crece con él. Es la parte que a menudo rehuimos.

En este momento el diccionario no te dará la definición real de sensualidad, deseo y placer.

No te dirá que el billete de ida a la felicidad comporta entrar en la vida a través de tus sentidos y sintonizarte con lo que es. ¿Por qué? Porque el placer es otra cosa que el patriarcado ha separado sistemáticamente de nosotras. Así es como la energía masculina distorsionada ha tomado el planeta: sometiéndolo, apagando y rechazando nuestros propios deseos, haciéndonos desconfiar y avergonzarnos de ellos.

El placer se ha relegado a la sexualidad. Y cuando hablamos de él, si lo hacemos, solo hablamos del orgasmo. Pero ¿el placer? Bueno, es algo deliciosamente multidimensional.

Olvida la versión diluida y aceptable del placer que te han vendido. La hechicera quiere que explores el placer real, su versión salvaje e indómita.

Reclama TU placer.

Autoexploración

Todos los actos de amor y placer son mis rituales.

Doreen Valiente

Encuentro placer de distintas formas. Un baño caliente, chocolate con caramelo, un orgasmo delicioso, que me hagan la manicura, los mimos, la danza del vientre, las flores frescas, el silencio, las enormes secuoyas, nadar en el océano, un masaje, comer higos, yoga *flow*, escuchar grupos musicales masculinos (sí, aún me dura), los rituales hermosos, tomar té, el olor del jazmín, un *spa*...

Podría seguir días diciendo todo lo que me proporciona placer. Me tomo muy en serio lo que dice la gran sacerdotisa Doreen: explorar mi placer en TODAS sus facetas es sin duda mi forma favorita de magia.

Cuando hablo de la autoexploración con los clientes y en los talleres, la reacción inicial es que suena autocomplaciente y egoísta. Las mujeres estamos tan acostumbradas a poner a los demás antes que nuestros propios deseos y necesidades siempre están AL FINAL de la lista.

Una vez más, estos son los viejos patrones y condicionamientos que te estoy pidiendo que abandones y descubras. Pero para quererte salvajemente, para autoexplorar en un mundo en el que se ha enseñado a las mujeres que no son lo bastante importantes para estar las primeras en su lista de prioridades, en realidad es jodidamente radical.

Explorarte te liberará.

Cuando sabes lo que quieres, deseas y necesitas, cuando sabes lo que te da verdadero placer y cuando sabes cómo buscarlo y conseguirlo, sin la ayuda de nadie (sí, incluso para esos orgasmos que te sacuden todo el cuerpo; provocártelos tú misma te cambia todos los paradigmas), rompes las cadenas del desempoderamiento. Rompes la demonización del cuerpo femenino. Y te reconectas con tu verdadera naturaleza, con la Fuente.

Te invito a que te coloques en el centro del escenario de tu propia vida.

☆ La encantada y peligrosa esencia ☆

Esta fue una de las primeras aguas nebulizadas que vendí como la hechicera *Sassy*. Esta esencia te servirá para recordar tu propia esencia.

Qué necesitarás

- Agua destilada o vodka de 50°
- 9 gotas de aceite esencial de jengibre
- 9 gotas de aceite esencial de naranja
- 7 gotas de aceite esencial de canela
- 11 gotas de aceite esencial de lavanda
- 13 gotas de aceite esencial de bergamota
- Una botella de cristal con nebulizador

Qué hacer

Bajo la luna menguante o negra, añade 80 ml de vodka o agua destilada a una botella de 120 ml.

Ve agregando los aceites con amor e intención, mientras repites el mantra: «Estoy encantada y soy peligrosa, soy hechicera».

Tapa la botella y agítala bien para mezclar los líquidos.

Luego rocía un poco sobre tu cuerpo, tu dormitorio, tu espacio sagrado o tu esterilla de yoga.



Amarme es la mejor magia que puedo crear. No importa si:

... Me compro una varita *yoní* con cristal de cuarzo rosa para proporcionarme un orgasmo.

... Me preparo una esencia que me ancle a mi verdad.

... Dedico tiempo a preparar comida nutritiva y completa en lugar de encargar comida preparada.

... Busco un fisioterapeuta que entienda la complejidad de mi pelvis desequilibrada y de mi hiperflexibilidad.

... Cancelo una cita porque es el día 28 de mi ciclo menstrual.

... Organizo mis finanzas para saber cuánto gasto y cuánto gano.

Independientemente de cómo me ame, es radical, porque con cada acción de exploración, reconozco que importo y que soy bastante valiosa para buscar lo que necesito, quiero y deseo. En el dormitorio, en las relaciones, en el trabajo y en la vida.

Mereces buscar lo que necesitas, lo que quieres y lo que deseas. Solo para que lo sepas.

☆ Explórate ☆

Haz una lista de todo lo que quieres, necesitas y deseas.

Busca todas las formas posibles de recibirlo o de hacer que llegue a tu vida.

Escoge uno de esos deseos o necesidades cada semana (en realidad puedes escoger tantos como quieras, pero si no has recibido y aceptado antes, uno es más que suficiente para empezar). Haz lo necesario para que ocurra sin culpa ni disculpas.

Eres una creadora y es tu derecho de nacimiento explorarte.



CELEBRARTE, HONRARTE E INICIARTE

Cuando aceptas tu cuerpo, confías en él y encuentras maneras de sentirte bien estando en él, ya no intentas escapar de él o de resistirte a sus enseñanzas. Sabes con seguridad que lo que hay entre tus piernas es tu conexión directa con la Fuente.

Tu poder.

Como brujas, nos exploramos, creamos rituales y celebramos nuestros cuerpos para que cuando otras mujeres y hombres pasen tiempo en nuestra presencia y nuestra completitud, también recuerden quiénes son.

Estoy contigo en esto.

Pero lo que sé con seguridad es que estoy haciendo el trabajo. Estoy descubriendo nuevos límites. CADA JODIDO DÍA.

Me encuentro en la oscuridad y sin saber, y aprendiendo a estar muy cómoda con ello. Estoy descubriendo partes de mí que no me gustan y no me apresuro a arreglarlas. En cambio, estoy totalmente abierta y dispuesta a cambiar lo que ya no me sirve.

Si queremos reivindicar la conexión con nuestros cuerpos, nuestro placer y nuestros deseos, debemos ser capaces de ver, sentir completamente y soltar las viejas historias que hemos enterrado profundamente en nuestras mentes (todas las falsedades sobre nuestros cuerpos y sobre quiénes somos las mujeres).

Atrevámonos a ser la Hechicera (ELLA, que está encantada, es peligrosa y no teme a la oscuridad), sin miedo a las consecuencias. Silenciemos las voces que nos dicen que estamos dedicándonos demasiada atención, que estamos ocupando demasiado espacio o que nos abandonarán porque nuestro brillo es jodidamente intenso.

Vivamos una vida abierta.

No contengas, presiones o suprimas NADA. Siéntelo y exprésalo todo.

Eres una Hechicera.



Soy una Hechicera.

[#WAKETHEWITCHES](#)

PROYECTO DESPIERTA A LA BRUJA

Para invocarla a ELLA, que está encantada, es peligrosa y no teme a la oscuridad:

Siéntete cómoda en la oscuridad: literalmente. En algunas tradiciones chamánicas, para iniciar a una persona a su poder se la hace pasar sola una noche en el bosque o en otros lugares sagrados. Encontrar una forma de estar en la oscuridad física sola durante un tiempo es muy poderoso.

Redescubrir la sensualidad: o darte el gusto si ya estás en contacto con ella. Tener un compañero o compañera sexual o más de uno está bien, pero no es necesario. Lee a Anaïs Nin o cualquier otro autor que te lleve a contemplar tu naturaleza sexual, o amplía lo que estás dispuesta a probar o a reflexionar antes. Puedes encontrar montones de prácticas en mi libro *Love Your Lady Landscape*.

Sé ingeniosa: la Hechicera es ingeniosa y te anima a que utilices tus herramientas. Tienes acceso a muchas (creación de hechizos, manifestación, alquimia) para conseguir lo que quieres, necesitas y deseas.

No lo haces porque eres egoísta y manipuladora, sino porque estás poniéndote en primer lugar. Si esta idea te hace encogerte o estremecerte, sigue diciéndolo y haciéndolo hasta que ya no te provoque eso. Cuando estás completamente a tu servicio, cuando te nutres y satisfaces tus necesidades, por tu misma naturaleza, estás sirviéndole a ELLA.

Y eso, bruja, es verdadera magia.

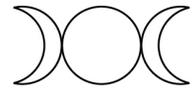
Capítulo 13

LA BRUJA HA
DESPERTADO



Estoy despierta,
no loca.

[#WAKETHEWITCHES](#)



La bruja ha despertado

Todas las mujeres estamos conectadas. Es como una telaraña. Si una parte de ella vibra, si hay un problema, todas lo sabemos, pero la mayor parte del tiempo tenemos demasiado miedo o nos sentimos demasiado inseguras para ayudarnos. Pero si no nos ayudamos entre nosotras, ¿quién nos va a ayudar?

Sarah Addison Allen, *The Peach Keeper*

Bruja, lo que he explicado en este libro es para despertarte, no para enloquecerte.

Es para que tu útero despierte.

Es para despertar tu naturaleza salvaje y femenina.

Es para despertar tu poder, tu autoridad interior y la soberanía que te concede la Diosa.

Porque, sinceramente, no hay nada más importante que eso ahora.

Nada.

Estar despierta a lo que está ocurriendo aquí en realidad, un mundo en crisis, un mundo que está siendo destruido por el ego masculino, un mundo en el que se ha desposeído a las mujeres de su poder, sus derechos y su voluntad, es ser una bruja que arde.

Una bruja que arde de rabia y de ira.

Una bruja que arde de pasión y determinación.

Una bruja que arde de compasión y amor.

Brujas, caminamos sobre el fuego
porque SOMOS el fuego.

Lo que han usado para destruirnos durante la caza de brujas es lo mismo que nos despertará. Somos *Shakti*, somos la destructora, somos el alimento, somos la rebelión de la *kundalini* y somos la luz en la oscuridad.

Conviértete en un fuego transformador vivo.

Siente el ardor.

La Gran Madre, ELLA, considera que este ardor es una invocación.

Muéstranos todas las formas en que podemos recordar, honrar y reverenciarte en nuestra actual forma humana femenina.

Esta es la magia para la que se ha creado tu caldero.

Enfádate y llénate de rabia por las injusticias de todo lo que ha ocurrido antes. Siéntelo en cada célula. Disponde a hacer el trabajo que hay que hacer para sanarlo.

TODO EL TRABAJO.

Y ese trabajo, por cierto, empieza contigo misma.

Recuerda todas las partes de tu naturaleza femenina y salvaje que se han sido condenadas a la oscuridad.

Reconecta con la Madre Naturaleza, tu cuerpo y tu verdad.

Reivindica lo que es tuyo por derecho, empezando con tu ciclo menstrual, y declara que esa mierda es sagrada.

Reveréncialo todo. La confusión, la verdad, las polaridades, las paradojas, el Misterio y TODO lo que hay alrededor.

Y hazlo con un amor y una compasión fieros, cuyo placer nunca se ha visto antes, o aún más importante, sentido antes.

Cuando todas y cada una de las mujeres siente el ardor de este modo, cuando se remueven tu remembranza, tu reconexión, tu reivindicación y tu reverencia en el calor de las llamas y su caldero, es cuando sucede la alquimia.

Ella sana.

Ella sana sus heridas personales y las de todos.

Ella se hace responsable de nutrirse, de darse placer, de sus límites y sus deseos.

Ella busca en sí misma y puede encontrar su fuente en la Tierra, porque sabe que lo que defiende es lo que representa.

Ella despierta. Por completo.

Y todas juntas creamos una extraordinaria tormenta de feminidad bañada del amor de ELLA y la Madre. El amor fiero, poderoso y compasivo tan necesario que todos, mujeres y hombres, estamos anhelando.

¡Holaaaaa, patriarcado! ¿Sabes qué? Este es el hogar de la Madre.

NOTA: evocamos este poder para ser capaces de reconocer que los hombres de nuestras vidas NO son el patriarcado. Aceptamos que es improductivo y que no nos ayuda en absoluto culparlos, consciente o inconscientemente. Y aceptamos que cuando sabemos qué se siente al reivindicar y recuperar nuestro poder, los ayudaremos a reunirse con nosotras en ese lugar comunicándonos con ellos y guiándolos con paciencia y amor.

SORORIDAD

No voy a pelearme con otras mujeres por conseguir uno de los pocos asientos de la mesa. Vamos a avanzar juntas para exigir una mesa más grande.

Glennon Doyle Melton

Bruja, no estás sola en esto.

Aunque tus experiencias y tus historias son únicas, todas estamos conectadas. Y ninguna de nosotras puede quemar toda esta mierda sola (hablo de las viejas historias, del condicionamiento patriarcal, de las creencias autosaboteadoras). Esto es trabajo de brujas.

Algunas veces me olvido de que no tengo que hacer este trabajo sola, ni puedo hacerlo sola.

Sí, me senté y escribí palabras en las páginas de este libro. Pero es lo que hacemos juntas (recuperar nuestro poder, crear la evolución y empezar la revolución desde el espacio de nuestro útero), lo que crea la auténtica magia.

Pedir ayuda a otras mujeres, sentarse en círculo con otras mujeres, confiar tu historia a otras mujeres, exponer tu vulnerabilidad frente a otras mujeres... Todo esto son actos de auténtico desafío y rebeldía.

¿Por qué?

Porque se nos ha dicho una y otra vez, de un millón de formas distintas, que no valemos suficiente, que no somos merecedoras y que no tenemos ningún valor.

Está en nuestro ADN y en nuestra programación que las otras mujeres no nos parezcan de fiar. Muchas de nosotras hemos vivido experiencias personales con otras mujeres competitivas, ladronas, que nos han apuñalado por la espalda.

Tenemos que romper con toda esa mierda.

Tenemos que ayudarnos a confiar en nosotras mismas, en nuestra intuición y en nuestra autoridad interna. Para crear un

mundo donde sintamos amor y orgullo de nuestros cuerpos y de quien vive en ellos, pero también un mundo en el que nos sintamos seguras habitando estos cuerpos, sin miedo o preocupación por el daño que viene de ellos cuando caminamos por la calle.

Luego, poco a poco y con una compasión profunda, porque de nuevo la cagaremos, una y otra vez, debemos encontrar formas de volver a confiar unas en otras.

Por eso he creado aquelarres virtuales y presenciales, retiros y espacios en templos, para que las mujeres podamos estar en círculo con otras mujeres increíbles para desenterrar, explorar y desarrollar esta experiencia. Para desmontar nuestra armadura y para encontrar el camino de regreso hasta la confianza. Confiar en nosotras mismas y en las demás.

Vemos y nos ven, apoyamos y nos apoyan, aprendemos y enseñamos. También experimentamos risas de las que nos marcan las arrugas y carcajadas de las que nos mueven la barriga.

Y juntas hacemos crecer raíces fuertes, para que ardan las viejas historias, creencias y mentiras, alzándonos fuertes, apoyadas y dueñas de nuestro poder.

Nuestro poder de ELLA. Completas.

REUNIR A LAS MUJERES

No esperes a que otra lo haga. Reúne tú a las mujeres.

Yo empecé reuniendo mujeres para las ceremonias de ELLA en mi salita.

Nos encontrábamos durante la luna negra, preparábamos un espacio sagrado y colocábamos objetos en el altar para que se cargaran.

Nos librábamos de las percepciones de los otros mediante el trabajo con la respiración y manchábamos y limpiábamos nosotras mismas el espacio. Convocábamos a los elementos y abríamos el círculo. Movíamos nuestros cuerpos en una práctica de yoga *flow* (un movimiento no lineal que nutre el cuerpo femenino), bebíamos el cacao ceremonial del sacramento y nos permitíamos sentir lo que necesitaba ser sentido. Creábamos arte, entrábamos en estados de descanso absoluto con el yoga nidra y luego compartíamos historias, escuchábamos con profundidad y observábamos a las demás.

Cuando se acababa nuestro tiempo compartido, nos dábamos las gracias con el mayor amor y gratitud, cerrábamos el círculo y comíamos juntas para regresar de nuevo a este mundo.

Algunas llaman a esto tienda roja, otras aquelarre y otras, templo de la luna. Yo lo llamo reunión de mujeres, y tenemos que hacerlo más a menudo, porque cuando las mujeres se reúnen, la magia aparece y la revolución empieza. Nos han separado, nos han desconectado de nosotras mismas y de las demás porque saben que cuando nos reunimos y compartimos, es cuando somos verdaderamente poderosas.

Recupera tu poder, recupera tu poder. Haz lo mismo, hazlo diferente, pero reúnete.

Mujeres, por favor, reuníos.

BRUJA, HAZLO A TU MANERA

Soy bruja por herencia, soy una bruja que se inició a sí misma, soy una bruja al antiguo estilo y soy una bruja que vive en el siglo xxi. También soy feminista, activista y una madre que no ha dado a luz.

Soy una bruja que ha despertado. Soy una mujer que mira el mundo que tiene alrededor y que acaba diciendo: «Entiendo por qué está roto».

Mi deseo y mi intención es que dentro de las páginas de este libro encuentres una frase, una práctica, una sugerencia, una cita o una historia que prenda el fuego en ti. Una que te despierte. Una que te haga reivindicar tu poder. Una que te haga desear recuperar lo que es tuyo por derecho propio.

El resto depende de ti.

No permitas que nadie te diga cómo ser una bruja.

Puedes ser una bruja que lanza hechizos, o no.

Puedes ser una bruja que usa hierbas y aceites esenciales, o no.

Puedes ser una bruja que tiene un altar, o no.

Puedes ser una bruja involucrada en política, o no.

Puedes ser una bruja que crea arte, o no.

Cuestiona a los gurús y a los maestros. Cuestiona este libro. Cuestiónalo todo.

Busca la verdad en todas las cosas. Y empieza por ti.

Crea tus propias reglas. Y luego, rómpelas.

Sé la mujer que eres aquí para vivir esta vida.

Bruja. Desatada. Indómita. Sin remordimientos



¡Despierta! Tú eres eso.

Eres parte del círculo
de la Sabiduría.

No hay ningún misterio que
no te haya sido revelado ya.

No hay poder que
no ostentes ya.

Starhawk

[#WAKETHEWITCHES](#)

☆ Cierre del círculo ☆

Cierra los ojos. Respira profundamente. Relaja las manos, con las palmas hacia arriba. Vamos a cerrar el círculo de nuestros trabajos mágicos y a volver a nuestras vidas diarias.

Antepasadas, brujas y mujeres sabias que habéis sido antes que nosotras, gracias por unirnos a nosotras, sentaros con nosotras y guiarnos en el círculo.

ELLA, divina femenina, señora de todo lo que es, gracias por tu presencia y tu bendición. Gracias por limpiar las energías pesadas de este espacio y por llenarnos de amor, sanación y verdad.

ELLA, te doy las gracias por trabajar a través de mí, por trabajar con nosotras y por hacernos escuchar y sentir lo que más necesitábamos mientras vivíamos juntas el círculo.

Seamos bendecidas.

A medida que invoco cada punto cardinal, encaro esa dirección. Vamos a ir en el sentido opuesto a las agujas del reloj, empezando por el oeste.

Al oeste, elemento agua. Gracias por limpiarnos, saciar nuestra sed, nutrirnos, permitirnos explorar el flujo y reflujo de nuestras emociones y purificar nuestros pensamientos.

Saludo y despedida.

Al sur, elemento de fuego. Gracias por hacer arder los arrepentimientos, por encender el fuego de la pasión y el deseo y por ser la llama que prende la luz de los otros cuando están perdidos en la oscuridad.

Saludo y despedida.

Al este, elemento aire. Gracias por llevarte lo viejo y traer lo nuevo. Gracias por ayudarnos a aceptar los vientos de cambio y a no resistirnos a ellos.

Saludo y despedida.

Al norte, elemento tierra. Gracias por sostenernos mientras creamos raíces fuertes para poder elevarnos.

Saludo y despedida.

Madre Tierra, Padre Cielo, Abuela Luna, Abuelo Sol, Naciones Estelares y Misterios que os acompañan. Gracias por estar presentes, por ayudarnos y guiarnos en nuestro círculo.



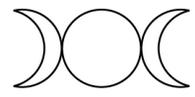
Por el Aire que es Su Respiración
Por el fuego de Su Brillante Espiritu
Por las Aguas de Su Útero
Por la Tierra que es Su Cuerpo.

Que el círculo esté abierto pero nunca sea
interrumpido.

Que el amor de la Diosa
esté siempre en tu corazón.

Feliz encuentro,
y feliz separación,
y feliz reencuentro.
Seamos bendecidas.

[#WAKETHEWITCHES](#)

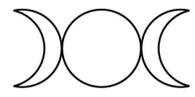


La librería de Despierta la bruja

Si eres como yo, habrás estado subrayando este libro y tomando notas de las partes en las que quieres profundizar. ¿Tengo razón?

Creo que todos los libros que enumero a continuación te van a encantar:

- Achterberg, Jeanne: *Woman as Healer*
- Bennett, Jessica: *El club de la lucha feminista: manual de supervivencia en el trabajo para mujeres*
- Beth, Rae: *Hedge Witch: A Guide to Solitary Witchcraft*
- Bird, Stephanie Rose: *Sticks, Stones, Roots and Bones*
- Boland, Yasmin: *Moonology*
- Federici, Silvia: *Calibán y la bruja: mujeres, cuerpo y acumulación originaria*
- Leek, Sybil: *Diario de una bruja*
- Leek, Sybil: *El arte completo de la brujería*
- Patterson, Rachel: *Grimoire of a Kitchen Witch*
- Perrone, Bobette: *Medicine Women, Curanderas and Women Doctors*
- Romm, Aviva: *Botanical Medicine for Women's Health*
- Shen, Ann: *Bad Girls Throughout History*
- Valiente, Doreen: *Magia natural*
- Valiente, Doreen: *La brujería del futuro*
- Wood, Gail: *Shamanic Witch: Spiritual Practice Rooted in the Earth and Other Realms*
- Worwood, Valerie Ann: *The Fragrant Pharmacy*



Herramientas

Mi mayor deseo para este libro es que en sus páginas encuentres lo que necesites para despertar a tu bruja, reivindicar tu poder y convertirte en tu propio oráculo mágico.

Aquí tienes otros recursos que te ayudarán a llegar más hondo y encontrar a otras brujas en el mismo camino.

lisalister.com

Entra en esta dirección para saber más de las herramientas, rituales y ceremonias de los que he hablado en este libro.

Podrás escuchar una lista de reproducción y música ambiental. También hay una serie de *podcasts* de *Wake the Witches* para sintonizar e inspirarte con ellos, así como un *magazine* digital gratuito que puedes descargar e imprimir. Está lleno de conversaciones alrededor del caldero mágico, de revelaciones y magia de algunas de mis brujas favoritas. Básicamente, he cubierto todas tus necesidades de bruja.

[#wakethewitches](https://www.instagram.com/wakethewitches)

Por favor, comunícate conmigo mientras lees este libro; me encanta saber por dónde vas y qué te sugiere lo que lees. Usa el *hashtag* #wakethewitches en las redes sociales.

Paso la mayor parte del tiempo en Instagram, así que ¡sígueme! Soy [@sassy_lisalister](https://www.instagram.com/sassy_lisalister).

Talleres Despierta a las brujas

Estos talleres son oportunidades de vivir la experiencia de despertar y reivindicar a la bruja, presencialmente u *online*.

En estos talleres, la magia se encuentra con la sabiduría femenina profunda. Es de lo que están hambrientos nuestros

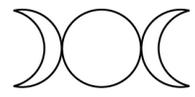
corazones y úteros de brujas: de lo bueno.

Para saber más, entra en <https://lisalister.com/events/>.

Únete al aquelarre de ELLA

Únete a este aquelarre, una comunidad *online*, que cada mes te muestra rituales de la luna y hechizos, revelaciones intuitivas y herramientas para potenciar tu poder personal. También tienes acceso a un aquelarre privado con brujas despiertas que reivindican su poder en todo el planeta.

Para unirte, ve a www.wakethewitches.com/SHEcoven.



Agradecimientos

Envío mucho amor, palos de escoba y hechizos mágicos de gratitud a estos brujos salvajes, sabios y maravillosos:

El Vikingo, Rich Lister: vivir con esta bruja no es fácil. Y hace falta un hombre despierto, sensible, fuerte y con un corazón enorme para abrazar, apoyar, nutrir, apreciar y amar la parte salvaje y en desarrollo del particular útero de ESTA bruja. Gracias por ser el ejemplo más auténtico de amor y masculinidad. Oh, y gracias por ser sexi y tener barba. Eso también ayuda.

Las brujas, antepasadas y mujeres que fueron antes que yo: la abuela Riley, la abuela Clark, mamá y todas las que nunca conocí en carne y hueso pero con las que he pasado tiempo en mis visiones, en círculos y en mis sueños.

Os siento detrás de mi espalda.

Me inclino ante vosotras con profundo agradecimiento.

Mis soñadoras maltesas: Lisa Caddock, Amy Humphries, Heather Blanchard, Meghan Field, Clare Fairhurst, Ebonie Allard y Zoe Charles, por escuchar la llamada, venir hasta Malta conmigo y crear una magia fiera de luna llena juntas en el templo en el que nació este libro.

Familia Lister: sé que no es fácil recibir a una bruja en la familia. Pero estoy más que agradecida por que me hayáis permitido celebrar rituales en vuestro bosque, guardar palos de escoba y cultivar TODAS las hierbas. En serio, me siento bendecida por pertenecer a esta familia.

David Wells: por ser el mejor animador de la historia. Lo que me ayudó a acabar este libro fueron los consejos astrológicos, los textos al azar, las comidas increíblemente sanas (bostezo). Esto es una realidad. Lo amo, señor.

Susie Rains y Aimee Richards Welton: por vuestra paciencia infinita. Por quererme y apoyarme a pesar de que no había visto vuestras

preciosas caras durante el último año, mientras estaba escribiendo, corrigiendo y promocionando un libro. Gracias multiplicadas por cien mil millones. Ahora ya podemos tomar cócteles. Un montón de ellos.

Jenny Gibbons, de Root and Flower: por ser la bruja más sabia, por conocerme tan bien, por nuestras largas conversaciones y por crear bellos productos que hacen que mi proceso de escritura sea mucho más agradable. Te amo y amo todo lo que haces, señorita.

Carrie Anne Moss: por unirme a mí en Glastonbury para una aventura mágica mientras estaba escribiendo este libro, por tu sabia, profunda y poderosa verdad y por tu enorme y generoso corazón. TODO MI AMOR.

Ani Richardson: por apoyarme siempre, por quererme e inspirarme. SIEMPRE. Te quiero, querida.

Sarah Durhan Wilson: por ser mi hermana de aquelarre en esta vida y en muchas anteriores. Doy las gracias a la Diosa por tenerte en mi vida.

Maya Hackett: por tu incansable medicina y sabiduría compartida, por sostenerme con tu mano y tu corazón y por compartir lo que compartes con el mundo (y egoístamente, por lo que compartes conmigo).

Red Lady, Megan Watterson: por saber siempre lo que hay que decir. Siempre. Tus palabras siempre han sido y siempre serán un bálsamo para mi alma roja.

Katie Brockhurst: por todo. El amor, los consejos, el apoyo, los encuentros por FaceTime, las lágrimas y las risas. Gracias por ser mi mejor bruja, ¡por una vida de aventuras juntas!

Lucy Sheridan: por ser mi asidero, mi fuente de amor, mi apoyo en la concepción de este libro. Gracias por empujarme y animarme a hacerlo y por apoyarme. Gracias además por descubrirme la mantequilla de ajo en la *pizza padana*. De verdad que mi vida no ha vuelto a ser la misma desde entonces. Te quiero, mujer.

Equipo editorial de Hay House: por atreveros a publicar palabras que no siempre es fácil publicar y por apoyar el despertar de la bruja. Sois TODOS increíbles.

Editoras Tamara y Tanja: mujeres, vosotras sí que tenéis talento. Un talento innegable. Gracias por convertir lo que a menudo es una tarea dolorosa en algo jodidamente agradable. Gracias por vuestras ideas, vuestros conocimientos y vuestra sabiduría lingüística, pero sobre todo gracias por las fiestas de edición de los martes por la noche y los miércoles por la mañana. Conseguimos que las ochenta y cuatro horas de diferencia funcionaran. Ejem. En serio, somos la prueba de que la magia de verdad puede ocurrir cuando tres brujas se reúnen. Os quiero MUCHO a las dos.

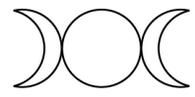
Amy Kiberd y Rebecca Campbell, por las llamadas, textos, rituales, lágrimas, charlas y risas, os quiero.

Hollie Holden, gracias por recordarme que nunca hubiera escrito este libro si no fuera por ti. ¡Uf!

Dana Gillespie y Holly Grigg-Spall: juntas somos la Sagrada Trinidad del útero; gracias por el increíble apoyo y amor que las dos señoritas de Los Ángeles me dais en TODOS los sentidos.

Tú: a todas las mujeres que me escribisteis correos electrónicos y mensajes diciendo que compraríais el libro cuando aún no estaba escrito, a todas las mujeres que me recordasteis por qué lo estaba escribiendo cuando sentí mi voz silenciada, una y otra vez. Y para todas las brujas que estáis despertando y estáis listas para hacer vuestro trabajo, con las que comparto espacio cada día en el aquelarre digital en las redes sociales, gracias. Gracias con todo mi corazón de bruja por estar ahí. Por mí, por vosotras, por ELLA y por el jodido mundo entero.

Necesitamos vuestra magia. De verdad.



Sobre la autora

Lisa Lister es una experta en menstruación que sigue la guía de ELLA. Se dedica a ayudar a las mujeres a romper el código y a amar abiertamente sus órganos femeninos.

Pertenece a la tercera generación de brujas gitanas de su familia y es fundadora de SHE Flow, una invitación personal a que las mujeres celebren el placer ferozmente femenino y sensual de ser mujer a través del movimiento, los masajes, los misterios de la menstruación y la magia.

Lisa es una mujer «llamada», es decir, que experimenta la vida en cada momento. No da demasiadas definiciones de lo que es ni espera un resultado específico, no le importa demasiado todo eso. Ella se muestra, eleva su corazón y sus senos al sol y se abre a las posibilidades infinitas que aparecen cuando colaboras con ELLA, la Divina, la Diosa, el universo.

Lisa viaja con ELLA al límite y te invita a caminar, bailar y rugir con ella allí a través de la sabiduría de la luna, la menstruación y el ciclo de la Madre Tierra.

También hace gala de grandes tatuajes, *piercings* y una fabulosa habilidad para escoger accesorios.

[@sassylisalister](https://www.instagram.com/sassylisalister)

