

Maternarte
en lo *sagrado*
"La apertura"

Mi primer hijo me enseñó de la complicidad entre el mundo intangible y el mundo que se habita con el cuerpo. Antes de su concepción yo ya tenía una relación con él, ya lo conocía.

Él, (como les platicaba en nuestro módulo anterior) me llevó a la magia mientras anhelaba tantísimo ser madre.

Mi segundo hijo me enseñó a rezar. Me enseñó a ser y hacer ritual y me enseñó , con su nacimiento, finalmente a postrarme entera ante lo divino. Ceremonia viva fui mientras lo gestaba. Cada momento me rendía a mi belleza con mi enorme panza. Hice ofrendas sin fin, ceremonias, arte ritualizado... y así entre velas, pinturas, collares de cuentas mágicas, música y devoción parí a mi bebé y parí tantísimo más ese mismo día.

Estar embarazada lejos de ser una experiencia cómoda fue expansivo y potente. Sentirme con el derecho a ocupar espacio y saber que no tenía que hacer nada más para probar mi valor me liberó tantísimo de lo que yo había impuesto en mi persona. Responsabilidades y normas sociales con las que yo no coincidía se derritieron de mi

estructuras mientras mis panzas crecían. Hay que subirse al tren creativo del embarazo. ¡De eso va todo! Aprovechar nuestro pulso natural para crear y ser canal. Guiar a las mujeres a hacerlo, sembrar esa semilla y acompañarlas a verlas germinar es de mis grandes placeres. Cuando me buscan para que las acompañe al parto y les ofrezco primero acompañarlas en alguna ceremonia o procesos suele sorprenderles. Nos cuentan que el embarazo es solo un puente, pero yo creo que es un lugar en el alma de la Diosa.

Pasamos el embarazo planeando el parto, comprando cosas para el cuarto del bebé y no nos detenemos a solo estar embarazadas. Nuestra labor como acompañantes es permitir ese cambio de paradigma y facilitar el ritmo creativo y sagrado de la mujer que sostenemos.

Invitarla a ir adentro sin forzar solo acompañado hasta donde ella quiera y pueda tanto en el proceso como en lo que toca ritualizar y ceremonial.

El mejor recurso que tenemos para acompañar a la tremenda apertura que es el parto está en acompañar

el embarazo. Si conoces los recovecos que conforman el alma y la historia de la madre estarás entonces llena de recursos para poder caminar junto a ella como ella necesite y frente a ella cuando ella lo necesite. Se habla poco de los naceros individuales. No conocemos las historias de nacimiento de nuestros amigos, pero entre mujeres sí que hablamos de nuestros partos, lo necesitamos para enterrar a la doncella y para entender la historia de la nueva madre. La ceremonia del parto inicia en la cópula y culmina cuando se desteta. Antes y después de esto se sueña y se recuerda, pero la ceremonia es con el cuerpo. En él y a través de él. El parto se reza. Andar con la madre previa a dar a luz a peregrinar por su propia historia y encontrar en los capítulos de la biblia de su existencia las oraciones y plegarias acordes a su parto es en verdad un arte. Requiere de vertirse enteras en este rezo sin juicio y con total disposición. Poner lo que somos para encontrar el ritual que cada mujer requiere. En el parto se está. Nos ponemos disponibles para la mujer y para el hacer sagrado con

nuestras manos, nuestra mirada y nuestras cabezas. Abrimos antenas para leer al cuerpo y leer el plan sagrado de ella. En el parto se está y así estando es que permitimos el rezo. El de ella, su amado o amada, sus familias y si, también el nuestro. El embarazo es creativo en lo evidente y destructivo en lo sutil. Parimos para nacer nuevas. Benditas ustedes y yo misma por este camino que nos tocó. En un mundo donde el ritual es un baby shower, atrévete a enterrar a la doncella.

Bienvenidas a *LA APERTURA.*

Que se nos abran las grietas para ser cañada.

Nos amo
Con amor:



Amaya
Life Doula



A lo largo del embarazo, nuestro cuerpo nos va pidiendo ir hacia adentro y poco a poco irnos despidiendo del mundo tal como lo conocemos. Es normal que sea difícil, incluso doloroso, soltar a aquéllas que fuimos antes de ser madres. Hay nostalgia al darnos cuenta que la doncella tiene que quedarse del otro lado del portal para poder conocer a la madre. Es importante que las ceremonias de fertilidad "y aquellas que se lleven a cabo durante el embarazo" honren dos energías: una de expansión, gozo y celebración que mira al afuera; y otra de duelo, nostalgia y despedida que promueva la mirada interior.

Ceremonias para bendecir el camino

Todas las ceremonias simbólicamente destruyen un mundo para crear uno nuevo. Una bendición de camino reconoce el nuevo rol de la madre y le ayuda a despedirse del mundo que está dejando atrás

-Pam England, Birthing from Within



Una bendición de camino, popularmente conocida como Blessingway, es un rito de paso que marca momentos liminales de la vida. Una ceremonia que no es exclusiva de una mujer embarazada pero que, en contraste con un baby shower, tiene en el centro a la madre y permite que las mujeres de su tribu le den fuerza para la transformación del parto con la que se encontrará.

Distintos rituales y ceremonias pueden llevarse a cabo para bendecir el camino de una madre. En la tradición de las tribus Navajo y Lakota, las mujeres de la comunidad elaboran un collar con cuentas y dijes que fueron bendecidos para que la madre pueda usarlo durante el parto. Una bendición de camino nos prepara y ayuda a "dejar morir a la doncella" que somos. Cada mujer necesitará algo particular que le ayude a sumergirse en las aguas profundas del parto; y por ende, una bendición de camino puede hacerse de cientos de formas distintas respondiendo a esa necesidad. Lo importante es siempre recordar nuestra intención y la subjetividad de la mujer que estamos acompañando.

"Una Bendición de Camino es un rito de paso que honra la transformación de la madre, rodeándola de fuerza y amor para su viaje hacia la maternidad."





Ceremonias en pareja

Muy parecida a la ceremonia del "sí sagrado", una ceremonia que se puede llevar a cabo con la pareja es una en donde cada quien nombre:

"Tres cosas que necesito de ti"

"Tres cosas que agradezco"

"Tres cosas que te ofrendo"

Hacer esto durante el embarazo conecta y da fuerza a esa relación.



Honrando nuestra placenta

Si deseas conocer un ángel en su forma física, un milagro en carne y hueso, observa tu placenta.

-Robin Lim, Placenta: el chakra olvidado

Sin nuestra placenta, un embarazo y un parto no podrían existir. No fue la ceiba de los Mayas o el ygdrasil de las tierras nórdicas, sino la placenta, quien fue el primer árbol de la vida. En el México antiguo, la placenta de un niño solía estar enterrada en aquel lugar en el que algún día practicaría su oficio -el oficio de su familia- y la placenta de una niña era enterrada bajo el fogón. Hoy en día, hay partes de México en donde sigue siendo común enterrar las placentas dentro de los panteones. En la tradición celta, la placenta de las niñas era enterrada bajo un árbol de flores y la placenta de un niño bajo un árbol frutal. Actualmente, muchas familias eligen enterrar la placenta para hacer una ceremonia que les permita honrarla y agradecerle haber salvaguardado la vida de su bebé.

Medicina placentaria

Tanto la medicina tradicional china como la mexicana, promueven que la madre consuma un pedazo de su placenta después del nacimiento. Al estar llena de oxitocina, la placenta nos ayuda a prevenir hemorragias y dar vitalidad a la mujer después del parto. De uso cada vez más común, la medicina placentaria puede hacerse de distintas maneras:

- ◆ Cápsulas
- ◆ Tinturas
- ◆ Cremas
- ◆ Aceites
- ◆ Vendajes



Pequeños rituales en torno a la placenta

Estos son pequeños rituales que pueden hacerse para recordar el papel tan importante que jugó nuestra placenta durante el embarazo:

- ◆ Impresiones de placenta en papel acuarela
- ◆ Elaboración de un atrapa sueños con el cordón umbilical
- ◆ Lecturas de placenta
- ◆ Joyas de placenta
- ◆ Promover que los padres puedan tocar la placenta y meter la mano al lugar que albergó a su bebé y que también los albergó a ellos alguna vez.



Honrando a nuestra placenta sin saberlo...

Cada año, es tradición celebrar un ciclo solar con un pastel de cumpleaños. A pesar de que no existe certeza sobre cómo y dónde empezó la tradición, sabemos que la forma redonda del pastel representa la figura de nuestra placenta- y que la vela que apagamos representa el cordón umbilical. De esta manera, cada que soplamos una vela de cumpleaños, estamos ritualizando la vida que nos llega cuando nuestra placenta muere.

Journaling

¿Cómo naciste? ¿Qué sensaciones quedan vivas en ti de tu nacimiento?

¿Qué estás haciendo para contribuir al buen nacer de los bebés y no humanos?

¿Cuál es tu labor como matrona sagrada?

¿Reconoces los momentos liminales en tu vida?
Elabora respecto a uno.

¿Qué interpretas como "salvaje"?

¿Dónde encuentras lo salvaje en ti?

Describe cómo se ve en tu imaginación el ecosistema uterino



Amaya

Life Doula

Contáctame:

-  amaya.doula
-  amayalifedoula
-  amayadoula.com
-  5522486798
-  amaya_suarezdiez@yahoo.com