



ASTROLOGÍA

SANANDO LAS RELACIONES DE PAREJA

Qué tenemos que sanar
para ser más felices con un otro

PABLO FLORES LAYMUNS



Astroterapéutica

ESCUELA ONLINE

¿Quieres aprender astrología evolutiva con Pablo Flores?

APRENDE
ASTROLOGÍA
TERAPÉUTICA

TRANSFORMA TU VIDA
Y LA DE TUS PACIENTES

NUESTRA FORMACIÓN INTEGRA
LA ASTROLOGÍA CON DISTINTAS TERAPIAS,
PARA AYUDAR DE FORMA PRÁCTICA A
NIÑOS Y ADULTOS.

ÚNETE A NUESTRA COMUNIDAD
DE MÁS DE 1.500
FELICES ALUMNOS
EN TODO EL MUNDO

www.astroterapeutica.com



PABLO HERNÁN FLORES LAYMUNS

Astrólogo Psicológico y Evolutivo
Terapeuta Gestalt y Floral
Ingeniero Civil Industrial

Desde el año 2012 está enfocado en integrar la astrología moderna con las terapias complementarias. Ha trabajado tanto con adultos como con niños mediante la lectura de cartas natales y la consulta terapéutica. También se dedica a impartir formaciones y talleres de astrología, especialmente para terapeutas y psicólogos, además de interesados en su evolución personal.

Conferencista internacional dicta seminarios, ponencias y talleres en Argentina, Chile, Colombia, España y México. Hoy en día dirige además su escuela de astrología online astroterapeutica.com que tiene alumnos en más de 10 países.

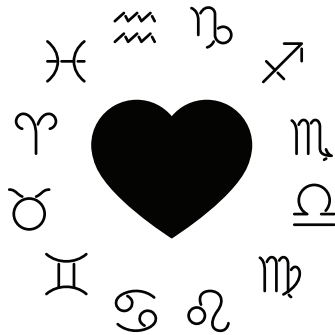
Es coorganizador y director de los Congresos de Astrología de Chile y del 1º Congreso Iberoamericano de Astrología y Sanación.

 /ASTROLOGOPABLOFLORES

 /PABLOFLORESLAYMUNS

WWW.PABLOFLORESASTROLOGO.COM

PABLO FLORES LAYMUNS



ASTROLOGÍA

SANANDO LAS RELACIONES DE PAREJA



EDICIONES
Astroterapéutica

Astrología. Sanando las Relaciones de Pareja

© Pablo Flores Laymuns

Primera Edición: noviembre 2018

Edición: Pilar Saavedra F.

Diseño de cubierta: Jaime Dutrey M.

ISBN: 978-956-398-210-7

Registro Propiedad Intelectual

Inscripción N° A-295985

Derechos reservados.

Impreso en Chile por GravicAndes

EDICIONES
Astroterapéutica

astroterapeutica.com

Santiago - Chile

Al Universo

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	7
UNA ACLARACIÓN ACERCA DE LA COMPATIBILIDAD ENTRE LOS SIGNOS.....	15
CAPÍTULO 1 – La Luna y el amor	19
La Luna astrológica	21
La Luna y los cuatro elementos	32
El adulto atrapado en su Luna	38
La Luna y sus efectos en los vínculos de pareja.....	45
Sanar la Luna	77
El amor para cada signo lunar	88
CAPÍTULO 2 – Venus, el romance y el disfrute	103
La capacidad de atraer aquello que deseamos.....	107
Lo que consideramos valioso, bello y nos atrae del mundo externo.	113
El placer según el elemento y el signo de Venus	119
Venus, el amor y los vínculos	126
Venus y los problemas en las relaciones	131
CAPÍTULO 3 – Plutón. La intensidad y el drama en las relaciones	135
El significado de Plutón.....	139
Plutón y las relaciones de pareja	142
El nacimiento de una herida	148
Entre el amor y el odio.....	153
Sanando las heridas plutonianas para tener relaciones sanas	159

CAPÍTULO 4 – Saturno. Amarme a mí mismo, para poder amar a otro	169
Saturno, el gran Maestro	173
Saturno y las relaciones de pareja.....	179
La raíz de la herida saturnina.....	182
Efectos en las relaciones de adulto	189
Sanar para amarse y amar al otro.....	195
CAPÍTULO 5 – Urano. Libertad y desapego en las relaciones	209
Urano y las relaciones.....	212
El origen del miedo al compromiso.....	218
El efecto de Urano en las relaciones de pareja	221
Uranianos antilibertad.....	227
Cómo establecer relaciones libres y estables	229
CAPÍTULO 6 - Neptuno y el amor romántico	241
Neptuno y las relaciones, el amor mágico que nunca llega.....	245
El origen del dolor de vivir en esta realidad	249
Efectos de Neptuno en las relaciones de pareja.....	257
Sanando los temas neptunianos en las relaciones.....	263
EPÍLOGO – Sol, Marte y Júpiter en las relaciones.....	275
AGRADECIMIENTOS	291
BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA	293

INTRODUCCIÓN

Uno de los problemas que más afectan a las personas hoy en día es la dificultad para relacionarse en pareja y convivir sanamente con un otro. No es casualidad que la venta de departamentos unipersonales se haya incrementado de forma explosiva durante los últimos diez años. La gente prefiere tener relaciones virtuales en lugar de relaciones reales, socialmente tendemos a aislarnos y a centrarnos en nosotros mismos.

Las parejas viven continuamente problemas de convivencia, comunicación y dificultad para llegar a acuerdos, entre otro tipo de situaciones, pero lo cierto es que la gran mayoría no son conflictos de pareja propiamente tales, sino de convivencia, es decir, problemas que siempre van a surgir a la hora de relacionarnos con otros de manera más cercana e íntima, compartiendo espacios personales. La incapacidad de dialogar, de sentir empatía, de ponernos en el lugar del otro son síntomas de la dificultad que tenemos de relacionarnos sanamente; no sabemos llegar a acuerdos, cuándo ceder o cuándo realmente hay que defender una posición. Esto no ocurre solo con nuestra pareja, sino también con todas las personas con las que nos vinculamos más estrechamente.

La tasa de divorcios y separaciones es sorprendente, parece que las relaciones se han vuelto desechables. Tenemos una muy baja tolerancia a los conflictos, no sabemos cómo superar las dificultades que surgen de forma natural en una relación de a dos. Queremos que todo sea rápido y que se acomode a nuestros deseos. Estamos tan centrados en nosotros mismos que se nos hace realmente difícil compartir con alguien y menos escuchar sus necesidades. Mucha gente está atascada en relaciones donde no es feliz, donde no se siente ni querida ni valorada por su pareja.

Si las cosas no funcionan o si no estamos satisfechos con nuestra relación, la tendencia de la mayoría es culpar a la pareja, le pasamos al otro la responsabilidad de los conflictos, insatisfacciones y dificultades. Es tan común escuchar frases de este tipo:

- *Si mi pareja cambiara esto, todo sería mucho más fácil y yo me quedaría más tranquilo o tranquila.*
- *Mi pareja no me da lo que necesito.*
- *Si tan solo él o ella fuera más relajado.*
- *Si él o ella fuera más maduro, responsable y colaborara más, todo sería más fácil.*

Muchas veces creemos que tratamos de salvar la relación, pero lo único que hacemos es culpar al otro, en lugar de mirarnos a nosotros mismos, asumiendo que somos tan responsables como la persona que tenemos al frente.

No nos hacemos cargo del hecho que el conflicto en nuestras relaciones es un tema personal y mientras no tengamos claro que tener relaciones satisfactorias es también nuestra responsabilidad no seremos felices porque no habremos solucionado el problema de base.

Este es un libro escrito para establecer mejores relaciones de pareja, vínculos más sanos, honestos y felices. Pero tiene una característica: el foco no está en lo que el otro haga o deje de hacer, sino que en uno mismo. De esta forma, frases como "si mi pareja cambiara" o "tengo mala suerte en el amor" no tienen lugar en la visión que en las siguientes páginas se propone, porque no es la forma más adecuada de actuar si realmente queremos sanar nuestras relaciones y encontrar a alguien con quien llevarnos bien.

Es difícil plantear esto, pues toda nuestra cultura y la formación que recibimos desde pequeños suele poner al otro en el rol del responsable del conflicto. Desde que somos niños nos identificamos como los *buenos de la película* o somos los que actuamos correctamente y pensamos que son los otros los que están mal o funcionan de forma incorrecta. Y esto corre tanto para los aspectos macro de nuestra vida como el país, la religión o clase; hasta los ámbitos micro como nuestra familia, hogar, amigos, equipo, etc.

Para poder cambiar nuestra visión o ver lo poco acertada que es debemos empezar a cuestionar los fundamentos de quienes somos y de por qué actuamos de la forma como lo hacemos. Esto va a implicar preguntarnos qué es el amor para cada uno de nosotros. En especial porque el amor que buscamos en la pareja no tiene nada que ver con el amor del que tanto hablan los maestros y guías espirituales relacionado fundamentalmente con el flujo de dar y recibir. En la actualidad, nuestro concepto de amor tiene más que ver con que haya un otro que me haga sentir seguro y contenido, es decir, que me haga feliz. Queremos una pareja que llene y nutra nuestro vacío interno, que termine con nuestra sensación de soledad, que nos haga sentir valiosos y queridos. Estamos convencidos de que si realmente apareciera esa media naranja la vida sería plena.

Si realmente fuéramos más honestos y dijéramos las cosas como las sentimos cuando comenzamos a relacionarnos con otro, lo que tendríamos que poner sobre la mesa sería algo así:

Voy a poner en ti la responsabilidad de hacerme feliz, de que me des lo que necesito para que la vida cobre sentido. Quiero que me

hagas sentir amado, tal como lo fui cuando era pequeño y vivía con mis padres o, por el contrario, que te encargues de darme el amor que no sentí de parte de mi familia.

Quiero que sepas que cada una de tus acciones me va a afectar a nivel fundamental, pues dependo de ti. Deseo que te amoldes a mis necesidades y que nunca me falles, que seas mi soporte emocional. Ahora bien, si por algún motivo no me puedes dar lo que te pido te aviso que vamos a tener un problema, porque toda mi frustración, soledad y rabia acumulada va a ser descargada sobre ti. Tú ya eres mi propiedad, ya no eres libre, estás para llenarme y satisfacerme.

Ante una declaración de este tipo, lo más probable que nuestra pareja se daría la vuelta para no volver.

Lo cierto es que estamos más preocupados de tomar que dar. Aun en los casos en que la persona diga que su situación es la opuesta y da más que lo que recibe, el problema es el mismo: la reciprocidad. Esperamos que el otro nos entregue lo que necesitamos y en muchos casos no terminamos con él o ella porque tenemos terror de estar solos.

Los maestros y las tradiciones de sabiduría hablan de un amor mucho más equilibrado, donde nadie toma ni da en exceso. Pero para alcanzar esto primero es necesario amarnos y valorarnos a nosotros mismos, que es justamente lo que no hacemos. Por eso es que sufrimos tanto cuando una relación se acaba, muchas veces experimentamos que en ese momento nuestra vida pierde sentido. Esto ocurre porque en vez de compartir una parte de nosotros con otro, ponemos todo lo nuestro en él o ella, si nuestra pareja ya no está, entonces quedamos vacíos.

Cuando la felicidad está puesta afuera, dependiente de un otro, el foco de atención sale de lo interno hacia lo externo y perdemos algo enormemente valioso: la posibilidad de conocernos a nosotros mismos, entender por qué actuamos de la forma en que lo hacemos, contemplar nuestras verdaderas necesidades y ser capaces de autosostenernos afectivamente.

Vivimos en una sociedad que se encarga constantemente de distraernos, que nos bombardea con estímulos y con relaciones virtuales. Que nos hace creer que obteniendo cosas podemos ser plenos. Un sistema que no quiere que nos conozcamos y que nos empecemos a hacer las preguntas que realmente nos pueden llevar a una felicidad genuina.

Para poder relacionarnos de forma sana, tenemos que despertar de este sueño en el que vivimos y que nos tiene casi inconscientes. Tenemos que detenernos y observar, parar el piloto automático que

nos hace caer una y otra vez en patrones que nos alejan de la felicidad, cuestionarnos qué es lo que realmente queremos y necesitamos. Solo así podremos ir realmente por ello.

Si deseamos tener relaciones sanas, nos deberíamos preguntar desde dónde nos relacionamos. ¿Estamos en una relación para no estar solos? ¿Buscamos a alguien que nos dé seguridad emocional o económica? ¿Queremos a alguien para hacer familia? ¿O aspiramos a alguien para construir un proyecto en conjunto?

No son preguntas triviales, pues estas necesidades inconscientes, de las que no nos damos cuenta (o quizás sí) van a tener consecuencias en nuestras relaciones. Si buscamos a alguien para que nos dé algo que no podemos obtener por nosotros mismos, hipotecamos nuestra voluntad, nuestra fuerza, nuestra independencia y la posibilidad de ser felices de una manera más real y plena.

El miedo a la soledad

Supongamos que nos encontramos con una persona sin pareja que está realmente feliz, así como está. No se siente incompleta, ni sola, está gozando y disfrutando realmente de su vida. Entonces, ¿cuál sería su motivación para tener una relación si no necesita que otro le dé algo para sentirse plena? Esa es una pregunta que quizás nos debiéramos hacer. Pongámonos en su lugar: nos sentimos felices, completos, no hay soledad dentro de nosotros, ¿por qué querríamos tener pareja entonces?

Antes de responder a esta pregunta, me gustaría hablar un poco acerca de mi experiencia como terapeuta. Con distintas personas he tenido la oportunidad de trabajar con una técnica que se centra en profundizar y experimentar en la sensación de soledad y vacío que habita dentro nosotros¹ y de la que tanto intentamos escapar. Mediante un estado de profunda conexión interior le pido a la persona que penetre en

¹ La técnica se enseña y se trabaja en la escuela del Diamond Logos. Esta es una escuela de psicología y evolución personal que une la visión de la psicología moderna, el Eneagrama, la espiritualidad del budismo tibetano y el estudio del alma del sufismo. Ha desarrollado un tipo de terapia que se centra en llevar a las personas a la experiencia de vacío, que es la raíz de nuestro miedo a la soledad. Esta técnica es una importante herramienta de sanación y liberación, pues nos acerca a experimentar la esencia expansiva que habita en nosotros por debajo de nuestras defensas, lo cual nos permite comprender la motivación detrás de nuestras acciones y así liberarnos de capas de protección y de apego. Más información: diamondlogos.org

ese sentimiento de soledad. En general, la mayor parte de la gente comenta que se siente como si fuera un niño o niña otra vez y que se encuentran solos en un lugar muy desagradable, frío y oscuro. Experimentan una sensación de miedo a algo que puede causarles daño y destruirlos, es una sensación muy difícil y dolorosa de sostener. Lo interesante es que ese lugar es descrito como un lugar vacío, carente de amor, incluso ahogante, donde en cualquier minuto la muerte puede aparecer.

¿Qué nos dice esto de nuestro miedo a la soledad? Que interpretamos la soledad como ausencia de amor y sin amor nos morimos.

Soledad = Ausencia de amor = Muerte

Por ello, no es raro que los adultos estemos escapando constantemente de esa sensación y que hagamos cualquier cosa para evitarla. Sin embargo, los resultados de esta técnica terapéutica no terminan allí. Se invita luego a la persona para que se quede en ese espacio oscuro y aterrador, que no huya de ahí. Insisto, esto no es fácil para quien lo experimenta porque dentro de nosotros existen muchas resistencias a vivir y sostener dicho vacío. Pero si la persona logra atravesarlo, se da cuenta de que no pasa nada, no muere ni es destruida. Cuando es consciente de ello, se siente más tranquila y es ahí cuando ocurre el milagro: de repente ya no se percibe sola, por el contrario, se siente completa en perfecta unión con algo mayor que sí misma. Aparece entonces una profunda sensación de amor y contención dentro. Estos sentimientos surgen de manera natural y espontánea luego de atravesar la experiencia del vacío, una vez que se profundiza y se confrontan las emociones y miedos: aparece la certeza de que el amor siempre estuvo ahí. Hay algo en nuestro interior que está íntimamente unido a otra cosa que nos trasciende.

Ahora bien, retomando nuestra pregunta original: ¿qué podría motivar a una persona que no se siente sola a tener una relación de pareja? La respuesta es compartir con un otro el amor y la felicidad que habita dentro de sí misma, de modo que estos sentimientos puedan expandirse aún más. El amor que se encuentra más allá del miedo a la soledad no es egoísta, por el contrario, busca crecer, desarrollarse y complementarse.

Para que este tipo de amor tenga la oportunidad de emerger tenemos, en primer lugar, que aprender a amarnos a nosotros mismos. Lo cual solo ocurrirá si somos honestos y observamos las motivaciones que están detrás de nuestros deseos, de modo de ir encarando los miedos y dolores que existen en nuestro interior. Lo más probable es que si hacemos un recorrido consciente de exploración personal, dejando fuera la idea de que otro nos tiene que hacer felices, nos vamos a ir encontrando con algo en nosotros que le tiene un miedo profundo a

la soledad y a la vulnerabilidad. Si eso pasa, vamos por buen camino, pues la clave para poder amarnos está en sostener esa parte nuestra que se siente tan sola y carente de amor.

El amor es el estado natural del ser humano. Son las heridas vividas las que nos han ido desconectando de esta fuente, por lo tanto, si realmente somos capaces de abrazar estas heridas y contenerlas, el amor surgirá de manera espontánea y sin esfuerzo. El problema es que muchos de nosotros no queremos mirar ni hacernos cargo de ellas, preferimos que sea otro el que haga la tarea. Obtener el amor a partir de un otro nos lleva a vivir conflictos relacionados con el control, el rechazo, el abandono o, sencillamente, el desamor.

El miedo a la soledad yace dentro de la gran mayoría de los seres humanos. No obstante, casi nadie evidencia ese dolor interno, la mayoría de las personas usa una especie de máscara que cubre sus verdaderos sentimientos bajo otras formas que pueden ir desde la alegría a la frialdad, o desde la supuesta humildad hasta el más fiero orgullo. Eso hace que creamos que somos los únicos que experimentamos esas emociones dolorosas e insistamos en ocultarlas, pensamos que nuestro dolor, rabia, alegría o forma de amar son solo nuestras y que el resto de los seres humanos no vive las cosas de esta manera, en particular, dentro del mundo virtual, donde solo hay fotos de alegría, felicidad y gratos momentos. La realidad idealizada por las redes sociales solo incrementa el sentimiento de alienación interna y la persona va paulatinamente creyendo que afuera no hay nadie que la entienda de verdad.

Sin embargo, lo cierto es que la mayoría siente las mismas inseguridades y tiene los mismos miedos. Qué distinto sería el mundo si fuéramos más honestos y nos atreviéramos a mostrarnos más vulnerables, si pudiéramos perder el terror a ser rechazados por mostrar nuestra debilidad. Quizás todo sería más transparente porque podríamos ver nuestro propio dolor y nuestras propias inseguridades, así como nuestra alegría y seguridad en el rostro de quien tenemos al frente.

La astrología como herramienta de evolución personal

La astrología moderna, a través del estudio de nuestra carta natal (que se levanta con la fecha, hora y lugar de nacimiento) nos proporciona una guía fundamental para conocernos y descubrir cómo funcionamos. La carta natal es un mapa de nuestro proceso evolutivo personal, que nos muestra cuáles son nuestros principales dones y talentos naturales. Así como qué es lo que nuestra alma viene a aprender a esta vida, qué tipo de experiencias son las que

nos hacen crecer y expandirnos en conciencia. A la vez, nos señala los principales conflictos, apegos y miedos que traemos a este mundo, en especial aquellos que van a condicionar y limitar nuestra forma de ser, mientras nos da pistas acerca de cómo podemos resolverlos para iniciar un proceso de evolución personal.

Nuestra carta natal nos muestra y señala la forma que nuestro ego toma en este mundo. Nos indica cómo nos construimos y qué hacemos para poder sobrevivir en una realidad cargada tanto de experiencias agradables, como de otras extremadamente dolorosas. También nos explica por qué nos ocurren y se repiten determinados patrones en nuestra vida. Es una guía para la liberación personal de las conductas que nos condicionan, que nos impiden conectarnos y vivir desde nuestra esencia fundamental.

Pero cuidado, no es un mapa fijo que determina todas las experiencias que vamos a vivir. Por el contrario, es una guía para que seamos justamente capaces de entender y romper con esas conductas y experiencias en tanto nos dañan, mientras potenciamos aquellas que constituyen nuestros desafíos y aprendizajes en este mundo.

Uno de los principales temas que podemos encontrar en la carta natal se relaciona con los vínculos que sostenemos con otro. La astrología nos da información importantísima para entender cuáles son nuestras dificultades en las relaciones, cuáles son las heridas internas que se gatillan cuando estamos en pareja y cuáles son los conflictos no resueltos que nuestra alma trae con respecto al amor. Nos explica por qué actuamos de cierta forma con el otro y qué es lo que buscamos en una pareja.

En este sentido, la astrología moderna nos entrega una nueva comprensión de las relaciones: atraemos a nuestra vida a las personas que nos entregan o reflejan necesidades y creencias de las que no somos conscientes. Nada ocurre por accidente y quienes llegan a nuestro lado están ahí por un motivo, lo veamos o no. Nos quejamos del actuar del otro o de la mala suerte que tenemos en el amor, pero no asumimos la responsabilidad de que somos cocreadores de nuestra realidad.

La astrología nos muestra claramente aquellas creencias y patrones que traemos en el ámbito de las relaciones, que hacen que atraigamos a cierto tipo de personas y que vivamos cierto tipo de experiencias en pareja. Y justamente la utilidad de la carta astral es mostrarnos estos patrones para que podamos resolverlos y liberarnos de ellos.

La carta natal es una guía para conectarnos con nuestra propia individualidad, de modo que podamos ser y expresar nuestro yo esencial, ser más plenos y felices con nosotros mismos, aceptándonos

y queriéndonos con nuestras luces y sombras. En la medida en que empezamos a entender, nos conectamos y escuchamos la tristeza, la soledad, las heridas de abandono y rechazo que se ocultan en nuestro interior, podemos vivir relaciones de pareja más felices y sanas. Mientras no lo hagamos lo más probable es que tengamos conflictos y dificultades, ya que esperaremos que sea otro quien se preocupe de cuidarnos, darnos amor y hacernos sentir valiosos y felices.

La astrología nos va a ayudar a entender este cuadro. En este libro estudiaremos los principales factores personales asociados a la sensación de soledad y los conflictos que más usualmente aparecen en las relaciones, entendiendo que son aspectos que tenemos que encarar y resolver si queremos transformar nuestra forma de hacer pareja.

Este será un viaje de autoconocimiento y de sanación personal que acompañaremos además de variados consejos y guías terapéuticas para sanar todo aquello que nos impide ser realmente felices en pareja. Acá no se trata solo de presentar los desafíos y temas que traemos en las relaciones, sino que descubrir cómo podemos ir resolviéndolos. Nada de lo que está en la carta natal es realmente fijo, la realidad no está del todo determinada y la vida no está en contra nuestra. La carta natal no es un castigo, por el contrario, es una oportunidad. Un mapa que nos muestra de dónde venimos y cómo nos comportamos; así como los pasos que la vida nos aconseja dar para liberarnos de nuestros condicionamientos, para ser más honestos y vivir desde nuestra esencia.

Estamos en una época donde contamos con un alto número de técnicas y herramientas terapéuticas, las cuales son clave en la ayuda para descubrirnos a nosotros mismos, cortar nuestros patrones y sanar nuestro mundo emocional. En cada capítulo aconsejaré diversas técnicas de sanación según el tema que veamos. Me centraré especialmente en los remedios de esencias florales, pues su efecto es realmente impresionante y nos permiten mirar y resolver temas específicos. Aprovechemos esto y hagámonos cargo de ser felices en este mundo.

UNA ACLARACIÓN ACERCA DE LA COMPATIBILIDAD ENTRE LOS SIGNOS

Antes de continuar es importante aclarar el tema de la compatibilidad entre los signos. Es frecuente leer en revistas, libros o páginas web sobre cómo es la relación amorosa entre un signo y otro, qué le gusta a cada uno, qué rechaza cada uno o cuáles son los métodos de conquista más efectivos para enamorar a alguien de cada signo.

Es fundamental explicar, en especial para aquellas personas que recién están dando sus primeros pasos en el mundo de la astrología, que ese signo al que se refieren todas esas lecturas es el signo solar. Es decir, nuestro signo corresponde al signo donde estaba ubicado el Sol en el momento de nuestro nacimiento. A lo largo de todo el año, mes a mes, el Sol recorre todo el zodiaco astrológico.

Cuando le preguntamos a alguien “¿cuál es tu signo?”, lo que estamos haciendo es interrogarlo por el signo donde está su Sol. Este puede caer en cualquiera de los 12 signos dependiendo fundamentalmente del mes en el que haya nacido.

Catalina nació el 23 de enero, su abuela estuvo presente en el parto y cuando la tomó entre sus brazos, además de la inmensa emoción que sintió, se dio cuenta de que ambas eran del signo de Acuario, ya que ella cumplía años apenas dos días después: el 25 de enero. Si hubiese habido un astrólogo presente, les habría aclarado a ella y a la familia que lo que compartían ambas era el Sol en el signo de Acuario, pues este recorre ese espacio zodiacal entre el 20 de enero y el 21 de febrero, aproximadamente.

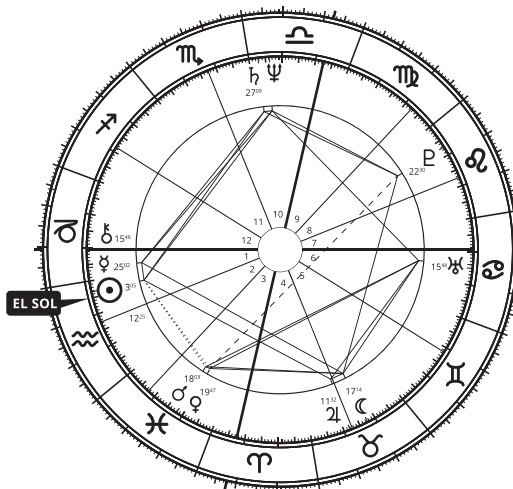


Imagen de una carta natal destacando al Sol en el signo de Acuario.

Como se puede ver en la figura, una carta natal es una construcción bastante compleja y multifactorial que posee distintas capas de información. Se construye según la fecha, la hora y lugar de nacimiento de la persona. En el pasado, los astrólogos a fin de popularizar los horóscopos y simplificar su oficio para que una mayor cantidad de gente pudiese familiarizarse con esta disciplina, decidieron reducir la carta natal a un simple factor: el signo del Sol.

Pero lo cierto es minimizar la astrología a solo un aspecto produce una gran confusión y un error de conceptos. En una carta natal existen diversos planetas o astros, cada uno de ellos cae en alguno de los doce signos. Resumir toda la información que se encuentra implícita en una carta natal (compleja y llena de aristas) a un solo punto, empobrece la mirada astrológica y constituye un error de interpretación.

El Sol, aunque es muy importante, es solo una parte de la carta natal y, como veremos en los siguientes capítulos, no es para nada el principal indicador de cómo funcionamos en las relaciones. De hecho, si nos basamos simplemente en el signo del Sol para ver la compatibilidad con nuestra pareja, lo más probable que nos llevemos una gran decepción. Por ejemplo, leyendo un blog podemos ver que la compatibilidad entre los signos solares de una pareja debería ser muy buena, con una relación bastante unida y amorosa, pero lo que se vive en la realidad es todo lo contrario: conflicto y drama. O, por el contrario, en un libro vemos que no hay compatibilidad entre los signos solares de una pareja, pero la relación es muy armoniosa y ambas partes están muy felices.

También podemos observar que muchas personas no se identifican para nada con su signo solar. Leen en algún medio cuáles son sus características y no se sienten representadas por ellas. ¿Acaso la astrología está errada?

La verdad es que no. La respuesta está en que nuestro signo solar representa una energía que venimos a aprender a manifestar y a desarrollar en esta vida. En algunas personas esa energía va a fluir con mayor facilidad y en otras para nada.

El Sol es en este sentido representa algo parecido a una meta, un desafío evolutivo para esta vida. Nos habla del sentido de identidad personal que tenemos el potencial de expresar, el cual cobra fuerza en la medida en que nos vamos conectando con nuestro corazón y nos atrevemos a vivir la vida que queremos tener, más allá de nuestros miedos y necesidades de seguridad.

La carta natal nos da una pista acerca de cuál es nuestra energía solar fundamental individual (a través del signo del Sol), que está conectada con nuestra esencia libre de condicionamientos.

Camilo nació un 10 de agosto, su Sol por lo tanto está en Leo. No podemos decir que "él es Leo", sino que viene a desarrollar esta energía en su vida. Es decir, su sentido de identidad se irá desplegando en la medida en que se atreva a desarrollar y expresar sus potenciales creativos, que se muestre a sí mismo, que sea capaz de liderar y guiar a los demás (todas ellas cualidades asociadas al signo de Leo). El hecho que su Sol esté en el signo de Leo no nos asegura que este niño vaya a ser de forma natural y espontánea un líder, porque puede ocurrir que otras áreas de sí mismo (reflejadas por otras posiciones astrológicas) frenen esa expresión. Si así fuera, mientras Camilo no resuelva esas tensiones, lo más probable es que no pueda manifestar la energía de Leo en su vida.

Cuando una persona no muestra las características de su signo solar, simplemente no está viviendo esa manifestación energética. Eso va a pasar porque la energía de su signo no le es cómoda y porque está en conflicto con otras áreas o planetas de la carta natal.

Este es el gran motivo por el cual usar el signo solar para medir compatibilidad no sirve de mucho, pues un porcentaje muy importante de la población todavía no se conecta con su esencia solar y con las características de su signo.

Ahora bien, existen otros planetas en la carta natal que sí nos van a dar información valiosísima acerca de la compatibilidad entre una pareja desde el punto de vista comunicacional, emocional, sexual, entre otros. Si realmente queremos saber cómo nos llevaríamos con tal o cual persona deberíamos centrarnos en estos planetas y no solo en el signo solar que tenemos.

Los dos planetas más importantes en el ámbito de las relaciones son la Luna y Venus¹. Ambos nos hablarán de qué es lo que esperamos del otro, cuáles son los patrones repetitivos que tenemos en los vínculos, cuál es nuestra forma de amar, etc. Sobre ellos se puede establecer mejor la compatibilidad entre dos personas.

La Luna nos va a dar información acerca de qué tipo de experiencias o estímulos nos harán sentir seguros, amados y nutridos en una

² Para conocer en qué signo se encuentran ambos planetas en su carta natal, les recomiendo la página astro.com, donde se puede levantar la carta astral. Para hacerlo es necesario contar con el lugar de nacimiento, la fecha y una hora lo más aproximada posible.

relación. Venus nos indicará qué es para nosotros el romance, aquello que nos hace sentir queridos, apreciados, y lo que necesitamos para gozar y experimentar placer con otro. Por ejemplo, en una pareja puede haber una muy buena compatibilidad entre los signos solares, pero sus signos lunares pueden estar en tensión o funcionar de forma muy diferente, por lo que la relación se vivirá de manera compleja en el día a día.

En este libro, estudiaremos con mucha fuerza a la Luna y Venus, centrándonos en las implicancias y efectos que tienen en las relaciones humanas.

Hay algo más que quisiera agregar sobre la compatibilidad. El mapa de la carta natal es un mapa evolutivo que busca que nos liberemos de nuestros condicionamientos. En ese sentido, la compatibilidad entre signos (solar o lunar) no dice que una relación sea imposible o que siempre vaya a existir conflicto entre las partes. Lo que nos muestra es qué tan fluida y cómoda va a ser, a la vez, que nos evidencia qué es lo que el otro va a gatillar en nosotros.

La astrología nos entrega una guía de lo que podemos vivir en una relación y eso está directamente vinculado con nuestra propia evolución. Dicho en otras palabras, la incompatibilidad va a depender de nuestra propia evolución personal y autoconocimiento. Aquellas relaciones incompatibles representan un vínculo afectivo que nos da la oportunidad de mirarnos, conocernos y ver qué cosas nos duelen desde un pasado, para así ir sanando. Si resolvemos nuestros temas, esas relaciones incompatibles van a dejar de serlo. El otro, nuestra pareja, es un regalo que la vida nos manda para que veamos reflejado en su rostro todo aquello que no queremos mirar y aceptar en nosotros mismos.

CAPÍTULO 1



La Luna
y el amor

*En alguna parte nuestra, todos somos niños, niños que piden.
Este niño está enfermo, casi moribundo.
En alguna parte sabemos que, para vivir, debemos curar a
nuestro niño interno porque no ha recibido lo que merecía.
Debemos darle lo que no tiene.
Pregúntale a tu niño interior qué desea y dáselo.*

Alejandro Jodorowsky

LA LUNA ASTROLÓGICA

La gran mayoría de las personas de este planeta conoce su signo solar, pero casi nadie sabe cuál es su signo lunar, aun cuando la Luna desde el punto de vista astrológico es el factor más importante a la hora de entender nuestras emociones. Es ella la que nos habla acerca de las experiencias y estímulos que buscamos para sentirnos seguros, amados, protegidos y contenidos en la vida; además del tipo de energía con la cual nos identificamos y estamos cómodos y a gusto. La interpretación de la Luna es uno de los pilares de la carta astral, nos da mucha información acerca de la manera en que vivimos nuestros sentimientos, cuáles son nuestros deseos, traumas y todo aquello que condiciona nuestro mundo emocional desde el inconsciente.

La Luna es un astro que se mueve extremadamente rápido y que solo en 28 días da una vuelta completa al zodiaco, a diferencia del Sol que lo hace en aproximadamente 365 días. Esto significa que, en un ciclo de 28 días, la Luna recorre todos los signos, es decir, durante ese periodo nacen, por ejemplo, personas con Sol en Aries y Luna en Aries, Sol en Aries y Luna en Tauro, Sol en Aries y Luna en Géminis, así sucesivamente hasta llegar al Sol en Aries y la Luna en Piscis.

Leonor nació el 1 de septiembre. Su signo solar es Virgo, pero su Luna está en el signo de Sagitario. Su familia no se enteró de esto, pues casi nadie se preocupa por conocer el signo lunar de los otros.

El camino evolutivo de Leonor en esta vida pasa por identificarse y conectarse con su signo solar en Virgo, aprendiendo a manifestar sus mejores cualidades. Pero la esencia fundamental de Leonor, la energía que le es más cómoda y con la que con el tiempo se va a sentir más identificada, es la de su Luna en Sagitario. No solo eso, Leonor va ir asociando el amor y la seguridad emocional a vivir Sagitario. Va a esperar que las personas que la quieren le entreguen esa energía. Si hay Sagitario hay amor, protección y seguridad emocional. Si no hay, duele y se pierde el amor. Su

forma de querer y nutrir a otros también va a estar condicionada por la energía de este signo.

Después de sus primeros años de vida, Leonor se va a ir identificando con cualidades sagitarianas, como la libertad, la necesidad de explorar, viajar y recorrer otras culturas; también con el optimismo y el deseo de escapar de lo doloroso de la vida. Sin darse cuenta se va a ir prohibiendo a sí misma cualquier comportamiento que atente contra estas características sagitarianas.

Cada planeta de la carta natal está asociado con un personaje arquetípico que habita dentro de nosotros. La Luna tiene dos roles: por un lado, es el *niño frágil y vulnerable* que fuimos, que necesitó amor, cuidados y protección; pero también es *la madre* que vive dentro de nosotros, que se preocupa de cuidar, contener y proteger a aquellos que ama.

Conocer a nuestra Luna es fundamental para entender cómo funcionan nuestras relaciones y qué es lo que buscamos en un otro para sentirnos amados y seguros. Así como para entender qué patrones estamos repitiendo de forma inconsciente en nuestros vínculos, los que están muy asociados a las experiencias infantiles de nutrición y amor que vivimos en nuestro medioambiente familiar.

Si no somos conscientes de nuestra Luna y de lo que esta necesita, nos quedaremos atrapados en nuestro refugio emocional infantil. Simplemente, nos vincularemos para no sentirnos solos, para permanecer seguros y para llenar la sensación de separación y el vacío emocional que habita dentro nuestro y no para construir una relación de pareja donde haya igualdad y reciprocidad.

Ahora bien, para aprender de la Luna tenemos que hacer un viaje a nuestra infancia, no solo para saber qué es aquello que nos contiene y nos da seguridad, sino por sobre todo para conocer aquello a lo que le tememos.

El miedo a la soledad y al vacío

El profundo miedo a la soledad que tenemos proviene de nuestra infancia. Cuando éramos pequeños, existieron muchas situaciones en las que nos sentimos sin apoyos, no queridos, rechazados e incluso abandonados. Es algo normal y todos lo vivimos en mayor o menor medida, ya que nuestros padres no podían estar presentes todo el tiempo para protegernos de la totalidad de las experiencias dolorosas que experimentamos. Un niño siente que pierde el amor

cuando es castigado, reprendido o criticado. Ante la ausencia paterna o materna también puede experimentar gran sufrimiento y sensación de abandono. Sumemos a ello todos los conflictos y problemas que pudieron haber ocurrido en nuestra familia durante ese periodo, además de las dificultades en la capacidad de expresar amor, nutrir y cuidar de nuestros padres.

Dada esta situación, desconectarnos de los sentimientos de soledad y dolor se convirtió en una estrategia natural cuando éramos niños, lo que generó y permitió la cristalización de un sistema defensivo que hizo posible hacer frente a estas sensaciones la mayor parte del tiempo. Para la astrología, la Luna es el indicador de dicho mecanismo de defensa. Se relaciona con aquellas cosas que nos consuelan y nos hacen sentir protegidos cuando reeditamos ese dolor.

La Luna muestra qué necesitábamos específicamente de nuestra madre y del medio familiar para sabernos amados y seguros. Como cada niño es diferente, su forma de encontrar abrigo y contención es también distinta. Por ejemplo: algunos niños necesitan que les den mucha piel, comida y cariño; otros requieren intensidad afectiva y sobreprotección; para otros es importante que les hablen mucho y les expliquen las cosas; o bien que los padres jueguen con ellos o los saquen a pasear. Si lo obtienen del ambiente, entonces están tranquilos y protegidos del dolor.

La Luna también habla acerca del tipo de comportamientos que fuimos desarrollando para sentirnos igualmente seguros y resguardados. Dicho de una manera didáctica, la Luna le da a cada niño un manual de instrucciones. A algunos les dice que deben hablar mucho y ser muy sociables; a otros les pide que se muevan, que hagan muchas cosas o que se enojen; a otros que busquen con mucha intensidad y apego el amor de mamá o de papá, tratando de estar lo más cerca posible de ellos y de la familia; a otros les da la instrucción de ser niños buenos y obedientes. Mientras cada uno haga lo que la Luna pide no hay dolor, ni vacío, ni soledad. De esta forma, cada niño aprende e interioriza que, mientras cumpla con el mandato de su Luna, las emociones de la vida dolerán un poco menos y la sensación de amor y seguridad aumentará.

Para la astrología, la Luna tiene una importancia fundamental dentro de la personalidad, ya que nos entrega una manera de protegernos emocionalmente de aquello que nos incomoda. Esta dinámica es muy profunda y forma una parte esencial de nuestro ser. Aunque nos creamos libres y espontáneos, lo cierto es que estamos muy condicionados por nuestros mecanismos de protección afectiva.

Un ámbito donde lo anterior es fácilmente observable es en las relaciones de pareja, pues aquello que buscamos en el otro se

encuentra directamente relacionado con nuestra Luna. Queremos que nuestra pareja nos provea exactamente de lo mismo que nos brindaba nuestro medioambiente familiar cuando éramos niños. Y eso es a lo que llamamos amor: formas e instrucciones aprendidas en la infancia que nos brindan seguridad emocional.

En un adulto, la Luna representa a la parte infantil que sigue habitando en su interior. Es ese lado vulnerable, frágil y sensible que necesita ser protegido, cuidado y contenido. La psicología moderna lo denomina el *niño interno* y lo cierto es que no nos damos cuenta cómo este niño o niña gobierna nuestros vínculos íntimos, haciendo que nuestras relaciones se basen aquello que quiere y busca para sentirse seguro y amado. Esta parte es la que siente soledad, vacío y dolor y es la que crea un mecanismo para escapar de esas emociones desagradables. Si nuestra pareja no nos da lo que nuestro niño interno exige, como tal haremos berrinches y nos frustraremos.

Aprender a amarnos se relaciona con hacernos cargo de este pequeño y convertirnos en su padre o su madre. Sin embargo, lo que ocurre es que la gran mayoría de nosotros le entregamos a nuestra pareja el deber de satisfacer al propio niño interno, pues no tenemos conciencia de su existencia. Nos sentimos adultos maduros y pensamos que las experiencias dolorosas de la infancia quedaron atrás. No obstante, este niño siempre deja algunas pistas de su presencia como cuando experimentamos, por ejemplo, la sensación de vulnerabilidad cuando tenemos miedo o padecemos un ataque de ansiedad, o bien cuando nos sentimos solos o solo queremos que alguien nos ame, nos cuide y proteja. Expresemos estos sentimientos o no.

Al hacernos cargo de nuestro niño interior, nos liberamos de sus exigencias y de la necesidad de depender de otros para sentirnos seguros, pues aprenderemos a sostenernos y a amarnos a nosotros mismos. Mientras no hagamos este ejercicio, dependeremos de una pareja que actúe el rol de padre o madre para sentirnos tranquilos y queridos en la vida.

El útero y la totalidad

Para poder entender cómo opera la Luna y la enorme influencia que tiene, vamos a hacer un viaje al periodo donde todo se originó: nuestra infancia.

La primera parada en nuestro viaje al pasado es el útero de nuestra madre que es el lugar donde todo comenzó. Si me permiten la comparación, el útero era una especie de *resort todo incluido* para

la mayoría de nosotros. Estábamos flotando en un espacio donde nuestras necesidades eran satisfechas al instante, sin tener que hacer ningún esfuerzo. Los nutrientes nos llegaban vía directa al torrente sanguíneo, no teníamos ni siquiera que digerirlos y procesarlos, no sentíamos dolores ni incomodidades de ningún tipo. La temperatura era justo la que necesitábamos para sentirnos cómodos y abrigados.

Se dice que el estado del feto en el útero es de totalidad oceánica. Es decir, su sensación es de profunda conexión y fusión con algo más grande. La experiencia interna es de ser uno con el todo, no existe la separación. Es como una gota dentro del mar, no tiene conciencia de ser una partícula de agua separada del resto, sino que está fundida con todas las otras gotas que forman el océano. Si le preguntáramos a la gota quién es, seguramente nos diría "soy el mar". De igual manera, el feto no tiene un sentido de la propia individualidad, pues aún no ha desarrollado un yo que estructure el mundo y lo separe de la realidad (lo que ocurrirá meses después del nacimiento).

Al hablar de un yo nos estamos refiriendo a la conciencia que se percibe como alguien separado, que experimenta el mundo desde su propio cuerpo y se relaciona con el medioambiente al que distingue como diferente de sí misma. Si este yo no se ha formado, entonces no hay sensación de separación porque es incapaz de decir "aquí estás tú y aquí estoy yo". Si no hay separación, entonces lo que existe es unión. Es por ello que, en ese estado de totalidad oceánica, el feto no puede sentir soledad; por el contrario, a medida que la gestación transcurre, el ser humano está completamente conectado y fundido con su madre y, a través de ella, con la totalidad. Es un nosotros: él y su madre son un solo ser. En el lenguaje astrológico, este estado recibe el calificativo de *neptuniano*, pues Neptuno representa la unión con algo que nos trasciende como individuos y con el cual estamos profundamente conectados.

Ya que madre e hijo son un solo ser, el niño siente dentro de sí las emociones que ella experimenta. No es capaz de diferenciarse y distinguirlas como algo ajeno a sí mismo. Si su mamá siente alegría, el niño es uno con esa alegría. Si su mamá está enojada, el niño es uno con ese enojo. Si está triste, el niño es uno con esa tristeza. No es coincidencia que las hormonas del embarazo propicien en la madre un mayor estado de tranquilidad, paz y felicidad, ya que lo que la naturaleza busca es brindar al pequeño en desarrollo, un ambiente lo más cálido y amoroso posible durante su gestación.

Sin embargo, todos sabemos que no siempre los embarazos son periodos de tranquilidad y placidez para las madres. Muchas mujeres se sienten solas durante la gestación de sus hijos, o deben enfrentarse a situaciones adversas que las hacen experimentar una gran carga de

estrés. Lamentablemente, el feto se verá también influido por esos sentimientos, pues aún no tiene la capacidad de deshacerse de ellos poniendo un límite entre él y su madre.

En estos últimos años, la psicología moderna ha estudiado el efecto que tienen las emociones de la madre o del ambiente familiar en el feto durante el embarazo. Se ha descubierto que estas quedan como una especie de *cargas* que son almacenadas en la memoria celular del niño o niña. De esta forma, si la madre vivió una situación compleja que gatilló en ella miedo, rabia o tristeza es muy probable que el pequeño los haya absorbido y hecho suyos. Muchas de las emociones y miedos que experimentamos hoy en día provienen del útero materno y eso explica su presencia cuando no están vinculados con recuerdos conscientes o sucesos ocurridos durante la infancia³.

Existen diversas terapias que nos ayudan a llegar a un estado de conexión tan profundo que podemos visualizar esas cargas intrauterinas inconscientes y liberarlas. Entre ellas, la respiración holotrópica, el *rebirthing* (renacimiento), la hipnosis, la terapia pre y perinatal⁴, además del trabajo con ciertas plantas de poder. Las esencias florales chamánicas de México han sido especialmente creadas para sacar a la luz vivencias intrauterinas⁵.

En síntesis, durante el proceso de gestación el bebé no experimenta de manera natural la soledad, por el contrario, se encuentra en un estado de totalidad oceánica y de profunda conexión con su madre

³ La astrología nos da pistas para saber qué se experimentó en este periodo a partir de la lectura de la carta natal. Entre los factores a considerar están:

- La Casa XII. Es importante tomar en cuenta el signo de la cúspide y todos aquellos signos que estén dentro de la casa, al igual que todos los planetas en su interior.
- El planeta regente del signo que está en la cúspide de la Casa XII. También el signo en el que se encuentre este planeta y los aspectos que forme con los otros planetas en la carta natal.
- Retroceder la Luna Progresada (es decir, usándola inversamente) hasta un rango de 9 grados desde su ubicación en el nacimiento. Los aspectos exactos que forme con otros planetas nos van a dar información de las vivencias del feto. Por ejemplo, si hay un aspecto con Saturno nos hablará de un ambiente cargado de emociones como miedo, inseguridad y exigencia; por el contrario, si aparece un aspecto con Júpiter en el útero se vivió expansión, confianza y optimismo.

⁴ La terapia pre y perinatal es una técnica terapéutica, creada por el doctor Ray Castellino, diseñada para sanar experiencias que se vivieron tanto durante la gestación como en el parto. Más información en formacioncastellino.es

⁵ Las esencias chamánicas trabajan los temas de Casa XII, como lo perinatal, el árbol familiar y aquellos que el alma trae desde un pasado previo a esta encarnación.

y, a través de ella, con algo más grande, contenedor y amoroso. Por eso no es raro que los seres humanos siempre añoremos algo de ese paraíso y queramos volver a sentir ese nivel de conexión, seguridad y amor que habita en nuestro inconsciente profundo.

El parto y los primeros seis meses de vida

El siguiente paso en el proceso de crecimiento y desarrollo se relaciona con el parto. Este es un momento iniciático: vida y muerte a la vez. Muere el estado de conexión con la totalidad y comienza la vida como ser individual separado de la madre. Es una experiencia bastante traumática para la mayoría de los seres humanos porque durante el parto se sienten emociones fuertes y desconocidas de miedo, dolor e impotencia. Más aún, la mayoría de los bebés (particularmente en nuestra sociedad occidental) son separados físicamente de sus madres durante las primeras horas de vida, lo cual aumenta la sensación de soledad y dolor en esos momentos clave.

Adaptarse a esta realidad es algo extremadamente difícil para todos los bebés, porque ya no están en un lugar donde todas sus necesidades son satisfechas de manera inmediata. El mundo puede ser infinitamente más hostil y cada instante que pasa sintiéndose incómodo puede transformarse en una eternidad. Las sensaciones físicas de hambre, frío, calor, incomodidad por sus procesos biológicos se traducen en emociones complejas que por primera vez le son propias, a diferencia de lo que experimentaba en el útero. De alguna forma, comienza a percibir que no es capaz de solucionar o detener aquello que le duele o molesta. Está solo con una gran angustia, impotencia y vulnerabilidad, incluso puede sentir que estas emociones desagradables lo superan, lo desbordan y amenazan con destruirlo porque se percibe a sí mismo pequeño, frágil; tampoco está seguro de que alguien venga a rescatarlo. Desde su punto de vista, estar solo es lo más parecido a morir, es perder ese amor que cuida y protege.

Durante esta primera etapa de nuestra vida nuestra memoria inconsciente queda cargada de miedo a la soledad, de ausencia de amor y de la angustia de ser devorados por ese vacío. Todas estas emociones están a la base del sentir de muchos seres humanos.

Por suerte para el bebé ocurre un milagro. Aparece alguien que lo rescata del estado de dolor, impotencia y separación: su madre (o la persona que cumpla el rol en la vida del niño). La Luna biológica emerge para sacar al niño o niña de su angustia, entregándole un bálsamo de amor y nutrición. Si tiene hambre o frío o sufre de cólicos, mamá se hace cargo. En esos momentos, vuelve a sentir seguridad,

amor y cuidado, un estado de protección y unión íntimamente ligado a la figura materna.

Esta etapa es conocida como *fase simbiótica*. Si bien el niño experimentó la sensación de separación durante el parto y los primeros meses de vida, aún no se ha diferenciado del todo de la madre. Una parte de él sigue unida a ella, creyendo que todavía son uno. El yo del que hablábamos anteriormente todavía no se ha desarrollado. Esto hace que el bebé viva básicamente dos estados: impotencia y separación cuando sufre; y amor cuando se encuentra contenido por su madre (u otra figura de apego) o cuando está en su cuna tranquilo sin sentir ninguna sensación de incomodidad.

Las experiencias duales que vive son reflejo de la dualidad de nuestra propia realidad. Estamos en un mundo donde hay tanto vivencias placenteras como dolorosas. El niño nace en esta realidad polarizada y, al igual que prácticamente todos los seres humanos, preferirá estar en el polo del placer y el amor, y escapar del sufrimiento de la vida.

Empieza a nacer el yo

Aproximadamente a partir de los seis meses de vida, el niño poco a poco comienza a darse cuenta de que él y su madre no son lo mismo. El desarrollo neuronal y cognitivo va en aumento, lo que permite progresivamente el despertar de un yo que comienza a percibir las cosas como externas, separadas de sí mismo. Entre los 6 y 18 meses (dependiendo del bebé) se produce un proceso que denominado *separación psicológica*. De cierta forma es un proceso análogo al parto físico. Un parto psicológico y afectivo respecto de la madre y también respecto del resto del mundo que da nacimiento al yo como ente separado. En ese instante, la sensación de soledad y de falta de amor se hace presente como una realidad aterradora y permanente. “Estoy solo en el mundo, me siento pequeño, frágil y vulnerable. Cuando estoy solo no soy capaz de sentir el amor y la contención”.

Cómo dice el astrólogo psicológico Howard Sasportas en su libro *Los Luminares* (en coautoría con Liz Green):

Si mi madre no es yo, ¿qué pasa si no le gusto, si no entiende mis necesidades, si decide irse y abandonarme? El problema clave en los primeros años de vida es la supervivencia. Nacemos incompletos, sin terminar, somos expulsados del útero sin algunas cosas esenciales, sin piso ni coche, sin tarjetas de crédito. Para sobrevivir necesitamos que mamá esté de nuestra parte⁶.

⁶ Howard Sasportas y Liz Green, *Los Luminares*. Barcelona: Urano, 1993, p. 73.

Esta sensación no es nueva para ningún adulto. Todos hemos experimentado el miedo de sentir que nos dejen de amar y que nos abandonen; no es raro significar que nos *morimos* en esa soledad.

Si la madre logró sostener al niño y ayudarlo durante este periodo de nacimiento del yo, entonces este contará con la seguridad emocional y confianza en la vida necesaria para sentirse cuidado y protegido y a la vez capaz de desarrollar una fuerte raíz afectiva con el mundo. Por el contrario, si la madre no logró entregarle seguridad, el niño percibirá el mundo como amenazante y lo enfrentará con desconfianza, porque si no se puede confiar en la madre... ¿cómo se puede confiar en el mundo?

Cuando las necesidades de un bebé no son satisfechas, este puede sentir que hay algo malo en él que no permite que lo nutran. Nace entonces una herida que permanecerá abierta por muchos años e incluso la vida entera, haciendo que la persona, aun cuando sea adulta, le cueste satisfacer esa necesidad de seguridad infantil⁷, manteniendo la idea de que hay algo en ella que no merece amor.

La Luna al rescate

La diferencia entre un adulto y un niño que siente soledad es que para este último dicha sensación resulta nueva y aterradora. No cuenta con recursos para protegerse de ella de forma natural, ni es capaz de autosostenerse ni contener su vulnerabilidad. Ya no se trata de vivir en la totalidad del vientre materno y experimentar a veces la soledad, sino que ahora esta se convierte en una realidad que siempre está ahí, amenazando, y de la que hay que escapar.

⁷ Astrológicamente, los indicadores de que pudo haber dificultades para sentirse contenido y protegido por mamá durante este periodo son las siguientes:

- Tener a la Luna en signos donde la nutrición emocional no se percibe de forma fluida y contenedora: Luna en Aries, Virgo, Capricornio, Escorpio o Acuario.
- Que la Luna presente aspectos disarmónicos (conjunción, cuadratura, oposición o quincuncio) con planetas que atentan contra la seguridad: Saturno, Urano, Marte y/o Plutón.
- Que durante el primer año de vida haya habido tránsitos disarmónicos de Saturno, Urano, Marte y/o Plutón a la Luna natal.
- Que durante el primer año de vida la Luna progresada haya hecho aspectos disarmónicos a planetas como Saturno, Urano, Marte y/o Plutón.

En la página web astro.com se puede levantar una carta astral y verificar el signo y la casa en el cual se encuentra la Luna, así como también los aspectos que tiene con otros planetas.

En esos momentos ocurre un segundo milagro. Es como si algo dentro de nosotros nos hablara y dijera lo siguiente: “Hay una forma para que salgas de esa terrible sensación de soledad... tendrás que seguir una serie de instrucciones que te daré. Si las cumples, el vacío desaparecerá; si no las sigues entonces volverá”.

Es la Luna astrológica la que se ha activado. De forma natural e instintiva nos brinda instrucciones, cuya promesa es rescatarnos de ese espacio de dolor en el que estamos metidos. Durante nuestra infancia, la Luna representa el tipo de experiencias que nos ofrecerán la protección y el cuidado que necesitamos para tolerar la separación.

En general, la Luna se asocia con la madre, pues ambas cumplen una función similar: cuidar y contener al bebé y al niño durante sus primeros años de vida. La Luna le dice a este qué es lo que tiene que buscar en su madre para no sentir la separación. No obstante, la Luna no necesariamente es sinónimo de la madre biológica. Si un niño es criado y cuidado por sus abuelos, su padre, una niñera u otra figura de apego, ellos se reflejarán en la Luna del pequeño y es en la relación con ellos que el niño buscará cumplir la instrucción lunar.

En la carta natal, la Luna nos va a indicar cómo se vivió el proceso de contención afectiva durante la infancia, cuáles fueron los elementos y el tipo de experiencias que el niño buscaba en el ambiente para sentirse seguro. También nos dará información valiosa respecto de la relación con la madre, figuras de apego o medioambiente afectivo familiar. Así, como lo fácil o difícil que resultó recibir la seguridad emocional durante esos primeros años⁸.

Cuando un niño sigue las instrucciones de su Luna desaparece entonces su sensación de soledad y vacío, se siente contenido, protegido, cuidado y conectado. Cuando no obtiene aquello que la Luna pide, entonces la angustia, el miedo y la soledad surgen.

Este mecanismo hace que el niño repita aquello que es propio de su Luna, pues es la única forma que conoce para sentirse seguro. Veamos un ejemplo:

Sofía es una niña cuya Luna le pide que permanezca en movimiento para no sentir el vacío. Por lo mismo, ella tenderá a moverse y a salir a explorar, incluso podría comportarse de manera impulsiva e hiperactiva.

⁸ Para conocer a nuestra la Luna astrológica es necesario considerar el signo en el que se ubica, la casa y los aspectos que tiene con otros planetas. Más adelante en el libro estudiaremos en detalle algunos de estos temas.

La mayor parte del tiempo, su madre no tiene problemas con esto, no le molesta que su hija se mueva tanto y le permite que salga a correr y a explorar lo que hay a su alrededor. La niña se siente muy feliz cuando está en acción y no percibe esa sensación de soledad ni vacío.

Sin embargo, a veces la mamá y el papá de Sofía necesitan que se quede tranquila y ella no les hace caso. Este tipo de situaciones terminan generalmente con un reto para que la niña se quede quieta, cosa que ella hace cuando observa esta reacción en sus padres. Pero, ¿qué sentirá la pequeña Sofía en esos momentos? Probablemente experimente sentimientos de vacío, soledad y angustia, pues la instrucción lunar es imposible de cumplir. Y para dejar de sentir esas emociones incómodas necesitará volver a moverse. Es importante entender que su comportamiento no es algo que ella haga para desobedecer a sus padres, sino que es un mecanismo de contención emocional que está dado por lo que hemos llamado instrucciones lunares.

LA LUNA Y LOS CUATRO ELEMENTOS

Se pueden clasificar las instrucciones lunares en cuatro grupos básicos dependiendo del elemento del signo en el que cae la Luna: aire, tierra, fuego y agua⁹.

- Cada niño va a tener una instrucción básica específica dependiendo de cuál elemento astrológico está relacionado con su Luna.
- Cuando la Luna está en Géminis, Libra o Acuario, la instrucción principal va a ser de aire.
- Cuando la Luna está en Aries, Leo o Sagitario, la instrucción principal va a ser de fuego.
- Cuando la Luna está en Tauro, Virgo o Capricornio, la instrucción principal va a ser de tierra.

⁹ Los doce signos del zodiaco se agrupan en torno a los cuatro elementos. Estos son la base desde donde la astrología se construye, es decir, el pilar estructural que permite ordenar el mundo. Veamos el significado de cada uno:

- *Elemento aire:* el aire tiene que ver con la mente, el pensamiento, la comunicación, las ideas, sociabilizar e interactuar con otros. El aire no quiere ser contenido y necesita libertad para su expresión. Nos entrega la capacidad de ser objetivos y desapegados frente a las situaciones y emociones que estamos viviendo y sintiendo. Los signos de aire son: Géminis, Libra y Acuario.
- *Elemento fuego:* el fuego presenta una analogía justamente con el fuego real. Es energía, calor, intensidad y pasión. Es esa llama que arde dentro de nosotros y nos invita a movernos, confiar y a lanzarnos a la vida. Está asociado con la acción, la fe y la potencia. El fuego está conectado con el sentido de individualidad, con centrarse en uno mismo y hacer lo que queremos. Cuando se descontrola se convierte en enojo, rabia, frustración e impulsividad. Los signos de fuego son: Aries, Leo y Sagitario.
- *Elemento tierra:* la tierra tiene que ver con la realidad concreta a nuestro alrededor, nuestro cuerpo y lo que podemos percibir con nuestros sentidos. Está asociada con la capacidad de conectarnos con nuestras necesidades físicas y con la forma de sobrevivir en este mundo. También se relaciona con el trabajo, la seguridad material, la estabilidad, los hábitos, las rutinas, el esfuerzo y con cumplir objetivos. Los signos de tierra son: Tauro, Virgo y Capricornio.
- *Elemento agua:* el agua tiene que ver con las emociones y con el sentir, con la vulnerabilidad, así como con la empatía. De hecho, no es coincidencia que cuando lloramos de tristeza o alegría, caigan lágrimas por nuestros ojos, es el agua manifestándose. También tiene que ver con vincularnos con otros a nivel emocional y de intimidad; así como con la necesidad de satisfacer nuestras necesidades afectivo/emocionales. Los signos de agua son: Cáncer, Escorpio y Piscis.

- Cuando la Luna está en Cáncer, Escorpio o Piscis, la instrucción principal va a ser de agua.

A continuación, vamos a describir qué tipo de elementos o experiencias busca un niño dependiendo de esta posición.

Instrucción de aire

Para el niño, la protección emocional se relacionará con la mente y la comunicación. Sus principales motores de protección serán hablar, entender, ser curioso, buscar respuestas y relacionarse con otros. Son niños de mente rápida y que necesitan estímulos mentales. Generalmente preguntan bastante el porqué de las cosas, pues se sienten seguros cuando entienden. Les gusta entablar conversaciones con otros niños o adultos.

También les encanta que les den espacio y libertad para poder curiosear y sentir su movimiento. Se podría decir que su Luna está muy contenta en lugares con muchos estímulos visuales o auditivos.

Además de la contención emocional que provee la madre, el niño busca que ella le hable, le cuente historias, le estimule la mente, lo saque a conocer lugares nuevos y lo relacione con otras personas.

El vacío aparece si se aburren o si su mente no puede enfocarse en aquello que les llama la atención. Además, si no se les permite hablar o si se les pide quedarse callados. Cuando esto ocurre, los niños con una Luna en signos de aire quieren salir a buscar nuevos estímulos, conversar, intercambiar información o ponerse a pensar en cosas que les llaman la atención. De esta manera su Luna se siente nutrida.

Trinidad es una niña despierta y curiosa. Su madre descubrió muy temprano el mágico efecto que tenía narrarle cuentos, observaba cómo la pequeña se quedaba quieta y escuchaba atenta las historias. Rápidamente, la curiosidad de la niña comenzó a aparecer, preguntaba por qué la Caperucita tenía la capucha roja y no verde, o por qué eran siete enanitos y no diez. También su medioambiente era foco de su interés, miraba atenta todo lo que tenía a su alrededor. A sus padres les llamaba la atención lo sociable que era y cómo le gustaba estar rodeada de gente que hablara con ella. Ahora está en el primer año de la escuela y la suelen retar bastante porque no para de conversar con Matilde, su compañera de asiento. Ella dice que no puede evitarlo, que se aburre en clases, especialmente cuando las profesoras hablan temas fastidiosos.

Instrucción de fuego

La acción, el movimiento, hacer cosas nuevas de forma constante, la competencia y amor por la aventura son la base de su mecanismo de protección. Suelen ser bastante intensos y entusiastas. Muchas veces son considerados niños hiperactivos, ya que necesitan moverse y pueden aburrirse rápidamente.

A muchos les gusta que los tomen en cuenta, tienen talento natural para el liderazgo.

Esta instrucción les pide que su voluntad se cumpla, de forma que se haga lo que ellos desean. Como consecuencia, tienen baja tolerancia a la frustración y tienden hacia las reacciones emocionales explosivas. Suelen discutir, pelear con los padres o sus hermanos¹⁰.

Además de la contención emocional que provee la madre, el niño busca libertad para desplazarse, dinamismo, juegos y reconocimiento.

El vacío aparece si no se les permite salir de aventura y experimentar la realidad por sí mismos, cuando no son tomados en cuenta, cuando se aburren y cuando no les dejan hacer lo que desean.

Benjamín es un niño hiperactivo, sus padres advirtieron que desde temprana edad no podía quedarse quieto. Cuando era bebé trataba de escapar de su cuna, un poco más grande salía corriendo cada vez que tenía la oportunidad. También se enoja bastante cuando sus papás le dicen que “no” o no le permiten hacer lo que quiere. Le gusta molestar a su hermana menor, que comienza a temblar cada vez que Benjamín llega corriendo a su pieza.

Instrucción de tierra

La seguridad y la nutrición emocional van a estar vinculadas con la seguridad material, el cuerpo y los objetos concretos. Estos niños buscan el contacto físico para sentirse contenidos. Les suele encantar que los acaricien. También la comida les da bastante seguridad emocional, muchos piden comer cuando hay algo en el ambiente que los altera.

Los objetos también tienen una importancia particular para estos niños. Se apegan bastante a sus juguetes y generalmente no les gusta

¹⁰ La excepción de esto es la Luna en Sagitario, que tiende más bien a no ser confrontacional, pero sí muy hiperactiva y ansiosa.

compartirlos. También suelen aferrarse a un objeto en específico, al punto que cuando no lo tienen se angustian. Una caricatura de esto vendría siendo el pequeño Linus de Snoopy, que siempre lleva colgando su mantita.

Su instrucción les pide que vivan en un ambiente estable, necesitan rutinas para sentirse seguros, por lo tanto, los cambios los afectarán de manera negativa.

Algunos de estos niños o niñas pueden ser más bien serios, responsables, muy críticos con ellos mismos, culposos y tímidos. Pueden llegar incluso a comportarse como adultos en miniatura. Esto se debe a que las instrucciones lunares de tierra les suelen pedir logros terrenales, cumplir con las expectativas familiares y tener comportamientos maduros para sentirse contenidos a nivel emocional. Como contraparte, esta instrucción les demanda ir desconectándose de las emociones, pues deben enfocarse en los resultados. Los sentimientos pueden actuar como distracciones en el cumplimiento de sus objetivos.

El vacío aparece ante la presencia de cambios, el desorden y el caos en el ambiente. También si no sienten contacto afectivo físico con sus padres; o bien cuando los retan o no se sienten buenos.

Alejandro tiene cuatro años y medio y es un niño más bien tranquilo. Le gusta mucho que su madre lo acaricie y le prepare esas colaciones tan ricas. Él adora la comida, pero por sobre todas las cosas ama a su oso de peluche Tedie, al que nunca suelta y lleva para todos lados. Su madre se dio cuenta rápidamente de que a su hijo no le gustaba mucho salir de casa. De hecho, cada vez que han ido de vacaciones ocurre lo mismo, los primeros días el pequeño Alejandro se queda jugando con Tedie cerca de ella, le cuesta tomar confianza y adaptarse al nuevo ambiente.

Instrucción de agua

Para esta Luna, la protección está asociada con las emociones y la sensibilidad. Este tipo de instrucción les pide a los niños sentir con fuerza sus emociones y también experimentar con intensidad lo que ocurre a su alrededor; tanto así que pueden percibir dentro de sí aquellas que afectan a los otros. Por esta razón, muchos de ellos son más bien tímidos y reservados, esta es una forma de protegerse pues se sienten vulnerables.

En este caso, la contención emocional y afectiva se vuelve la principal necesidad del niño o niña. Su satisfacción está en el contacto emocional profundo con su madre y con el ambiente afectivo más

cercano. El pequeño necesita sentir que está en un espacio familiar protegido, cuya presencia cariñosa no debe faltar por ningún motivo.

Los pequeños suelen demandar bastante a la madre; no quieren estar lejos de ella y de su hogar. Son, en este sentido, muy apegados a sus padres y a su familia. También aprenden a manipular desde pequeños a fin de no quedarse solos y estar cerca de estos el mayor tiempo posible.

La instrucción les suele pedir que recurran a su imaginación y fantasía como medio para escapar de las fuertes emociones que experimentan tanto dentro de sí como a su alrededor.

El vacío aparece cuando se sienten solos y son sacados de sus ambientes afectivos contenedores y conocidos. También cuando sus padres no los toman en cuenta, protegiéndolos y cuidándolos de las potentes emociones que experimentan. Son muy receptivos a cualquier cosa que ocurra en su familia.

Karina es una niña muy sensible, muchas cosas parecen afectarla. Quiere estar siempre cerca de su mamá y en ocasiones se pone a llorar cuando sus padres le piden que se acueste en su pieza sola, de hecho, una sonrisa enorme aparece en su rostro cuando estos le permiten dormir entremedio de ellos. Su primer día de kindergarten fue una experiencia horrible, no entendía cómo su mamá la dejaba sola en ese lugar con tanta gente desconocida. Por suerte apareció la profesora, de la cual la pequeña no se quiso despegar en todo el día.

La Luna y el pasado del alma

Es interesante preguntarnos de dónde surgen estas instrucciones lunares, qué hace que un niño tenga una y no otra. Como ya hemos dicho, la Luna nos habla de cómo el niño experimentó a su madre, también nos da indicios acerca de aquellos aspectos de la realidad que brindan una sensación de calidez, contención y nutrición emocional. Estas necesidades surgen de un pasado que puede llegar incluso a experiencias anteriores a esta vida.

La astrología moderna contempla al ser humano como un alma en proceso de evolución. Su mirada reúne los conocimientos de la psicología, fundamentalmente de las escuelas analítica (jungiana), humanista y transpersonal y de las enseñanzas espirituales de las religiones orientales.

Desde esta visión, todos los seres humanos nacemos en este mundo con temas que debemos resolver, tipos de experiencias que

arrastramos y a las cuales estamos profundamente apegados, tanto así que funcionan de manera automática, es decir, ni siquiera somos conscientes de ellas. No obstante, nuestra dependencia es tan fuerte que nos angustiamos cuando no podemos expresarlas o vivirlas a través del ambiente que nos rodea.

En un pasado del alma, la instrucción lunar fue un elemento fundamental de nuestra seguridad emocional al que nos quedamos apegados, por ello, en esta existencia necesitamos que siga haciéndose presente. De alguna forma, aquello que tuvimos en el pasado lo requerimos en el presente, pues representa lo que conocemos para sentirnos seguros. No obstante, ello constituye también una traba para el proceso evolutivo, pues limita nuestro rango de acción y no nos permite salir de nuestra zona de confort.

En la carta natal, existen diversos indicadores que nos hablan de aquellos temas que no se encuentran resueltos en nuestra alma y a los que seguimos aferrados. La instrucción lunar es uno de ellos¹¹.

¹¹ Los principales factores astrológicos que se refieren al pasado del alma y a los apegos condicionantes son: la Luna, Plutón y el Nodo Sur. También Saturno nos habla de inseguridades y miedos que arrastramos desde un pasado, pero que en esta vida venimos a gestionar y a resolver.

EL ADULTO ATRAPADO EN SU LUNA

Como hemos dicho, cuando éramos niños debíamos expresar aquello que nuestra instrucción lunar nos pedía, de lo contrario la angustia aparecía. El hecho de repetir constantemente este tipo de estímulos originó un mecanismo del cual nos fuimos volviendo dependientes a nivel emocional, y que unió la satisfacción de la instrucción lunar con el amor y la seguridad.

No es raro que una vez adultos, una parte de nosotros se defina a partir de estas características, dado el enorme poder que ejerce la Luna en nuestra vida. “Yo soy eso que pide mi Luna”.

Por ejemplo, una instrucción lunar de fuego exige aventura. Cuando la persona era niña seguramente buscaba salir a recorrer, explorar, conocer lugares nuevos. Con el paso del tiempo, la aventura se convirtió en algo fundamental para ella. Es probable que se defina a sí misma como alguien aventurera, que necesita estar desplazándose constantemente y sentirse libre para viajar y explorar. Esta persona no se da cuenta de que esto lo hace para satisfacer esa demanda lunar que es, finalmente, una necesidad emocional infantil. No es capaz de percibir cómo ello la limita, porque podría existir otra parte de sí misma que desea establecerse y quedarse más tranquila, pero cuando esta otra necesidad se manifiesta, la parte lunar dice “esa no soy yo”. Esto nos muestra que está atrapada en su Luna y lo seguirá estando en la medida en que no se atreva a ver qué es aquello de lo que esta la protege.

Cuando somos niños la Luna es funcional; de adultos nos corta las alas y no nos deja ser realmente libres. Al hablar de libertad no me estoy refiriendo a hacer lo que queramos cuando queramos, tampoco se trata de la libertad que nos brinda la sociedad, por ejemplo, elegir una pareja, una profesión o decidir qué vamos a hacer el sábado en la tarde. Estamos describiendo una libertad más profunda, que implica ser honesto con uno mismo y conducir nuestra vida hacia una dirección que vaya en el mismo sentido que la evolución de nuestra alma, independientemente de lo que nuestra instrucción lunar nos pida para sobrevivir.

Para que todo este proceso quede todavía más claro, voy a contar la historia de Francisco.

Francisco es un hombre que nació con una potente instrucción lunar de tierra. Esta le pide ser muy responsable, evitar el cambio, cumplir con las expectativas y exigencias familiares, por otro lado, le prohíbe fracasar y tener malos resultados. En la carta natal de Francisco, además de esta instrucción lunar en tierra, hay una fuerte presencia de la energía del fuego, en particular, del signo

de Sagitario. De hecho, su Sol está en este signo, por lo que el desarrollo de su identidad le pide vivir aventuras y conocer cosas nuevas.

De pequeño aprendió a desconectarse de los deseos de su alma, pues era más importante cumplir con lo que su Luna necesitaba que escuchar el llamado de su Sol. Resultó ser muy autoexigente consigo mismo y muy preocupado de consumir sus metas. Francisco provenía de una familia de abogados, donde tanto su padre como su abuelo habían ejercido esa profesión. Una donde se esperaba que sus miembros obtuvieran resultados de excelencia y se dedicaran a trabajar como corresponde.

Él siempre cumplió con las obligaciones de su entorno, se tituló como abogado en una buena universidad y encontró pronto trabajo en un estudio de muy buena reputación. Tenía un muy buen sueldo y, aunque trabajaba bastante, todos los días le quedaba algo de tiempo para poder hacer otras actividades. Le gustaba salir a tomar unas cervezas con los amigos, también hacer algo de deporte y ver programas de cocina y viajes en la televisión. Después de unos años conoció a una mujer con la cual se casaría que también venía de un ambiente familiar parecido al suyo, por lo mismo, al igual que él, era una profesional muy orientada a su trabajo y enfocada en alcanzar resultados.

Desde afuera, podríamos pensar que Francisco gozaba de bastante libertad, pues ganaba buen dinero, podía elegir dónde vivir, ir de vacaciones, qué comprar e incluso a la mujer con la que quería estar. Pero la realidad interna de Francisco era muy diferente. Desde pequeño disfrutaba enormemente de la cocina, a los 12 años incluso se atrevía a preparar platos bastante sofisticados para un niño de su edad.

Terminó el colegio con excelentes calificaciones, lo cual le permitió entrar a estudiar la carrera que quisiese. Estaba completamente decidido a estudiar derecho, pero sabía que dentro de sí había una parte que soñaba con ser chef, para luego dedicarse a viajar por el mundo, recorriendo diversos lugares y cocinando en los mejores restaurants que pudiese encontrar. Sin embargo, las expectativas de su familia eran demasiado altas y alejadas de su sueño hippie de ser un cocinero-viajero. Además, él se sentía muy inseguro de estudiar una profesión que no le fuera dar estabilidad y seguridad material. ¿Qué pasaría si fracasaba y no le iba tan bien como al resto de sus hermanos? Las culpas e inseguridades surgían cada vez que pensaba en dedicarse a su sueño escondido.

Cuando Francisco tenía poco más de 30 años comenzó a sentir una profunda melancolía. Levantarse de la cama ya no era tan fácil,

menos realizar su trabajo del día a día. Sus ganas de aprender a cocinar a nivel profesional no habían disminuido con los años, aunque ya no tenía ese anhelo infantil de viajar haciéndolo por el mundo. Ahora soñaba con alejarse de la capital e instalar un hostel y restaurante en algún lugar turístico del país. Allí llegarían extranjeros, con los cuales podría conversar y aprender de sus experiencias, además de cocinarles platos deliciosos. Pero se sentía incomprendido, sus amigos lo veían con incredulidad y sorpresa cuando les comenzó a plantear su sueño. Su pareja lo miraba con aún más cara de desconcierto. ¿Cómo era posible que quisiera dejar todo lo que habían construido? Ella no tenía ningún interés en dejar su trabajo y menos la ciudad y, de hecho, su sueño era seguir ascendiendo en el mundo profesional.

Francisco comenzó a experimentar el mismo miedo que había sentido un poco más de diez años antes, cuando tuvo que decidir qué carrera estudiar. Sentía un temor gigantesco ante la posibilidad de tomar una decisión que molestaría a sus familiares cercanos. También pánico a equivocarse y a fracasar en su intento. Y ahora el asunto era aún más complejo, pues no quería separarse de su esposa, la cual claramente no estaba dispuesta a acompañarlo en su locura. En todo caso la relación con ella ya no estaba resultando fácil, Francisco tenía ganas de vivir experiencias nuevas, pero su esposa no lo permitía y, de hecho, lo criticaba con bastante fuerza. Las discusiones se hacían más frecuentes y las diferencias de visión entre ellos también.

Su melancolía fue aumentando hasta transformarse en una pequeña depresión. Por insistencia de su esposa, que no soportaba verlo en ese estado tan vulnerable, decidió comenzar terapia con un psicólogo que le había recomendado una compañera de trabajo.

Así fue como Francisco inició su viaje de autoexploración y conocimiento que duró meses. Profundizando en sus emociones, se dio cuenta de que detrás de ese miedo que sentía cuando se planteaba hacer un cambio radical con su vida, existía un enorme temor a quedarse solo. Una parte interna, más infantil y vulnerable, creía que solo podía ser querido si cumplía con lo que los demás esperaban. Esa sensación era tan grande, que había preferido hipotecar sus sueños que exponerse a vivirla.

El mismo miedo a la soledad hacía que tomar la decisión de terminar con su matrimonio se volviera intolerable, el temor al cambio era muy grande. Debido a esto, alejarse de su esposa, que era un pilar de su estabilidad y seguridad emocional, resultaba aterrador.

Francisco comenzó a contactar con sus propias emociones y necesidades. Aprendió a sentir y a sostener a esa parte vulnerable que surgía cuando experimentaba el miedo a quedarse solo. Empezó a quererse tal y como era y no como su medio familiar quería que fuese. Fue amando a ese hombre creativo y soñador que llevaba dentro. Finalmente, terminó su relación de pareja y renunció a su trabajo. Fue una decisión muy difícil y un proceso muy doloroso, pero había aprendido a amar y a sostener a ese niño interior vulnerable que habitaba en él. Con mucha autocompasión, comenzó a darse pequeños gustos y a permitirse vivir experiencias que nunca se había dado. Ya no era ni su trabajo ni su pareja los que le daban un sentido a su vida, él se lo estaba dando a sí mismo.

Con sus ahorros y el apoyo de un crédito creó su pequeño hotel y restaurant. Así fue que conoció a la que es su actual pareja y la madre de sus hijos. Una inglesa, chef, que compartía su amor por la cocina, por conocer gente y experimentar cosas nuevas. Una mujer que ahora llegaba a su vida, gracias a todo el trabajo personal que había realizado, que era capaz de amarlo como era, sin exigirle, pues ahora él podía mostrarse al mundo así tal cual y quererse de esa forma, por lo mismo, su relación ahora era una que se fundaba en compartir y crear.

Al igual que Francisco, la mayoría de nosotros cree ser libre, pero la verdad es que esa libertad es más bien una ilusión. Tenemos dentro miedos muy potentes que nos condicionan y restringen, que muchas veces nos hacen seguir un camino que se aleja de nuestra esencia y vincularnos con parejas con las cuales no podremos tener una relación sana y feliz. Todo debido a la ilusión de que podemos protegernos de esa profunda sensación de soledad.

Las instrucciones lunares, si no han sido sanadas, provocarán en el adulto grandes dificultades para su evolución personal. Lamentablemente, la mayor parte de los seres humanos no hemos madurado a nivel emocional y seguimos comportándonos como si fuéramos unos niños.

La Luna, el ansiolítico emocional

En un adulto, la instrucción lunar aprendida en la infancia es el mecanismo principal de defensa que se dispara ante cualquier emoción desagradable que podamos sentir: miedo, dolor, inseguridad, incertidumbre, abandono o tristeza. Si nos pasa algo incómodo, inmediatamente se activa la instrucción lunar para sacarnos de este estado y por ello dependemos de ella en el día a día.

El miedo al vacío es la raíz básica de todas las emociones que nos causan malestar, incomodidad o dolor. Si pudiésemos ir penetrando capa por capa desde la emoción dolorosa que estamos sintiendo (cualquiera que sea) hacia adentro, buscando cuál es el origen de todo, nos vamos a llevar una sorpresa: todo nace de la profunda sensación de soledad y ausencia de amor. Es por eso que cada vez que sentimos algo desagradable, nuestra Luna se activa para *salvarnos*.

Esto no es solo una visión teórica, personalmente lo he podido comprobar todos los días en la práctica clínica.

Vamos a dar un ejemplo:

Aníbal tiene una instrucción lunar de fuego, la cual le prohíbe abrigar emociones de vulnerabilidad y fragilidad. Cada vez que las siente, su Luna se activa transformándolas en rabia y en una tremenda necesidad de moverse.

Este hombre llegó a la consulta de un terapeuta buscando ayuda para poder manejar la potente rabia que sentía cada vez que discutía con su pareja. El profesional se dio cuenta de que era importante ayudar a Aníbal a conectarse con sus emociones. Al comienzo, le ayudó a descargar y a liberar ese tremendo enojo que tenía dentro de sí. Una vez que lo hizo, Aníbal se sintió más liviano.

Luego, el terapeuta le pidió que se sentara, cerrara los ojos, respirara y que se conectara con sus emociones; le sugirió que se abriera a su rabia, que la experimentara sin resistencia. Aníbal comenzó a hacer esto y se sorprendió cuando sentimientos de tristeza y vulnerabilidad empezaron a brotar desde dentro. El terapeuta lo contuvo y le pidió que explorara esa emoción y viera cómo se sentía a nivel físico. Aníbal se dio cuenta de que era como una sensación de debilidad física, una falta de potencia que le incomodaba mucho pues lo hacía sentir frágil. El terapeuta entonces le solicitó que se volviera a conectar con su rabia para que observara la diferencia. Aníbal se dio cuenta de que la rabia le daba presencia, consistencia física y potencia, y que, por lo tanto, era mucho más aceptable. Nunca se había dado cuenta de esto, pues su mecanismo lunar actuaba veloz protegiéndolo.

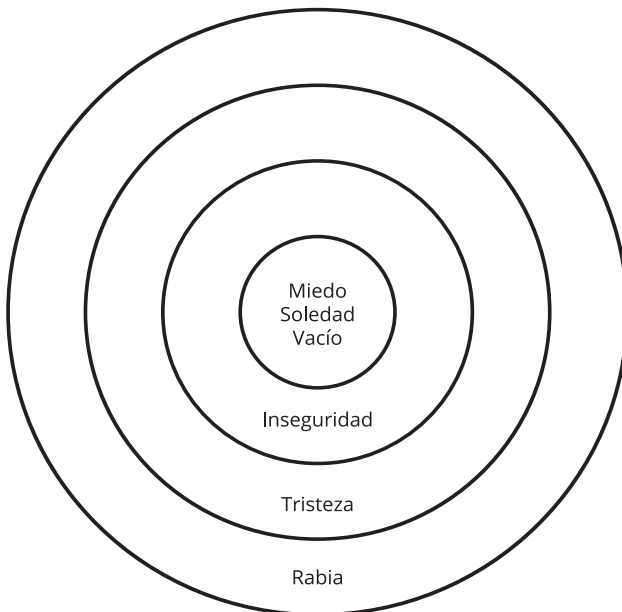
El terapeuta le volvió a pedir que se conectara esta vez con su tristeza y que se abriera a ella. Un mensaje claro surgió desde dentro de Aníbal a la base de su emoción: “no importa lo que haga, no importa cuánto me esfuerce, mi pareja no me valora y solo me exige”. El terapeuta le preguntó entonces cómo lo hacía sentir eso: “inseguro y no querido, no soy lo suficientemente bueno para ella”, contestó.

Sorprendentemente, en ese momento un recuerdo infantil surgió dentro de Aníbal. Se acordó de cómo su madre lo criticaba y retaba cuando era pequeño. Cuando eso ocurría experimentaba la sensación de que había algo malo en él y que no se le quería cuando eso malo aparecía. Esas mismas impresiones yacían en una capa emocional mucho más profunda y se plasmaban en la sensación de inseguridad que le hacía sentir no digno de cariño.

“Cuando me sentía no querido, me daba una tristeza enorme pues me sentía solo y eso me dolía demasiado”, descubrió Aníbal dentro de sí. “En ese instante me daba rabia y me enojaba mucho”.

Ese estado de soledad era muy desagradable. La Luna de Aníbal construyó todo un sistema de defensa para que no lo experimentara, porque cuando se sentía así, se percibía a sí mismo como totalmente vulnerable, incapaz y temeroso de que algo lo fuera a destruir. En el centro del mundo emocional de Aníbal, y como origen del problema, se encontraba nuestro conocido miedo al vacío, la soledad y la sensación de impotencia total.

La historia de Aníbal es simplemente un ejemplo, pero si hiciésemos el mismo ejercicio de ir profundizando capa por capa, buscando el origen de nuestras emociones incómodas, llegaríamos siempre al mismo origen.



Orden de capas emocionales dentro de Aníbal.

Muchas de las emociones que sentimos representan capas externas que nos protegen de otras más profundas y dolorosas. Por ello, en un adulto, la Luna es un ansiolítico emocional, una suerte de anestesia que surge para protegernos de lo que realmente está ocurriendo en el fondo de nuestro corazón. A menudo, utilizamos emociones que sean más tolerables a nuestro psiquismo para protegernos. La rabia de Aníbal que aparece cuando su pareja lo critica es en el fondo inseguridad y tristeza, pero antes de que estas emociones afloren a la conciencia, la Luna se activa de manera veloz y lo protege. Para esta Luna, la rabia es una emoción que conoce y que resulta mucho más segura y nutritiva.

Muchos podrían pensar, pero ¿cuál es el problema de tener un mecanismo de protección emocional que ayude a que no sintamos lo realmente desagradable? La respuesta es que este mecanismo surgió para protegernos cuando éramos pequeños y no teníamos los recursos para poder sostener solos nuestro dolor. Pero como adultos sí tenemos otras herramientas, solo que no queremos hacernos cargo. Este problema es uno de los mayores responsables del caos que tenemos como humanidad, pues somos niños pequeños, jugando a ser adultos.

En el fondo, nuestras acciones surgen para resguardarnos del miedo ante el vacío de la separación. Cada uno de nosotros se mueve por su propio deseo de seguridad emocional y no mira realmente al que tiene al lado. Y, justamente, como no lo vemos tenemos serios problemas para relacionarnos con nuestra pareja.

LA LUNA Y SUS EFECTOS EN LOS VÍNCULOS DE PAREJA

Es momento de estudiar de forma más concreta cuál es la relación entre la Luna y nuestros vínculos y relaciones amorosas. Es decir, cómo el mundo lunar condiciona nuestra forma de ver el amor y la manera de comunicarnos con nuestra pareja. Así como define inconscientemente el tipo de persona que nos va a atraer y el tipo de experiencias que vamos a vivir con otro.

Los cuatro elementos y su relación con el amor

Como el mecanismo lunar está tan activo en la mayor parte de nosotros, todos de alguna u otra forma esperamos que nuestra pareja nos entregue las respuestas afectivas que caracterizaron nuestra infancia y que forman parte de aquello que a nuestra Luna tranquiliza.

Ya vimos que en los niños el signo y el respectivo elemento donde está ubicada la Luna determinará el tipo de instrucción que recibirán para sentirse seguros y nutridos. En los adultos el elemento de la Luna también será indicativo de aquello que llamamos amor en nuestras relaciones.

El amor para las Lunas en aire

Si somos adultos con una Luna de aire, el amor estará conectado con la comunicación y la estimulación intelectual. La mente, las ideas y la imaginación serán sumamente relevantes, no importando si dichas conversaciones son poco realistas o derechamente fantasiosas. La sensación de sentirse amado va de la mano con el hecho de poder expresarse con el otro, dialogar, tener ideas en común o visiones. La conexión mental entre la pareja será vista como una señal de amor.

A una Luna en aire la rutina no le hace bien, pues necesita mantener la mente activa y abierta a nuevas experiencias. Tampoco será de su agrado el exceso de sentimentalismo, emocionalidad e intimidad, pues esta Luna prefiere mirar las emociones desde afuera, tratando de entender y razonar más que sentir lo que pasa. El amor se relaciona con una mayor libertad en el vínculo, por lo que el exceso de apego y

la dependencia afectiva no será algo muy buscado en la relación¹². El aire necesita espacio para poder ver las cosas de forma clara, pero si ve que la pareja está encima, se sentirá ahogado y no amado.

“Si me amas dame espacio y no me aprisiones. Comuniquemos, entendámonos, dejemos volar nuestra mente y nuestra imaginación en una dispersión creativa”.

El amor para las Lunas en fuego

Para un adulto con Luna asociada al fuego, el amor se relacionará con la energía y el movimiento. Le gustará hacer cosas en pareja, competir, salir a la aventura, ser optimista a la hora de tomar riesgos. También será importante tener una relación intensa, apasionada y sexual. Por lo tanto, la rutina y la falta de pasión se alejan del ideal de amor de la instrucción fuego.

También van a necesitar espacio para tener descargas emocionales, de ahí que ciertas confrontaciones son vistas como necesarias, pues desde pequeños relacionaron amor con discusión y con tratar de hacer valer su punto de vista¹³.

Otro factor importante es que haya espacio para desarrollar la individualidad en la relación. Al igual que la Luna en aire, el exceso de apego en desmedro de la libertad no es algo que las satisfaga; como tampoco una sensibilidad y emocionalidad ahogante.

“Si me amas, juega, ríete, se positivo, estímame y yo lo haré también. No nos pongamos negativos, no pensemos en restricciones. Fluyamos para adelante, valientes y confiados, salgamos a hacer cosas juntos, pero respetemos cuando cada uno quiera tener su espacio de libertad”.

El amor para las Lunas en tierra

Para quienes tienen la Luna en un signo de tierra, el amor está

¹² Las personas con Luna en el signo de Libra sí buscan estar y compartir con otro, pero en un espacio que no esté sobrecargado de emociones o donde exista una fuerte simbiosis que destruya la propia individualidad.

¹³ Si la Luna está en el signo de Sagitario, la persona tenderá a evitar el conflicto y las descargas emocionales.

relacionado con la estabilidad, la seguridad y la rutina. Necesitan un ambiente realista, práctico y conectado con la realidad. Construir algo juntos, tener un proyecto en común es esencial en la pareja, en particular, si se enfoca la energía hacia el trabajo o hacia la construcción de hogar. También el estatus y los logros alcanzados suelen ser importantes.

El amor se relaciona con tocarse, a estas personas les gusta que las acaricien, las alimenten y les hagan regalos (especialmente si son tangibles o se pueden disfrutar de los sentidos). Los cambios les cuestan bastante y menos perder la estabilidad material o alejarse de la realidad mediante sueños excesivamente fantasiosos.

Para estas personas el amor también se relaciona con esforzarse y hacer cosas por su pareja.

“Si me amas, tócame, sácame a comer y regálame aquello que tanto me gusta. Preocupémonos de construir una estabilidad en conjunto y de lograr nuestras metas. Yo me ocuparé ti y me haré cargo de muchas de tus cosas”.

El amor para las Lunas en agua

Para un adulto con Luna de agua, el amor se relaciona con la conexión emocional profunda. Una conexión que no tiene que ver con las palabras, sino con sentir que el otro comprende lo que la persona siente y que, gracias a ello, le entrega seguridad emocional y contención. Esto es incluso más importante que la propia individualidad y objetividad. De ahí que las Lunas en agua sean más dependientes y apegadas y puedan llegar incluso a vivir a través de sus parejas.

Generalmente el hogar, los espacios de conexión emocional y la intimidad son aspectos de la relación sumamente valorados. La familia obviamente también es muy importante.

La intensidad emocional y la fusión con el otro es algo que buscan sin darse cuenta.

“Si me amas, siente lo que yo siento, incluso antes de que yo lo experimente. Fundámonos y conectémonos hasta que no sepa donde termino yo y partes tú”.

Teniendo claras las necesidades amorosas de cada Luna por elemento, podemos plantear el siguiente ejercicio: ¿qué diría cada una si se siente enamorada de alguien?

Me estoy enamorando de Daniel. Cada vez que nos juntamos conversamos por horas, de los más diversos temas. Es muy inteligente y sabe muchas cosas. Tiene tanta imaginación, nos reímos muchísimo de las cosas que se nos ocurren. Más encima es bastante independiente y tiene su vida armada.

(Isidora con Luna en aire)

Fue pura intensidad la última vez que salimos con Camila. Estuvimos haciendo diferentes cosas sin parar... ¡no nos quedamos quietos! Se me ocurre una idea y a ella se le ocurre otra que la potencia, ¡lo pasamos increíble juntos! Además, que es una mujer nada de complicada, con una sonrisa... simplemente le da para adelante. Y qué decir del sexo, qué manera de ser intensa y apasionada esta mujer.

(Diego con Luna en fuego)

Me encanta Roberto, cada día creo que tenemos más cosas en común. Le gusta tanto salir a comer como a mí y pone la misma cara de placer que yo cuando prueba algo delicioso. Además, tiene tan buen gusto, me regaló unos aros maravillosos... ¡y sus masajes! Me toca como nadie lo hace. Más encima tiene un departamento increíble y un trabajo que cualquiera soñaría.

(Fernanda con Luna en tierra).

Creo que encontré al hombre para mí. Nunca me había sentido tan comprendida y amada. A veces no tengo que decir nada y simplemente Gonzalo se adelanta a lo que estoy sintiendo... es como si hubiese telepatía entre los dos, las palabras sobran. Estuvimos juntos sin separarnos los dos días del fin de semana, creo que podría pasar todo el tiempo junto a él, contenta con solo escucharlo tocar su guitarra.

(Amaia con Luna en agua)

Aunque no nos demos cuenta, tenemos asociado el amor con la nutrición emocional lunar, es decir, buscamos en la pareja lo que esperábamos de nuestra madre. En resumen: dependemos de nuestra pareja para ser feliz. Si el otro deja de actuar como nuestra Luna pide, nos dejamos de sentir amados. A esto se suma que nuestras instrucciones lunares nos condicionan la forma de vivir el día a día, porque tendemos a replicar el ambiente emocional que nos da seguridad.

En una relación ocurre que dos personas diferentes se reúnen. Cada una con su propia instrucción lunar y, por lo tanto, una visión de lo que es el *amor*. En los casos cuando la instrucción es similar, nos encontramos ante una situación bastante agradable, pues suele haber

un lenguaje emocional común, además de necesidades parecidas, así como formas de contenerse y sentirse amado en armonía.

Pero también puede ocurrir que se relacionen dos personas con instrucciones lunares diferentes e incluso opuestas. Ello es un gran problema, pues cada miembro de la pareja tiene una visión muy distinta de lo que es amor, la nutrición y la seguridad emocional. En estos casos, la forma de amar y de vivir de nuestra pareja no nos contiene a nivel emocional y no nos sentimos queridos por ella; y a la inversa, nuestro modo tampoco contiene y nutre al otro quien experimentará también emociones desagradables. Lo realmente complicado ocurre cuando ambos obligan al otro a adaptarse a su propia forma de amar, pues si este lo hace y le da a su pareja en el gusto, entonces atentaría contra su propia instrucción lunar y, obviamente, lo que sentiría es angustia y no amor. Es en ese instante donde muchas veces surgen los conflictos, dramas, juegos de poder y manipulación en las relaciones.

Veamos un ejemplo para que nos quede claro esto:

Estefanía tiene su Luna asociada a la tierra, ella es práctica y necesita estabilidad en su vida. Su pareja, Rodrigo, posee una Luna en fuego, por lo que necesita aventuras, salir de la rutina y vivir experiencias expansivas, aunque sean poco realistas y atenten contra la estabilidad. Los problemas que tenía esta pareja aparecían cada vez que a Rodrigo se le ocurría hacer algún viaje o correr tras una *locura*, ya que a ella no le costaba nada echar por tierra sus planes. Le mencionaba todas las cosas peligrosas que podían ocurrir y que atentarían contra su seguridad o vida familiar; él se sentía cada vez más prisionero e incomprendido en la relación y esto hacía que le dieran a menudo más ganas de aventuras locas, lo que a su vez hacía que ella le reclamara más su falta de estabilidad y madurez.

Un autor y gran maestro de astrología psicológica de los años ochenta, llamado Richard Idemon, afirma que muchos de los conflictos que se dan en las relaciones de pareja tienen que ver con las diferencias que existen entre las instrucciones lunares de cada uno de los miembros. El problema radica principalmente en que esperamos que el otro nos entregue amor como nuestro elemento y signo lunar indican. También ocurre que entregamos el amor como a nosotros nos gustaría que nos lo entregaran, por lo que no somos realmente capaces de ver las necesidades reales de nuestra pareja; menos imaginarnos que esta pueda tener una forma de ver el amor que sea distinta a la nuestra.

En su libro *Astrología de las relaciones de pareja* cuenta un pequeño ejemplo que bien vale la pena narrar para explicar de qué estamos hablando.

Una pareja que llevaba varios años casada aparece en su consulta. Ella tenía instrucción lunar de aire, él de tierra. Su relación se había deteriorado bastante con los años y ambos se quejaban de no sentirse amados. Estaban cerca de separarse y en su búsqueda de ayuda llegaron a verlo.

Las quejas de ella eran porque él no se comunicaba ni le decía nunca que la amaba (la necesidad de comunicación de la Luna de aire). Él le respondía que no era de ese tipo de hombre que anda declarando su amor. A lo que le decía que no veía problemas en hacerlo, pues ella siempre le decía cuánto lo amaba. Él entonces se empezaba a ofuscar, le contestaba que acaso no era amor preocuparse tanto por darle estabilidad y seguridad emocional, que se había esforzado muchísimo para poder comprar la nueva casa solo para que ella estuviese más feliz (para él, con la Luna asociada a la tierra, su idea de amor pasaba por los regalos, las cosas tangibles y por proveer estabilidad). La respuesta de la mujer era que las cosas materiales no significaban nada para ella. Él se frustraba y le decía que trabajaba muchísimo para regalarle joyas caras y sacarla de vacaciones a lugares de lujo. Ella continuaba diciendo que eso no significaba nada que, de hecho, ese tipo de manifestaciones la sofocaban y que lo único que quería era que le dijera que la amaba. Entonces él se quejaba de que ella nunca le cocinaba. A lo que ella respondía que detestaba cocinar y que más encima tenían una empleada que lo hacía por ella. Él insistía que no quería que la otra lo hiciera, sino que fuera ella, tal como lo hacía su madre. La respuesta de su mujer era que se fuera a vivir entonces con su madre si tanto la extrañaba.

Cada uno defendía su visión desde lo que cada mundo lunar relacionaba con amor, sin entender que el otro tenía una visión diferente de lo que esto significaba.

En la consulta, Richard Idemon les explicó que cada uno de ellos tenía formas diferentes de interpretar lo que significaba ser amado y demostrar cariño según la posición de su Luna.

Con el tiempo las cosas fueron cambiando, el hombre comenzó a comprar y enviarle tarjetas románticas. Las tarjetas no eran escritas por él, pero a su esposa eso no le importaba, todo lo contrario, le encantaron. Finalmente, él incluso comenzó a recortar artículos de revistas, frases o poemas que expresaban cuánto la amaba y se los dejaba bajo la almohada. Ella se fue conmoviendo con esto y dejó de quejarse; incluso cada cierto tiempo le cocinaba. Si bien la comida no le quedaba tan buena, para él era lo más sabroso que existía. Así él dejó de comprarle obsequios tan caros y comenzó a regalarle cosas que tuviesen un significado para ambos.

Con esos pequeños gestos la relación cambió, ya que cada uno se abrió a la forma de amor que el otro necesitaba. Obviamente ninguno podía transformarse del todo, pero encontraron una manera de entregar cariño al otro y esto hizo que ambos se sintieran más amados y seguros¹⁴.

Es importante aclarar que no estoy planteando que hay relacionarse exclusivamente con personas que tengan instrucciones lunares similares. Cuando uno se enamora, no hace un casting para elegir una pareja cuya instrucción lunar se corresponda con la nuestra. Pero es importante darnos cuenta de que hay muchos problemas que nacen de este conflicto y que se pueden resolver haciéndonos conscientes de nuestra forma de ver el amor. También teniendo claro de que el otro no tiene por qué entender el amor de la misma forma, de hecho, sería excelente abrirnos a comprender cómo el otro lo hace para mejorar nuestra relación de pareja, ya que con una mayor conciencia podemos tender más puentes de diálogo. Las acusaciones mutuas pueden terminar también, pues no podemos reprochar al otro que tenga una instrucción diferente, puesto que nadie las elige al nacer. Simplemente las tenemos y estamos apegados a ellas.

Muchas veces se trata de hacer pequeños ajustes. Sin embargo, la gran solución se producirá en tanto sanemos nuestra propia instrucción lunar, aprendiendo a soltar la dependencia hacia ella. Ahí está la clave: realmente vamos a vivir el amor de pareja cuando podamos abrirnos a recibir la expresión de amor espontánea y natural del otro. Y si eso ocurre, lo más probable es que el otro también esté abierto a recibir y aceptar la nuestra.

¿Cómo se hace? Aunque suena complicado, la verdad está en simplemente aprender a conectarnos con las emociones que no nos gustan, como el miedo, la soledad, el abandono, la rabia, tristeza o ansiedad. En resumen: aprendiendo a contener al niño interno. Esto implica empezar a madurar a nivel emocional y tener un proceso de exploración amoroso hacia lo que sentimos, de modo de ser capaces de sostenernos. La analogía está en abrazar y sostener a nuestro niño interno que tiene miedo y se siente solo en nuestro interior.

Problemas de comunicación

Es muy común que tengamos conflictos de comunicación con nuestra pareja, especialmente en lo relacionado con nuestras emociones y

¹⁴ Richard Idemon, *Astrología de las relaciones de pareja*, Barcelona: Urano, 1992.

sentimientos. No logramos que el otro nos entienda y se ponga en nuestro lugar. Tampoco acertamos en comprender al otro que tenemos al frente. Es habitual que aparezcan conflictos debido a reacciones que tiene cada uno, especialmente, a la hora de afrontar una situación que afecta a ambos.

La dificultad está en que pensamos que todos deben sentir de la misma forma que nosotros, lo que obviamente no pasa.

Nuestra Luna no solo nos indica qué buscamos en el otro para sentirnos amados, sino que también nos muestra nuestra forma particular de aproximarnos a las emociones, de procesarlas y de expresarlas.

Si nos encontramos con una pareja que tiene instrucciones lunares diferentes, lo más probable es que la forma de manejar las emociones y comunicarlas sean distintas y esto provocará conflicto. No nos damos cuenta de que el otro tiene su propia manera, intentamos siempre imponer la nuestra, con el objeto de que nuestra pareja se comunique igual que nosotros.

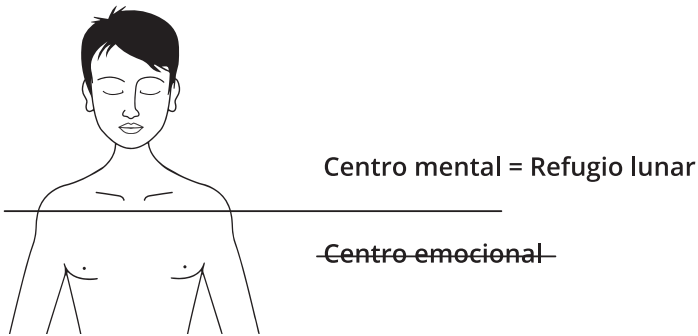
Como vimos, el elemento del signo de la Luna es el que nos va a indicar cómo la persona procesará sus emociones, cómo se aproximará a lo que está sintiendo y cómo esperará que su pareja también lo haga.

Ahora bien, para complementar lo dicho hasta ahora, veremos que existen cuatro formas básicas de sentir, desde el punto de vista de la Luna.

Luna en signos de aire

La clave para entender cómo los adultos con Luna en aire procesan sus emociones es tener claro que estas personas tenderán a escaparse al aire, es decir, a la mente y al pensamiento cuando están sintiendo algo que les afecta o les incomoda.

Esto lo logran porque separan su centro mental del centro emocional. El centro mental está regido por la mente y el pensamiento. Es un centro racional, desarrollado a nivel evolutivo para encontrar respuesta a los problemas que enfrentamos en el día a día. Se relaciona también con la comunicación y la expresión de las ideas. El centro emocional, como su nombre lo indica, tiene que ver con sentir las emociones y experimentarlas a nivel físico, ya que todas ellas tienen un correlato en nuestro cuerpo de manera individual.



El mecanismo de protección emocional para un adulto que posee una instrucción lunar aire radica en tratar de no experimentar físicamente, es decir, no sentir las emociones que lo están afectando. Lo que hace es refugiarse en la mente y el pensamiento, en un intento de racionalizar, de ser lógico, objetivo, de entender y buscar una respuesta para solucionar aquello. Tratará de desconectarse y desapegarse de lo que siente, ya que cuando lo hace percibe gran angustia, pues contradice su instrucción lunar que le pide mente y no emociones.

Estas personas quieren entender y no sentir. Por lo tanto, tienen un bajo umbral de tolerancia frente a la intensidad, de hecho, le temen al mundo emocional y a las sensaciones físicas que se producen.

Debido a este motivo, suelen comportarse de forma más desapegada y fría. No es que no sientan, todo lo contrario, son muy sensibles, sin embargo, no pueden soportarlas e inconscientemente actúan desconectándose. Las casas que tienen un sistema eléctrico antiguo, cuando sube la tensión, salta un fusible y se corta la luz. En este caso pasa lo mismo, cuando experimentan algo que los afecta, les salta un fusible interior que los hace salir de aquello que están viviendo para refugiarse en el plano mental.

El problema está en que las emociones no son racionales y por más que traten de analizar una situación y buscar una respuesta, el dolor no se acaba.

Un ejemplo podría ser cuando una persona con instrucción aire se enfrenta al dolor del término de una relación. Por más que trate de racionalizar lo que ocurre y de buscar una explicación, el dolor no va a disminuir. Como no baja, su mecanismo le sigue pidiendo que busque una respuesta, lo que estresa su mente, que no para de pensar. Cuando no logra encontrar una solución a aquello que le oprime, su sistema nervioso comienza a alterarse, debido al exceso de carga que está teniendo y a la profusión de pensamientos que experimenta.

La mayoría de las personas con esta instrucción tiene la tendencia a hablar de lo que le ocurre, tratando de expresar lo que cree que siente. Si uno las escucha, se va a dar cuenta de que hablan de la situación, pero no manifiestan de forma concreta las emociones que las perturban. Por ejemplo, dicen estar tristes, pero no se ve ninguna lágrima o expresión de tristeza en su cara.

Lamentablemente, esto hará que los demás no sientan empatía por ellas, en tanto ellas mismas tampoco se abrirán a sentir las emociones de los otros. Pueden escuchar e intelectualizar lo que le pasa al otro, pero no experimentarlo en sí mismas o dejarse invadir por esas emociones. En muchas ocasiones, la pareja de alguien que tiene la Luna en aire busca que la contengan no que les expliquen ni le den estrategias de cómo arreglar una determinada situación.

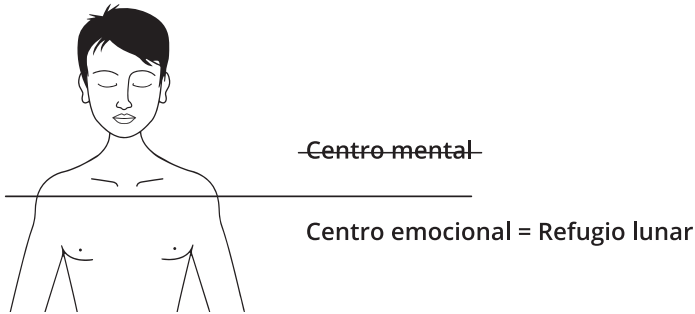
Estas personas fueron desarrollando esta forma de procesar sus emociones desde que eran pequeñas, por lo mismo muchas veces no saben lo que quieren y qué es mejor para ellas. Cuando deben tomar una decisión que las afecta a nivel emocional, comienzan a dudar porque están desconectadas de su *corazón*, tratan de tomar las decisiones desde la cabeza, pensando en cuál es la mejor forma de no equivocarse y no sentir dolor. “¿Me cambio o no me cambio de trabajo?” “¿Sigo o no sigo en esta relación?” “¿Qué es lo que quiero para mi vida?”

Lunas en signos de agua

Acá la forma de procesar las emociones es absolutamente contraria a la del aire. La seguridad está en quedarse atrapadas y enfocadas en el centro emocional, es decir, en la sensación física que la emoción produce. Estas personas se desconectan del centro mental, tanto así que es imposible que puedan encenderlo mientras la instrucción lunar esté activa. El mecanismo lunar prohíbe pasar al plano del pensamiento, es decir, a racionalizar o a explicarse lo que se está sintiendo. La persona simplemente permanece en su emoción, la cual incluso puede llegar a inundar y ahogar, pues no tiene cómo separarse de ella.

Cada vez que algo les afecta, lo primero que van a hacer es apagar el centro mental para quedarse atrapadas en el acuático mundo emocional.

Esta instrucción lunar ve a la objetividad como una amenaza. Le pide a la persona permanecer en el sentimiento, da lo mismo si este es agradable o desagradable. Conversar, racionalizar y explicarse que está pasando es algo que se encuentra negado, es más, produce angustia, pues contradice al mecanismo lunar.



Les cuesta mucho entenderse a sí mismas, observarse. Esto hace que muchas veces no tengan idea por qué están sintiendo lo que experimentan. Un diálogo típico podría ser:

- Tengo rabia.
- ¿Por qué?, ¿qué te pasó?
- No lo sé, he andado así toda la mañana. Solo sé que estoy idiota y prefiero no hablar de eso.

Hablar y comunicar es algo difícil de hacer. Partamos de la base que, si no se quiere pasar al plano mental para analizar lo que pasa, entonces va a ser muy difícil poder comunicar qué y por qué le está ocurriendo algo. Las Lunas en agua tienden a ser muy introvertidas y muchas veces se guardan dentro de sí lo que les ocurre.

Esperan que el otro empaticé y sepa lo que les ocurre sin necesidad de dar explicaciones, que pueda conectar con lo que ellas sienten de manera intuitiva. Además, que les entregue contención afectiva física y emocional, sin usar palabras para que se puedan sentir protegidas y seguras. Sentir tanto, sin poder poner límites a sus emociones, los hace experimentar una tremenda vulnerabilidad. Su Luna, en este contexto, lo único que busca es alguien que la contenga. Debido a eso tienden a ser más dependientes, apegadas a su familia y a su pareja. Estar solas y sentir esa falta de soporte, las angustia. En esos momentos van a preferir desconectarse de la realidad e irse a sus mundos imaginarios y mágicos, donde permanecen disociadas, pero sintiéndose seguras y contenidas.

Luna en signos de fuego

Las Lunas en este elemento funcionan de forma diferente a los dos anteriores. Su forma de procesar las emociones tiene que ver con transformarlas en energía o potencia, junto con experimentar una descarga energética de carácter físico.

Entran emociones como:

- Frustración
- Tristeza
- Abandono
- Impotencia
- Soledad
- Miedo



Sale:

- Energía
- Rabia
- Impulsividad
- Necesidad de movimiento
- Ansiedad (Caso Luna en Sagitario)

Flujo de transformación de las emociones para Lunas en fuego.

Las Lunas en fuego tienen completamente prohibidas las emociones que se transforman en una sensación de vulnerabilidad y fragilidad. Esas que físicamente las hagan sentir débiles y con menos potencia. El fuego es un elemento de acción y dinamismo, es energía. Los sentimientos de vulnerabilidad de alguna manera *apagan* su fuego interno, hacen que su confianza disminuya, la inseguridad se active, la tristeza se dispare y que la persona se paralice. Las personas con esta instrucción lunar no pueden soportar eso, por lo que transforman su vulnerabilidad en emociones que las empoderan y activan. La rabia les da mucha potencia y una fuerte presencia física. Es desagradable, pero es un millón de veces más cómoda para las Lunas en fuego que, por ejemplo, el abandono o la tristeza.

Además de esto, la Luna en fuego hace que estas emociones frágiles se transformen en mucha energía física. La persona se acelera cuando está triste, quiere moverse, actuar; le cuesta mucho quedarse quieta. Por eso detenerse y sentir lo que les inquieta les es muy difícil.

La combinación de la rabia y el exceso de energía física produce reacciones emocionales impulsivas, explosivas y apasionadas en ellos. Sus desbordes pueden herir o afectar a los demás o a su pareja. El fuego es un elemento muy centrado en sí mismo, por lo que estas Lunas no se dan cuenta de cómo sus acciones afectan al resto. En este caso, la explosión emocional es un ansiolítico muy potente, pues después del desborde suelen calmarse y hasta relajarse, ya que descargaron aquello que tanto los angustiaba.

La Luna en Sagitario es una excepción. Tiende a no explotar de rabia, sino a aguantarse las emociones que generen conflicto externo. Lo que provoca que su nivel de hiperactividad y energía aumente mucho. Además, se genera una gran ansiedad que tratan de apagar moviéndose, fumando, saliendo de fiesta, etc.

También tenderán a no empatizar y a no querer ponerse en el lugar del otro, pues no quieren sentir las emociones incómodas de su pareja. Además, al estar más centradas en sí mismas, simplemente, su foco de atención está puesto en ellas y no en el otro.



Luna en signos de tierra

Estas Lunas funcionan de forma completamente diferente. El mecanismo básicamente les prohíbe sentir emociones desagradables, pensar en ellas y expresarlas. A lo sumo se produce una breve racionalización que pone *paños fríos* a lo que las puede afectar, para después desconectarse y no perder más tiempo en lo que está ocurriendo. Da lo mismo si es tristeza, rabia, abandono, soledad, etc.

Desde pequeños aprendieron a crear corazas y fuertes mecanismos de defensa emocional para no conectarse, ni sentir aquello que les puede herir o doler. Hay una potente desconexión y rigidización emocional. Algo doloroso les puede ocurrir, pero inmediatamente se desconectan y ni siquiera se hacen conscientes de lo que está pasando internamente en su mundo emocional o con su niño interno. Normalmente, no les gusta desbordarse por rabia o por tristeza, muchas se niegan a llorar o a mostrar debilidad.

Las Lunas en tierra se refugian de sus emociones incómodas concentrándose en lo concreto, material y tangible; así como en cumplir sus objetivos. Se enfocan en la realidad y en llevar adelante sus tareas. Cuando algo les afecta a nivel emocional, lo *apagan* y se ponen a trabajar o a ordenar. Su instrucción les pide mantener una estructura, por lo que les gusta seguir una rutina y los cambios las alteran. Pueden ser rígidas y poco flexibles, especialmente, si ya habían planificado o acordado algo con otros.

Resumiendo, la Luna en aire descarga la energía emocional mediante el pensamiento y su sistema nervioso. La Luna en agua lo hace a través de la misma emoción que la embarga. El fuego mediante la impulsividad, rabia o movimiento. La Luna en tierra tiende a negar la descarga emocional y se va al cuerpo, esto hace que somaticen sus emociones. El cuerpo está asociado al elemento tierra, por lo tanto, la Luna manifiesta el desequilibrio emocional mediante algún dolor, síntoma físico o enfermedad.

Demos un ejemplo de estos cuatro elementos lunares interactuando juntos.

Pablo tiene Luna en el signo de Aries, que es de fuego. Francisca tiene su Luna en Cáncer que es de agua. Josefina tiene su Luna en Virgo que es de tierra. Ignacio tiene su Luna en Géminis que es de aire. Los cuatro trabajan juntos en una oficina y forman un equipo.

Esta mañana acaba de pasar algo que es común en la oficina. Pablo se comenzó a sentir miedo e inseguridad, pues estaban muy atrasados con los plazos de un proyecto. Inmediatamente esas

emociones se transformaron en una fuerte rabia que hizo que se acelerara y alterara mucho, y comenzó a gritar y culpar a los demás de la lentitud.

Francisca se sintió muy dolida y herida con la reacción de su compañero. Su reacción fue irse para adentro y un par de tímidas lágrimas cayeron por sus mejillas. Luego se sentó en su silla y estuvo callada casi toda la mañana, sufriendo por el trato de Pablo.

Ignacio, en cambio, se puso muy nervioso. Encontraba que eran muy injustas las acusaciones de Pablo y empezó a pensar en el proyecto para ver quién tenía más responsabilidades. Sin darse cuenta, se quedó pensando casi una hora, saltando de una idea a otra. Después salió a tomarse un café, tenía demasiadas ganas de contarle a alguien lo que había pasado.

Josefina en cambio ni se inmutó. “Otra vez el cavernícola se ha liberado”, pensó. “No tengo tiempo para estas estupideces inmaduras, mejor me pongo a trabajar y a resolver el atraso”. Se sentó y se enfocó en el trabajo casi toda la mañana. A mediodía, le dolía mucho el colón, que se le había inflamado en el intertanto.

Pablo, en cambio, se sintió muy aliviado después de su descarga. Los había puesto a todos en su lugar. Es verdad que a veces se enojaba bastante, “pero no era para tanto”, pensó, “los demás son demasiado sensibles”. Su humor rápidamente mejoró y se enfocó también en resolver el atraso.

Las personas experimentamos las emociones de forma diferente. Por eso nos es difícil entender cómo el otro no puede darse cuenta y actuar como necesitamos. Gran parte de los problemas de comunicación y falta de resolución de conflictos en la pareja se deben a instrucciones lunares diferentes.

Veamos otro ejemplo de cómo estas dificultades pueden afectar a una pareja:

Daniela es una mujer que tiene Luna en un signo de agua. Matías, su pareja, tiene su Luna en aire. Él no sabe cómo contener a su pareja que es muy sensible. Cada vez que la intenta ayudar, parece que termina haciendo las cosas peor. Con sinceridad, le pide que analicen la situación, que la hablen y que lleguen a una solución, pues nada es tan terrible para él. Pero en ese momento, Daniela lo acusa de ser un frío y mental, y de no comprender todo lo que le duele y afectan las cosas.

A Matías nunca le ha gustado mucho eso de sentir exceso y prefiere ser práctico, racional y buscar soluciones. Justamente por eso se siente asfixiado con los desbordes emocionales de ella (esa es la

manera con la que suele nombrar a la forma de actuar de Daniela, cuando ella llora o se enoja). Después de un rato, Matías se siente superado y le dan ganas de alejarse, por lo que se comporta de manera más fría y racional. Esto le duele muchísimo a Daniela, ya que lo único que espera es un fuerte abrazo o que él se ponga en su lugar y le diga que la entiende, por lo que más se apega a Matías, dado que más angustiada y abandonada se siente. Su Luna en agua le pide ser contenida por su pareja.

En el ejemplo, lo que Matías le pide a Daniela es que ella contradiga su instrucción lunar; pues esta forma de protección le prohíbe racionalizar y ser objetiva. Ella le solicita lo mismo a él, pues la Luna de Matías no quiere sentir nada y menos ponerse en el lugar del otro para experimentar algo desagradable. Acá ninguno de los dos tiene la razón, son formas diferentes simplemente.

Pareja y aprendizaje

Tenemos que entender que la pareja que nos atrae no es porque sí, no es un accidente. No es mala suerte ni tampoco un castigo que tengamos parejas que funcionan de una forma emocional diferente a la nuestra.

La vida es sabia y por eso nos atrae la persona que nos puede ayudar a aprender y a integrar algo de nosotros que no queremos mirar o reconocer. Nos invita a la evolución e inconscientemente vamos a sentirnos atraídos por parejas que nos lleven a mirar y a hacernos cargo de nuestro mundo lunar.

Si tenemos una pareja que funciona diferente a nivel lunar, debemos agradecer a la vida pues nos está dando un gran regalo. Aquello que nuestra pareja nos critica, es de cierta forma un reflejo de lo que tenemos que aprender. Aunque sea más cómodo no hacerlo y creer que el otro está mal y que quizás con otro compañero o compañera uno puede ser más feliz. Sin embargo, muchas veces cambiamos de pareja y los problemas siguen siendo los mismos. Ahí las excusas con respecto al otro se empiezan a acabar. Debemos aprender a hacernos responsables de nosotros mismos, solo así podremos evolucionar y liberarnos de comportamientos inconscientes que nos limitan.

Las personas con Luna en agua tienen que aprender a ponerse límites emocionales, a autocontenerse, a ser más objetivas y a desapegarse. A hacer el ejercicio de *mirarse desde afuera*, para poder ver que muchas veces son ellas las que sobrerreaccionan o se desbordan demasiado. Si entienden y expresan sus emociones, podrán tener un trato más honesto con el otro. También es fundamental que suelten el apego

y no esperen que su pareja sepa y se adelante a sus necesidades, si logran aprender a estar más solas y contenerse a sí mismas habrán avanzado mucho en su camino evolutivo.

Las personas con Luna en aire tienen que conectarse con lo que sienten para así escuchar a su corazón. En la mente no están todas las respuestas. Tienen que soltar el miedo a sentir las emociones desagradables. De esta manera, podrán ser más empáticas consigo mismas y con los demás. En lugar de buscar una explicación a lo que les incomoda, deberían aprender a conectarse y sentirlo, pues en la observación consciente de la sensación física que trae aparejada la emoción encontrarán el camino hacia la verdadera calma. Es positivo que puedan ser más empáticas y que cultiven la capacidad de sentir lo que les pasa a los otros, sin buscar hablar o dar respuestas.

Las Lunas en fuego tienen que aprender a manejar su ansiedad, impulsividad y necesidad de movimiento. Ser capaces de sostener y sentir emociones de vulnerabilidad, quedarse más tranquilas y experimentarlas. Así podrán bajar su velocidad, ser más empáticas y consideradas con los demás. Es importante que aprendan a darse cuenta de su tendencia a ser más individualistas y centradas en sí mismas. Como les cuesta ver las emociones de los otros, les es muy difícil escuchar y ponerse en el lugar del que tienen al frente, así como canalizar su tremenda energía sin llegar a explosiones emocionales con su pareja, entendiéndolo que la rabia acumulada dentro de sí no es responsabilidad de esta.

Las Lunas en tierra tienen que desrigidizarse y desarmar las estructuras defensivas que construyeron a nivel afectivo, aprendiendo a conectarse con sus emociones y dándose permiso para sentir y expresar. De esta forma no somatizarán tanto lo que sienten, cultivarán la flexibilidad con su pareja, aceptando el cambio y la posibilidad de que no todo sea de la *forma correcta*. Tienen que darse permiso para disfrutar más de la vida, no exigirse tanto, ni exigir tanto a su pareja. Observar su tendencia a trabajar en exceso o a sobrecargarse de responsabilidades, conductas que las llevan muchas veces a la extenuación o a la frustración cuando los demás no valoran su esfuerzo.

Es vital que entender que la clave no está en buscar la carta natal de la pareja para averiguar su Luna y decirle qué es lo que tiene que resolver. Es tentador, lo sabemos, y aunque todos los que estamos en el proceso de aprender astrología lo tendemos a hacer asumiendo una actitud de predicador, no es adecuado decirle al otro cómo lo tendría que hacer. El problema está en que esto no funciona, pues es muy complejo obligar a alguien a ir en contra de lo que su Luna pide, pues esta es la forma que la persona tiene de protegerse del vacío y de la soledad.

El proceso de transformación tiene que provenir de un deseo que surja desde su conciencia y desde un llamado a la libertad, por lo que eso no se puede forzar. De la misma forma que nuestra pareja tampoco nos puede obligar a nosotros. El paso está entonces querer cambiar uno mismo y resolver la propia instrucción, con conciencia¹⁵.

Muchas instrucciones, muchos conflictos

Hasta ahora hemos hablado en profundidad de la gran traba que representa una Luna no sanada en las relaciones de los adultos, cómo nos restringe en nuestra forma de experimentar otras formas de amor, cómo afecta a nivel comunicacional y cómo nos limita a abrirnos a empatizar con las reales necesidades emocionales del otro. Sin embargo, existe otro factor muy importante del cual no hemos hablado y que va a tener un poderoso efecto en nuestra forma de vincularnos y en las dinámicas de nuestras relaciones: no tenemos una sola instrucción lunar, sino múltiples.

Pero ¿cómo puede ser que tengamos más de una instrucción? ¿Acaso con una no basta?

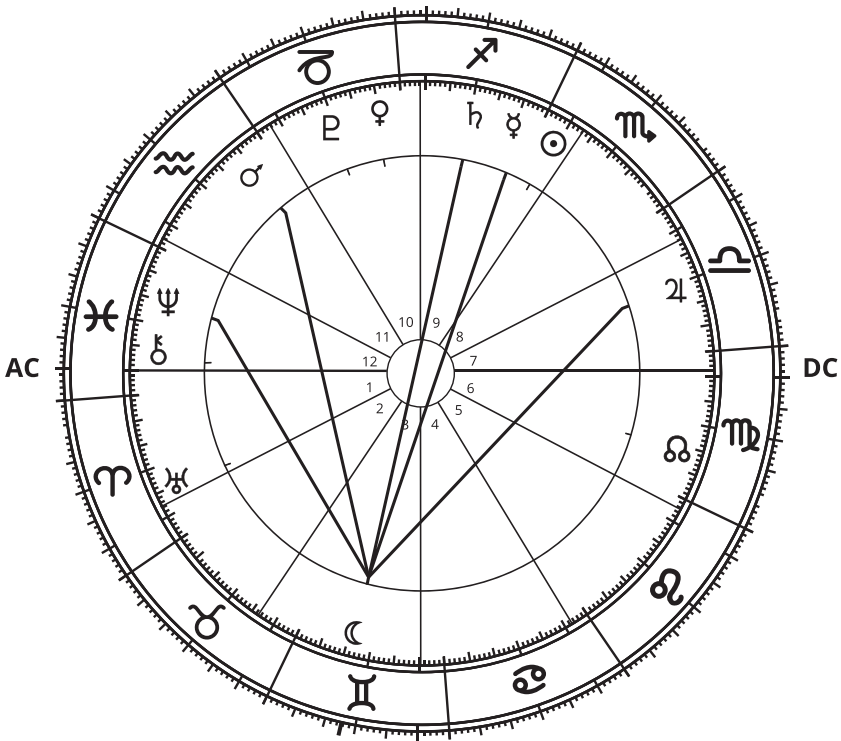
La explicación de esto radica en los aspectos técnicos de la astrología: los planetas se relacionan entre ellos, todo está interconectado y cada pieza individual es a la vez parte de un sistema más grande. La Luna no opera sola y, dependiendo de cada persona, va a ir teniendo diversas interacciones con otros astros. Cada interacción que la Luna puede tener con otro planeta genera una instrucción lunar, es decir, otro apego.

Tal como hemos explicado antes, la carta astral de nacimiento se construye haciendo cálculos que dependen de la fecha, la hora y la ciudad de nacimiento. Por lo que cada carta es bastante particular y de cierta manera única, pues un factor de hasta cinco minutos podría cambiar su construcción. Para determinar cuántos planetas se relacionan con la Luna se hacen cálculos matemáticos que indican un factor de interacción en relación con el ángulo que forman los dos planetas con respecto a la Tierra, estos ángulos en astrología se llaman aspectos. Al tomar en cuenta no solo el elemento y el signo, sino también los aspectos podemos determinar el número de instrucciones asociadas a la Luna.

¹⁵ Al final del capítulo de la Luna se darán consejos y formas que pueden ayudar a resolver estos temas para cada signo.

¿Con cuántos planetas la Luna va a tener aspectos? Para cada persona el número es aleatorio, no obstante, desde el punto de vista de la astrología evolutiva, esto no sería tan así, pues la cantidad de aspectos que tenga la Luna tendrá relación directa con los temas del pasado que arrastra el alma. En palabras simples, podríamos decir que cada alma tuvo en el pasado no uno sino varios apegos emocionales y como somos seres que en general se niegan a evolucionar, los seguimos arrastrando. Nos aterra soltar porque nuestra seguridad está en lo conocido y por eso nos resistimos a cambiar.

El número de aspectos varía de persona en persona y se relaciona con la cantidad de interacciones que la Luna tiene con los otros planetas. A nivel visual, los aspectos en la carta natal son las líneas que unen a la Luna con otros astros.



Aspectos (instrucciones) que tiene la Luna con otros planetas en una carta en particular.

Cada instrucción se relaciona también con un elemento específico, dependiendo del planeta con el que hace aspecto.

- Luna aspectada al Sol – asociado al elemento fuego.
- Luna aspectada a Mercurio – asociado principalmente al elemento aire¹⁶.
- Luna aspectada a Venus – asociado principalmente al elemento tierra¹⁷.
- Luna aspectada a Marte – asociado al elemento fuego.
- Luna aspectada a Júpiter – asociado al elemento fuego.
- Luna aspectada a Saturno – asociado al elemento tierra.
- Luna aspectada a Urano – asociado al elemento aire.
- Luna aspectada a Neptuno – asociado al elemento agua.
- Luna aspectada a Plutón – asociado al elemento agua.

Por lo tanto, podemos tener combinaciones de instrucciones lunares de uno, dos, tres y hasta de cuatro elementos distintos.

Algunos ejemplos.

- Francisca tiene Luna en Leo, aspectada a Neptuno, por lo que tiene una instrucción lunar de fuego y una de agua.
- Jacinta tiene Luna en Libra, aspectada a Urano, Neptuno, Plutón y Saturno; por lo que tiene dos instrucciones lunares de aire, dos de agua y una de tierra.
- Roberto tiene Luna en Capricornio, aspectada a Saturno, Marte, Júpiter, Plutón y Urano; por lo que tiene dos instrucciones lunares de tierra, dos de fuego, una de agua y una de aire.

A más instrucciones lunares, más dependemos de varios factores para sentirnos seguros y contenidos. Debemos recordar que las instrucciones lunares tienen que ser cumplidas, de alguna forma u otra, sin excepción.

El problema justamente recae en que entre más instrucciones existan, más baja va a ser la probabilidad de que todas ellas se lleven bien, pues como hemos visto, cada elemento pedirá cosas distintas. Es muy

¹⁶ Dependiendo de los signos de la Luna y Mercurio, esta combinación puede estar también conectada con el elemento tierra.

¹⁷ Dependiendo de los signos de la Luna y Venus, esta combinación puede estar también conectada con el elemento aire.

frecuente que estas incluso se contradigan, por lo que es muy seguro que surjan problemas en las relaciones de pareja. Por lo tanto, ¿cómo lo podemos hacer para cumplirlas todas?

Demos un ejemplo de esto, hablando del pequeño Diego:

Este niño de tres años tiene dos instrucciones que se contradicen, una es de fuego, la otra es de agua. Una le pide moverse, salir de aventuras y explorar. La otra le dice que debe quedarse en el hogar, cerca de su madre. Esta, sin saber nada de astrología, se puede dar cuenta de que hay una tensión dentro de su hijo. A veces es muy apegado a ella y no quiere soltarla, pero después de un rato comienza a alterarse y a moverse insistentemente. Esto va intensificándose hasta que el pequeño se aleja del alcance de la madre y explora el entorno un rato. Muchas veces se distancia más de la cuenta, pero cuando se encuentra solo y siente que extraña la seguridad materna, se pone a llorar o simplemente vuelve alterado a su lado. La madre se da cuenta de que es muy difícil que Diego realmente se quede contento, no importa si permanece tranquilo con ella o si se pone hiperactivo y sale a recorrer.

Ahora podemos imaginar que tenemos una máquina del tiempo y nos vamos a ir 25 años al futuro. Ahora Diego tiene 28 años y sigue experimentando lo mismo que su mamá podía ver cuando era pequeño, pero en la actualidad, esto afecta sus relaciones de pareja.

Con su novia está viviendo un problema que hace que no se sienta a gusto en la relación. Ocurre que tiene una fuerte tendencia a apegarse mucho a ella y a pasar mucho tiempo juntos. Él no es consciente de esto. De lo único que se da cuenta es de la incomodidad que experimenta después de un tiempo y que le hace sentirse aburrido y encerrado en la relación. Sin darse cuenta, su trato hacia ella cambia y se siente molesto. Casi al mismo tiempo le dan unas ganas impulsivas de alejarse de su novia y de ir hacer las cosas que le gusta hacer separado de ella; principalmente salir solo o irse de aventuras a algún cerro alrededor de la ciudad.

El problema surge justamente cuando está realizando estas actividades. Al principio todo va bien, pero después comienza a extrañarla y se siente solo. Esto hace que muchas veces no termine las aventuras en las que se embarca o las acabe antes de tiempo (y deje de disfrutar de ellas), a fin de volver pronto con su pareja.

Cuando regresa, se apega nuevamente; pero después de un tiempo se siente ahogado otra vez. Esto no permite que la relación se establezca y que fluya de manera armónica. Además de confundir bastante a su novia, que lo acusa de ser un *bipolar* emocional.

Esto no solo le ocurre a Diego, sino que a todas las personas que tienen instrucciones lunares contradictorias. Por un lado, una parte de ellas les pide algo y luego otra parte quiere algo diferente. Esta situación la viven muchas parejas. El tipo de conflictos que surgen y los efectos que tienen dependerá de la naturaleza de los aspectos involucrados. Aunque la persona se dé cuenta de esta dinámica interna, no suele hacer nada por mejorarla y a menudo se descarga con la pareja que está al frente, quien muchas veces no tiene ninguna responsabilidad, pero sufre las consecuencias de estos comportamientos contradictorios.

Rechazo y proyección

El hecho de que tengamos múltiples apegos emocionales no solo genera un fuerte conflicto interno, otra cosa que suele ocurrir es que una parte de nuestra personalidad se tiende a identificar más con ciertas instrucciones en desmedro de otras que siente ajenas. Esto ocurre cuando una de ellas es percibida como muy antagónica a aquellas cualidades con las que la personalidad se ha identificado. Si la identificación es muy fuerte, puede pasar que solo una domine todo el escenario y que el resto quede relegado a la sombra. En los casos en que esto ocurre, la instrucción principal suele tener relación con el signo de la Luna, ya que este representa a la *madre* o a la *matriz* del resto de las instrucciones y nuestra dependencia hacia él es muy fuerte. Contradecir la instrucción asociada al signo de la Luna es demasiado doloroso y es significado como un acto de rebeldía con un costo muy alto.

En todo caso, esto no siempre es así. Puede pasar que existan dos tipos de instrucciones contrarias al signo lunar (por ejemplo, que pertenecen a un elemento opuesto). No es raro que la instrucción lunar rebelde le haga un “golpe de Estado” a la Luna y le prohíba a la persona adoptar una personalidad emocional ligada a su energía madre. Es este caso la instrucción secundaria se transforma en la protagonista de su vida. En mi experiencia, esto suele pasar cuando la Luna tiene una potente instrucción secundaria de tierra o agua como por ejemplo un aspecto con Saturno o Plutón¹⁸.

Cuando se rechaza una instrucción lunar, ya sea por signo o por aspecto, la persona no querrá hacerla propia y tenderá a evitar esos

¹⁸ Es muy común ver esto cuando la Luna está aspectada, sobre todo con cuadratura, oposición, conjunción o quincuncio con Saturno o Plutón. De hecho, vamos a tener dos capítulos más adelante, dedicados a ver qué es lo que pasa cuando Saturno y Plutón están conectados al mundo emocional.

comportamientos o apegos, tanto así que puede llegar a definirse de una forma totalmente contraria. Entonces ¿qué pasa?

Lo que ocurre es que aparecen personas en la vida que le entregarán la energía y el apego que está negado, otros cuya misión será ejecutar las cualidades rechazadas por la conciencia. De hecho, se sentirán profundamente atraídas por quienes encarnen estas energías. Como es obvio no se trata de un proceso consciente, no es que la persona diga “esta instrucción lunar no me gusta, así que voy a buscar a alguien que la pueda expresar por mí”.

Buscar en otro algo que no acepto en mí mismo se llama en psicología “proyección” y es un mecanismo de defensa mediante el cual atribuyo a los demás características mías sean positivas o negativas. Son cosas que resultan inaceptables o que producen angustia, ansiedad o, sencillamente, las proyectamos porque la imagen que tenemos de nosotros mismos no acepta que tengamos esas cualidades (incluso aquellas buenas).

Las relaciones de pareja son el espacio donde más tendemos a proyectar instrucciones negadas o que no aceptamos. El problema es que como no las queremos reconocer como propias ni queremos vivirlas, también nos vamos a resistir a que nuestra pareja nos haga experimentarlas. ¡Vaya conflicto!

Demos un ejemplo para mostrar cómo esto ocurre en un adulto:

Francisca tiene su Luna en Capricornio que es un signo tierra, además tiene dos otras instrucciones de tierra y solo una de fuego. En el caso de ella, su personalidad emocional se configuró de manera bastante apegada a la tierra. Es una mujer trabajadora y ordenada, su preocupación principal cuando salió de la universidad era comprarse un departamento propio. Trabajó mucho para lograrlo y ahora que lo tiene, pasa bastante tiempo manteniendo su hogar lo más bello posible. No le agradan los cambios y prefiere vivir la rutina del día a día. Tampoco le gusta mucho alterarse y prefiere evitar el conflicto de ser necesario.

Podemos ver que su instrucción de fuego está absolutamente negada. Esta le pide moverse, explorar, salir de la rutina y tomar decisiones más bien impulsivas, pero ella trata de alejarse lo más posible de estas peticiones.

Cada instrucción lunar debe ser vivida por la persona y, si eso no ocurre, otro miembro de su mundo afectivo lo hará. Durante su infancia la hermana menor de Francisca fue la encargada de entregársela. Ella era desordenada, impulsiva y bastante peleadora. Siempre estaba molestando a Francisca, desarreglándole sus juguetes (que ella tanto se preocupaba de mantener ordenados),

así como gritándole y diciéndole cosas molestas. Lo más insoportable era que cuando estaba jugando a las muñecas y tenía todo servido en la mesa para que Barbie y sus amigas disfrutasen, aparecía su hermana gritando que quería jugar y desmontaba todo lo que Francisca había armado con tanto esfuerzo. Muchas veces tuvo conflictos con sus padres a causa de su hermana.

Ahora Francisca tiene 29 años, adora a su hermana, pero trata de evitarla lo más posible, pues cada vez que ella aparece, los problemas y el desorden la acompañan. Sin darse cuenta, Francisca necesita en su vida esa energía disruptiva e impulsiva. La forma que ha tenido de lograr esto es atrayendo hombres que se la entreguen. No sabe por qué se siente atraída por estos hombres más bien valientes e impulsivos, y deja de lado a otros mucho más tranquilos y estables por considerarlos excesivamente aburridos. El problema es que después de un tiempo se siente sobrepasada por la *inmadurez de estos*, pues al final traen caos a la vida estable y ordenada, que ella tanto se ha preocupado de construir.

A continuación, otro ejemplo para ilustrar mejor el impacto que esto tiene en las relaciones de pareja.

Isabel es una mujer de 35 años y está bastante ofuscada con el amor. Siente que tiene mala suerte en sus relaciones, pues las últimas parejas que ha tenido han sido todos unos “dramáticos celosos y posesivos”, como los suele llamar, con los cuales no es posible dialogar cuando tienen alguno de sus ataques de celos. Ella no puede entender por qué siempre le pasa lo mismo, sobre todo a ella, una mujer tan independiente y racional, que raramente se permite desbordes emocionales, pues trata de ser lo más desapegada posible de lo que siente, ya que considera que muchas emociones son simplemente infantilismos y no tiene tiempo ni energía que perder en ellas.

¿Por qué le ocurre esto?

La respuesta está en que ella se identificó desde pequeña con la instrucción de su signo lunar, Acuario, es decir, con el elemento aire y rechazó una potente instrucción de agua que también tiene. Esta última le pide sentir emociones con gran intensidad y apegarse con fuerza a los otros. Al identificarse con el aire, ella armó una personalidad emocional bastante desapegada de los demás y de sus sentimientos. Prefiere entender lo que siente y buscar una explicación, más que dejarse de llevar por estos, sobre todo si los encuentra irracionales.

Pero su instrucción de agua quiere ser vivida o la angustia emocional aparece. Por lo tanto, ella atrae a su vida hombres con

fuertes instrucciones de agua, hombres muy apegados a nivel emocional, por no decir posesivos que se dejan llevar mucho por lo que sienten. Esto hace que se comporten de forma más bien *irracional* cuando experimentan una emoción poderosa como los celos.

La desconexión de Isabel hacia su propia instrucción de agua hace que le cueste mucho ponerse en el lugar del otro, sobre todo cuando se trata de emociones que ella definiría como sin sentido. Le falta empatía con el otro. Un ejemplo claro de esto es cuando deja solas (y por bastante tiempo) a sus parejas en reuniones sociales para partir con alguno de sus múltiples amigos cercanos, ella no puede comprender cómo su pareja se puede poner celosa y no le basta con que ella le explique que no siente nada amoroso por esos amigos.

Instrucciones lunares de dolorosas y sus efectos

Hasta este momento nos hemos referido a las instrucciones lunares como elementos clave en la seguridad emocional personal. Sin ellas habríamos caído durante nuestra infancia en una constante sensación de abandono, soledad y vacío, o sea lo que menos queríamos experimentar. Fue la Luna y sus instrucciones las nos salvaron de ese dolor insoportable.

De forma natural, tendemos a pensar que las instrucciones lunares nos tienen que pedir algo agradable y nutritivo. La verdad es que muchas de ellas lo hacen, pero también hay otras que no. Estas últimas nos pedirán que repliquemos experiencias que nos van a causar dolor. Sí, aunque suene increíble, hay emociones dolorosas que nos hacen apegarnos a cosas que nos hacen daño con tal de no experimentar el vacío.

¿Cómo es posible que pase esto?

Para comprender esta situación tenemos que retomar algo planteado anteriormente: la soledad es la capa más profunda del dolor emocional que podemos llegar a sentir. Es decir, lidera el ranking de las emociones desagradables que no queremos experimentar.

Catalina es una mujer que está atrapada en una relación dramática y dolorosa. Lleva años de amante de un hombre que está casado y con el cual puede solo compartir momentos de amor. Discute constantemente con él, exigiéndole que termine con su esposa. Él vive prometiéndole que lo va a hacer, pero nunca lo hace. Catalina sufre por esto. Numerosas veces ha intentado terminar

con la relación, pero no puede, algo en ella no lo permite. El vacío y la soledad que siente cuando queda sin él es demasiado grande para soportarlo, por lo que prefiere volver y continuar la relación tortuosa que tiene. Bueno, justamente ella tiene una instrucción lunar que pide drama y sufrimiento en los vínculos, la que podríamos clasificar como una instrucción dolorosa. Por más que se queja de su situación, no se ha dado cuenta de que le es más tolerable sostener el drama, que alejarse de este y sentir el vacío de la soledad.

Lo que quiero plantear es que van a haber apegos lunares que ofrecen una protección contra el vacío, pero a costo de sentir algo doloroso e incómodo. Es como si tuviésemos un malestar crónico en la espalda, que no podemos aguantar y lo que hacemos es pegarnos en el dedo gordo del pie. Duele, pero es un dolor más tolerable que además desvía nuestra atención del crónico de la espalda.

Dolor y el pasado del alma

Para comprender por qué vamos a buscar y nos vamos a pegar a algo doloroso es fundamental usar a la astrología como un mapa de nuestro proceso evolutivo. La carta natal nos habla de lo que nuestra alma conoce y a lo que está apegada porque le parece seguro. Nos muestra lo que nuestra alma trae a esta encarnación: recuerdos, conductas y espacios conocidos. En ese sentido, la Luna y su configuración de instrucciones nos hablan básicamente de:

- Cómo nos protegíamos del dolor emocional en un pasado previo a esta encarnación.
- De qué forma estábamos acostumbrados a manejar los vínculos emocionales profundos en nuestro pasado.

En el marco del camino del alma, según la astrología psicológica y evolutiva, la instrucción lunar es un elemento clave de la seguridad en un pasado anterior a esta vida. Dependemos de lo que fuimos antes para sentirnos seguros ahora, son apegos no resueltos, que aparecen tempranamente en la vida. Bueno, esos apegos del pasado no tienen por qué haber sido todos cómodos y maravillosos. El dolor es una enorme fuente de apego. Mucha gente se queja de lo que le causa sufrimiento en sus vidas, pero se enfurece y se resiste ante la posibilidad de soltar esa fuente de dolor. Eso muestra que hay apegos emocionales lunares que son necesarios, pero que van a causar muchísimo sufrimiento en nuestra infancia y no podemos evitarlos porque son los únicos que conocemos e instintivamente activamos.

Son dolorosos porque atentan contra aquello que todo niño necesita en su infancia: amor protector, nutritivo, estable y continuo. Por ejemplo, la instrucción Luna en Capricornio o Luna aspectada con Saturno le va a pedir al niño que no dependa de nadie y se las arregle solo, esto causará gran dolor porque más allá de lo que el apego pide, los niños pequeños necesitan que los cuidan y protejan. De la misma forma, todas las instrucciones lunares dolorosas exigen algo que va en contra del ideal de refugio infantil y que, a la vez, está asociado con lo que el alma conoce. Veamos un ejemplo más detallado para que quede claro.

Diego es un niño de cinco años y tiene una Luna en aire en el signo de Acuario, esta es una instrucción lunar que podemos considerar dolorosa y que suele generar dificultad en las relaciones de pareja en el adulto. Si analizamos su carta natal como un mapa del pasado de su alma, podemos ver que su mundo emocional trae una profunda herida de abandono. Su alma está acostumbrada a no apegarse emocionalmente y a huir cuando empieza sentirse conectada con un otro. Además, tiene el hábito de ser muy mental, fría y racional con sus emociones. Todo esto constituye una estrategia que se desarrolló en el pasado previo a esta encarnación como una forma de protegerse frente al abandono.

Desde bebé su instrucción Luna en Acuario le pidió que buscara el cambio y la inestabilidad emocional en el vínculo con su madre para sentirse seguro. El problema fue que, al hacerlo, vivió un amor discontinuo con ella: a veces esta estaba presente y otras veces no. Así podemos ver que lo que le pedía su Luna en Acuario para sentirse seguro, atentaba directamente contra lo que es nutrición y seguridad en un niño pequeño.

Entre más dolor siente Diego, más se apega a su Luna en Acuario que le dice: “desapégate, desconéctate, no te vincules emocionalmente a otros, porque te van a dejar y eso va a doler. Deja tú antes de que los demás te dejen a ti”.

Frente a este escenario, podemos suponer de Diego de adulto tendrá dificultades para encontrar estabilidad y continuidad en sus relaciones, y su tendencia será huir cuando sienta que se está enamorando o cuando haya mucha estabilidad en sus vínculos.

Las instrucciones lunares dolorosas

A continuación, detallamos las principales instrucciones lunares que suelen generar más dolor en la infancia y que nos piden que nos apeguemos a algo que causará conflictos en las relaciones de pareja.

Estas instrucciones se relacionan con ciertos signos donde la Luna puede estar ubicada o con los planetas con los cuales tenga aspectos disarmónicos¹⁹.

- *Luna en Escorpio o aspectada disarmónicamente con Plutón:* genera una instrucción de apego al drama, al conflicto, a la intensidad, a los celos, a la manipulación y a las luchas de poder en las relaciones. Nos habla de un alma que trae una enorme necesidad de ser amada, cuidada y protegida, que buscó esta intensidad dolorosa en los vínculos con su madre, con la que vivió una relación que oscilaba entre el amor y el odio.
- *Luna en Acuario o aspectada disarmónicamente con Urano:* genera una instrucción de inestabilidad, desapego y no compromiso en los vínculos. Un gran miedo a amar, a conectarse y a relacionarse profundamente con el otro. Nos habla de un alma acostumbrada a estar sola que prefiere no amar intensamente para no sentir el dolor del abandono que vivió con la madre.
- *Luna en Capricornio o aspectada disarmónicamente con Saturno:* genera una instrucción de frialdad y desconexión emocional que pide construir una barrera de protección para no vincularse con el otro, por miedo a ser rechazado y criticado, como les ocurrió con su madre. Estas personas suelen relacionar el amor con la exigencia y el esfuerzo, a veces son ellas las demandadas y se esfuerzan en el amor, y otras son las exigentes que nunca se sienten satisfechas.
- *Luna Aries o aspectada disarmónicamente con Marte:* genera una instrucción que vincula amar con discutir y pelear. Estas personas suelen actuar a la defensiva con aquellos que más aman, buscando confrontaciones en sus vínculos. Con su madre tuvieron una relación con muchas discusiones y peleas y es frecuente que hayan sentido que esta no les dejaba ser libres.
- *Luna Piscis o aspectada disarmónicamente con Neptuno:* genera una instrucción que en sí misma no es dolorosa, pero que no existe en el mundo real. La instrucción sueña con una infancia donde solo haya amor, nutrición, compasión, alegría y fantasía; un mundo sin dolor, agresión, limitación o tristeza. Como esto es imposible, esta persona sufrió al no poder satisfacer todo el tiempo su instrucción lunar. En las relaciones, este tipo de Luna produce la tendencia a idealizar a la pareja, para luego decepcionarse; o bien el deseo de

¹⁹ La Luna aspectada en cuadratura, oposición, quincuncio o en conjunción a estos planetas.

que una pareja nos salve de la soledad. Se expresa en una pérdida de los límites personales y una sobreadaptación al otro. Con la mamá se tuvo una relación muy simbiótica, al punto que el niño hizo propios los miedos al abandono y la falta de amor que pudo haber experimentado su madre.

No somos conscientes de cómo funcionamos apegados a estas experiencias de dolor, cómo las buscamos sin darnos cuenta, repitiéndolas una y otra vez. Lo más seguro es que de adultos atraigamos a nuestra vida personas que nos las hagan vivir. No nos percatamos de que somos nosotros mismos los que atraemos a cierto tipo de personas para vivir determinadas experiencias. Lo incómodo y doloroso que experimentamos en nuestras relaciones lo calificamos como mala suerte o simplemente como algo molesto que nada tiene que ver con nosotros. Culpamos una y otra vez a la persona que tenemos al lado, creyendo que es la responsable de nuestra infelicidad en el vínculo²⁰.

La familia que nos tocó

Existe una fuerte relación entre las instrucciones lunares y la familia en la que nacemos. En este punto estamos ingresando a un mundo más complejo y abstracto, dejamos atrás la idea de que nacemos como hojas en blanco y que es a causa de las experiencias que hayamos vivido en la infancia (en especial aquellas con nuestros padres) que somos quienes somos. Dicha visión de fundamenta en una perspectiva más clásica de la psicología que responsabiliza a nuestros padres de los traumas que sufrimos en la infancia.

Como ya hemos visto, el objetivo de este libro es dejar de culpar a factores externos de nuestras dificultades, para asumir nuestra propia responsabilidad.

Pero, ¿qué responsabilidad podía tener yo, que era un bebé, en las acciones y actos de mis padres?

La explicación está en que nuestra familia, el medioambiente emocional del hogar, la forma de nutrir de mamá y los sucesos que nos marcaron están normalmente conectados con nuestras instrucciones lunares, ya sean agradables o dolorosas. Todo esto

²⁰ En los capítulos 3, 4, 5 y 6 del libro estudiaremos en detalle a la gran mayoría de estas instrucciones lunares dolorosas, ya que es absolutamente clave sanarlas para tener mejores relaciones de pareja.

posee una forma que refleja tanto al signo de la Luna del niño²¹, como al resto de sus instrucciones. Para sobrevivir en la infancia vamos a necesitar que estas se cumplan y nuestra familia es la que nos la va a entregar. Nacemos en la familia perfecta que nos da aquello de lo que dependemos y que nos es conocido desde un pasado del alma.

Demos un ejemplo para que quede más claro:

Felipe es un niño de cinco años que tiene una fuerte instrucción lunar de fuego, dada por su Luna en Aries. Su personalidad es fuerte, se enoja rápidamente si las cosas no son como quiere o si se le dice que “no” a algo. Su instrucción no solo le pide tener la razón, sino que también discutir y pelear para sentirse querido y seguro.

El pequeño nació en la familia perfecta para esto. Su madre también tiene personalidad fuerte y dominante. A ella le gusta que las cosas se hagan como ella quiere y tiende a enojarse rápidamente y a subir la voz cuando algo no le parece.

Muy pronto madre e hijo chocan. La madre intenta controlar todo el tiempo los comportamientos de su hijo y lo regaña de forma constante. Él no se queda tranquilo, sino que le discute con fuerza. En la casa es habitual escuchar las fuertes discusiones entre ambos. Su madre le entrega de forma constante la instrucción que Felipe necesita.

Si habláramos con Felipe de adulto, probablemente nos diría que su mamá siempre fue una peleadora que se molestaba por todo, pero no verá que es él el que necesitaba esto. Tampoco se va a dar cuenta de que esas mismas discusiones las tiene relacionadas con el amor, y es muy probable que tampoco note que busca parejas parecidas a su madre: mujeres que también le discuten. Simplemente se va a quejar que todas las personas que lo quieren lo tratan de controlar y de reprimir. No se ha dado cuenta de que es algo que él también tiene y que, de hecho, está apegado a ello.

En todo caso, hay excepciones: puede pasar que el ambiente familiar o la madre no representan de forma natural lo que pide la instrucción lunar principal del niño, la que, como vimos, suele estar asociada al signo de la Luna. En estos casos, son los mismos niños los que van a modificar la forma de actuar de mamá y del hogar de manera que se cumpla lo que su Luna asocia con seguridad.

²¹ Para estudiar en detalle la Luna en cada signo y entender cómo era el ambiente familiar y la relación con la madre, en mi escuela online (astroterapeutica.cl) podrás encontrar breves cursos dedicados a cada signo lunar.

Veamos un ejemplo para aclarar este punto.

Trinidad es una niña con la Luna en Aries al igual que Felipe y, como ya vimos, esta instrucción le pide moverse mucho, discutir y pelear. La diferencia entre ambos niños está en que Gloria, la mamá de Trinidad, durante toda su vida fue una mujer más bien tranquila, paciente, que evitaba las discusiones. Sin embargo, su forma natural de ser fue cambiando en la medida en que Trinidad fue creciendo. Desde pequeña la niña se enojaba mucho y desafiaba a su madre, no quería obedecer y le discutía por todo. Gloria al principio actuaba con paciencia, respondiéndole de manera tranquila, pero de alguna forma esto alteraba más a la niña. Con el tiempo la paciencia de Gloria fue disminuyendo al punto que comenzó a sentir una rabia constante en contra de su hija y explotaba al menor desafío. Se fue volviendo cada vez más enojona y empezó a discutir con ella por cosas que hasta unos años antes jamás le habrían molestado.

Acá podemos ver claramente cómo Trinidad fue modificando la conducta de Gloria, hasta que esta se comportara como la madre de una niña con Luna en Aries suele hacerlo. Cuando Gloria respondía de forma amorosa y paciente a su hija, esta sentía un vacío porque lo que su Luna en Aries necesita para sentir amor son las discusiones.

Se pueden relacionar nuestras instrucciones lunares con las características de nuestra madre. Al revisar las de un cliente que consulta por su carta natal se le puede decir, por ejemplo: "Tu madre era posesiva o inestable o peleadora o exigente, etc." La persona suele confirmarlo y comenzar a hablar de lo terrible que era ella con él en la infancia o en la adolescencia o incluso ahora que es un adulto. También se le puede decir: "tu madre era muy alegre o jugaba mucho contigo o te hacía mucho cariño o te daba libertad para moverte"; lo que también puede ser confirmado. Es decir, en la carta natal podemos ver características tanto positivas como negativas de nuestra madre, así como de nuestro padre.

Lo interesante está en que cuando estamos estudiando la carta natal de una persona, analizamos su propio mapa evolutivo, no el de su madre. Por lo tanto, todas esas características que se pueden ver en su carta natal y que él o ella se las atribuye a su madre, son en realidad del consultante, este está proyectando sus propias características en ella. En realidad, nosotros somos los posesivos, inestables, peleadores o exigentes; o bien los alegres, juguetones, cariñosos o los que damos libertad en los vínculos.

Lo que experimentamos en la infancia, así como los recuerdos que tenemos de nuestros padres (o de las figuras que cumplieron esos

roles) están muy relacionados con lo que necesitábamos vivir, con lo que traíamos como apego y que justamente buscábamos en nuestro medio familiar. Cada niño construye su mundo afectivo primario a partir de las propias instrucciones lunares, con estas filtra qué ver y sentir de mamá y/o de papá.

Es por esto que muchas veces los hermanos tienen distintas visiones de cómo es su madre. Uno la puede percibir como una persona fría, el otro la puede sentir posesiva y ahogante y un tercero la experimenta como una madre cariñosa y alegre. Tres hermanos, tres mundos lunares diferentes. Cada uno proyectó en ella sus propias necesidades emocionales y vio lo que quiso ver de ella. De cierta forma, la interacción de la madre con cada hijo también es diferente, porque al relacionarse con cada uno, a ella también se le activan características propias y distintas.

De niños vamos a querer satisfacer esas instrucciones lunares en nuestra familia. Si en la carta natal aparecen muchas de carácter doloroso, igualmente serán ellas las que estarán en la retina y a las cuales la persona se va a *agarrar* y, por el contrario, si existen otras que son amorosas y agradables estas también generarán apego.

Nuestros padres son nuestros grandes maestros. La mayoría de las características que rechazamos de ellos tienen relación directa con quienes somos o con lo que venimos a transformar. Entre más negamos características de ellos, más nos resistimos mirarnos a nosotros mismos.

El amor en nuestro linaje familiar

Un último factor que me gustaría agregar relativo a las instrucciones lunares, la familia y las relaciones de pareja, es comprender que aquellas que son dolorosas y que afectan los vínculos suelen ser patrones de comportamiento relacional que se repiten en la historia de nuestro árbol familiar.

Hay una clara relación entre nuestras instrucciones lunares, lo que vivimos la familia durante la infancia, la forma de nutrir de nuestra madre, la forma de amar y vincularse de nuestros padres y ancestros.

Realmente nacemos en la familia perfecta, una que refleja tanto nuestros dones afectivos, como nuestras carencias y/o dolores más profundos. Lo que nuestro linaje familiar arrastra, nosotros también lo arrastramos. La sincronía entre quiénes somos y nuestros ancestros es impresionante.

Por ejemplo, el miedo al apego y la sensación de abandono es algo que se puede repetir en nuestro linaje de generación en generación. O la sensación de no ser merecedores de afecto, la frialdad o la exigencia puede traspasarse de madre o padre a hijo o hija.

Tengamos claro que esto dependerá de nosotros, podemos elegir si queremos seguir repitiendo tanto los patrones de apego de nuestra alma, como los patrones repetitivos de nuestra familia. Todo pasa por nosotros y por nuestra conciencia personal, o por cuánto queramos hacernos cargo de nuestra evolución y de entender que tenemos la oportunidad de liberarnos de estos comportamientos dolorosos repetitivos.

SANAR LA LUNA

La Luna con sus instrucciones nos permitió sobrevivir de niños a la sensación de abandono, dolor, separación, tristeza e impotencia. Fue nuestra salvadora y protectora, nos dio algo a lo que apegarnos para poder sentirnos seguros y protegidos, ya que no podíamos autosostenernos, ni usar otros recursos que requirieran mayor autonomía, seguridad y madurez.

El problema está en que ahora que ya somos adultos y seguimos usando los mismos mecanismos de protección emocional que utilizamos de pequeños. Ese es el malentendido, pues los recursos que tiene un adulto no se comparan con los de un niño pequeño. Esta situación va a afectar y a condicionar nuestras relaciones, porque nuestra forma de buscar y expresar seguridad, amor y contención es la de un niño. Somos niños vinculándonos a nivel emocional en pareja, exigiéndole al otro que se comporte como un adulto, cuando nosotros tampoco lo hacemos.

¿Cómo podemos cambiar esto?

La clave es entender que el problema no está en la Luna, sino en cómo la manejamos, es decir, en cómo modulamos y contenemos nuestras emociones. Tenemos un sistema automático que nos protege de las que nos resultan desagradables y que nos condiciona la manera de sentir. Esta protección se activa de forma inconsciente e instintiva cada vez que nos damos cuenta de que algo nos afecta. Es la forma que el niño interno pedirá seguridad y cómo nosotros se la vamos a dar sin percatarnos.

Sanar la Luna requiere que nos hagamos cargo de este y que aprendamos a contenerlo. Es decir, que asumamos el papel de madres o padres de la parte emocional, frágil y vulnerable que está dentro de nosotros. Las instrucciones lunares son patrones automáticos que activamos justamente para no ver a aquella parte sensible y simplemente silenciarla. Por lo tanto, tenemos que aprovechar que ya somos adultos y que podemos desarrollar nuevas herramientas para cuidar a nuestro niño interno. Esto puede sonar algo abstracto y me gustaría explicarlo en palabras sencillas: la sanación está en atrevernos a mirar y sentir aquellas emociones que no queremos experimentar. Observar dentro de nosotros a esa parte infantil que se siente solita, y con esto me refiero por ejemplo a recordar a ese niño o niña que fuimos, sentir sus emociones de soledad, tristeza, rabia, abandono, vergüenza, etc. Cuando lo imaginamos, podemos contenerlo, podemos visualizar que lo abrazamos, acariciamos y calmamos. Lo mismo que haría una madre con un niño que está llorando o que se siente mal y, de esta forma, nuestra Luna comienza a madurar y a convertirse en madre.

Sanar la Luna significa ser valientes para mirar las emociones de las que queremos escapar y, al mismo tiempo, ser extremadamente amorosos y empáticos para poder contener y amar a esa parte vulnerable que sufre por sentir las.

La dificultad radica en que muchas veces nos resistimos a experimentar las emociones de esa parte infantil por la intensidad que estas tienen, por lo mismo, es importante cultivar la paciencia y el amor con uno mismo, no es posible cambiar un patrón tan enraizado de un día para otro. Enfrentar las emociones de las que siempre hemos huido implica un acto de enorme valentía que nos llevará a descubrir nuestro enorme poder personal. Todos podemos hacerlo. La pregunta es si nos atrevemos a dejar ese espacio seguro y conocido, dado por las instrucciones lunares, para comenzar a vivir relaciones de pareja más auténticas.

A continuación, quiero entregar una serie de consejos que pueden ayudar en el cambio de comportamiento.

Primer paso

Darnos cuenta cómo funciona nuestra Luna con su signo y elemento. Cuál es su apego, así como cuál es la técnica de manejo emocional que nuestra Luna utiliza para *protegernos* de la emoción que estamos sintiendo y calmar a nuestro niño interior. Luego debemos ir entendiendo cómo funcionan el resto de las instrucciones²², especialmente las que son dolorosas.

Segundo paso

Está en percatarnos de a poco y tomar conciencia de cuándo estamos usando o activando nuestra instrucción lunar. Es decir, cuándo algo nos está afectando a nivel emocional y, por lo tanto, estamos recurriendo a nuestro mecanismo lunar para calmarnos.

²² La lista total de instrucciones son el signo de la Luna, casa de la Luna y los planetas con los que esta hace aspecto (especialmente conjunciones, cuadraturas, quincuncios u oposiciones). Si en la Casa IV encontramos a planetas como Marte, Saturno, Urano, Neptuno o Plutón, también los considero como instrucciones lunares dolorosas.

Que quede claro: siempre que nos veamos afectados a nivel emocional, nuestras instrucciones lunares automáticas se van a activar. Esto es algo que no podemos evitar, pues están profundamente enraizadas en nosotros. No hay que sentirse mal por ello. Lo importante es darse cuenta de que está ocurriendo y dejar de hacerlo.

Veamos brevemente cuáles serían los patrones automáticos que se activarían dependiendo del elemento de la Luna.

Si tenemos la Luna en un signo de aire, darnos cuenta de cómo se nos hiperactiva la mente, de cómo aparece el ruido mental, de la necesidad de obtener respuestas, la dispersión o las ganas de salir corriendo a decirle a otro lo que nos pasa. Si tenemos Luna en agua ver cómo nos vamos ahogando con lo que sentimos y nos fusionamos con lo que nos está afectando, cómo nos escapamos y disociamos de la realidad para huir a un espacio más cómodo en nuestro interior o cómo esto puede hacer que nos queramos aislar o buscar a alguien que nos contenga y nos quite aquello que sentimos. Si tenemos a la Luna en fuego, ver cómo aumenta nuestra rabia, cómo tenemos reacciones emocionales explosivas, cómo nos vamos poniendo hiperactivos o necesitados de movimiento, así cómo nos volvemos más ansiosos. Si tenemos Luna en tierra darnos cuenta de cómo nos sentimos culpables por lo que sentimos, cómo nos rigidizamos o enfriamos para no sentir y expresar por miedo a desbordarnos, cómo nos sobrecargamos de trabajo o nos vienen unas ganas locas de ponernos a ordenar o cómo nos refugiamos en la comida y las posesiones para calmar la ansiedad.

Es vital darnos cuenta cuándo se nos dispara nuestra instrucción lunar, pues si esto ocurre es seguro que hay algo que nos está afectando a nivel emocional. Una analogía, que va mucho más allá de la astrología, sería cuando un fumador siente ganas de fumar. Automáticamente y sin conciencia enciende un cigarrillo, pero si esa persona se detuviera en ese instante, se daría cuenta de que hay algo afectándolo a nivel emocional y que fumar es una respuesta automática para calmarse. Cada elemento lunar va a usar un cigarro diferente para tranquilizarse.

Tercer paso

Es el más complejo, consiste que en el momento en que se activa nuestra instrucción lunar, tomemos conciencia de ella y hagamos lo contrario de lo que nos pide. Esto es clave, pues el patrón lunar inconsciente impide que podamos ver a nuestro niño interno, es decir, aquello que realmente nos está afectando y que hace imposible

autosostenernos y contenernos. Si somos capaces de hacer lo contrario que nuestra instrucción lunar nos pide, podremos llegar a la emoción misma que nos está inquietando, aunque sea incómoda, para que nuestro niño interno se muestre y nosotros podamos contenerlo desde nuestra parte adulta.

Veamos ahora cómo cada Luna puede hacer esto dependiendo de su elemento:

Lunas en aire

La instrucción activa el pensamiento y la desconexión de la sensación física que produce la emoción que está sintiendo. Hacer lo contrario, significaría dejar de pensar y buscar respuestas, para conectarse con conciencia con lo que está pasando. El consejo en ese instante sería comenzar a meditar y a respirar, dejando fluir los pensamientos. De a poco, ir llevando la conciencia hacia lo que el cuerpo físico percibe. Para las Lunas en aire es vital desarrollar el hábito de la meditación, pues hacerlo de forma regular les permite desarrollar la capacidad de darse cuenta cuándo su mente se acelera y se hiperactiva, así como la posibilidad de enfocarse en su cuerpo.

También es importante darse cuenta de que la instrucción lunar pide encontrar una respuesta o una explicación a aquello que le está perturbando, lo que suele convertirse en una búsqueda frenética de carácter mental para calmar las emociones que se experimentan. Pero esto no arregla nada, ni logra realmente solucionar aquello que duele: simplemente nos muestra cómo funciona la instrucción. Por más que estas personas entiendan todo a nivel mental, seguirán experimentando los sentimientos que los afectan. La verdadera respuesta está en sentir, no en entender.

Atraverse a llevar la atención al cuerpo y a las emociones desagradables, les permitirá darse cuenta de que estas son mucho menos terribles de lo que creen. Para ayudar en este proceso es recomendable que hagan talleres o terapias de conciencia corporal o de desbloqueo de emociones en el cuerpo. La clave de la sanación de las Lunas en aire está en aprender a unir la mente con el mundo emocional. De esa manera sabrán lo que realmente sienten, dejarán de dudar y de preguntarse por las cosas.

Son ideales las terapias que usen la técnica terapéutica llamada *focusing*²³, que busca justamente conectar la mente, con las emociones

²³ Entre las terapias que usan *focusing* están la Experiencia Somática, Hakomi,

y las sensaciones físicas del cuerpo. Permite ir comprendiendo, manejando y sosteniendo lo que nos afecta a nivel emocional y ayuda a dejar de temer a las emociones. De esa forma, se puede ver al niño interno y aprender a cuidarlo y sostenerlo.

Lunas en agua

La instrucción activa sentir en exceso, ahogarse en la emoción, conectarse con lo que afecta a otros, perder objetividad, negarse a buscar respuestas y no poder verbalizar lo que ocurre. Hacer lo contrario sería mirar, expresar y entender las emociones. El consejo es aprender a calmar lo que sienten, poniendo límites a ese desborde interno. Para hacerlo, sería ideal respirar con mucha conciencia y atención en el momento de sentir que se están ahogando. Respirar permite incorporar literalmente al elemento aire y con ello la objetividad y el desapego.

Las personas con Luna en agua se fusionan con su sentir y con su niño interno al punto que casi son poseídas por este. Lo contrario, en el caso de ellas, sería desapegarse y mirar desde afuera lo que les afecta y para lograrlo es clave que sepan cómo autoobservarse, de modo de desarrollar desapego y objetividad emocional, ponderando adecuadamente sus sentimientos.

Algo que ayuda mucho sería escribir lo que sienten y les afecta, narrar qué ocurrió y por qué creen que los abruma de esa manera. También ayuda mucho cerrar los ojos e imaginarse la situación desde afuera, lo que permite ganar conciencia, lo mismo que mirar de frente aquella parte de sí mismos que se siente angustiada a nivel emocional. Cuando las personas con la Luna en agua se dan cuenta de ello, suelen ver a su niño interno separado de ellas y eso mismo las ayuda a aprender a cuidarlo y contenerlo. Las terapias de focusing también son muy útiles al igual que para el aire. Lo importante es que vayan soltando la dependencia emocional hacia los otros, especialmente cuando algo les está afectando. Duele y es difícil, pero es la forma de hacerlo.

Lunas en fuego

La instrucción de fuego activa la ansiedad y la necesidad de movimiento. El consejo es aprender a quedarse quieto y ver lo que pasa nivel emocional, llevando la atención a las sensaciones en el cuerpo.

En las personas con este tipo de Luna son comunes la rabia y las descargas emocionales explosivas. Por lo que es muy recomendable que tomen conciencia de los momentos donde se sienten extremadamente frustradas y molestas, pues hay algo más profundo que ocurre a nivel emocional dentro de ellas. Si se atreven a mirar, se darán cuenta de que bajo la rabia hay emociones de vulnerabilidad como miedo, tristeza, rechazo o sensación de abandono.

Para calmar la necesidad de movimiento y la rabia ayudan mucho las técnicas de respiración, así como la capacidad de ir manejando y liberando la ansiedad.

Específicamente, para la Luna en Sagitario es clave darse cuenta de que su tendencia es escapar de la ansiedad, lo que suele hacer mediante el alcohol, el cigarrillo, el deporte, las actividades que generan adrenalina o la celebración. Lo recomendable es que dejen de huir de lo que les incomoda, para aprender a profundizar en ello y ver qué es realmente lo que los tiene tan ansiosos.

Las Lunas en Aries y en Leo suelen tener mucha rabia acumulada desde la infancia y esta suele explotar cuando algo les afecta. Sacar esa rabia contenida es clave, para eso las terapias de liberación o descarga emocional como la bioenergética pueden dar muy buenos resultados. Las esencias florales *Dagger Hakea* del sistema floral Bush, *Impaties* y *Willow* del sistema Bach permiten ir descargando la ira contenida y descubrir qué tipo de sentimientos tiene realmente el niño interior.

Por otro lado, si alguien tiene Luna en Aries o Leo, pero no es hiperactivo, no discute y se comporta más bien de manera pasiva, el proceso terapéutico implicará encontrar el enojo que probablemente esté muy reprimido. Es seguro que la persona tendrá mucho temor de conectar con la frustración que siente por miedo al descontrol o desborde. Otra actividad muy recomendable en estos casos es el deporte que es algo propio de la energía de fuego.

Lunas en tierra

La instrucción de tierra hace que las personas se desconecten de lo que sienten, se rigidicen a nivel emocional y se autoexijan. El consejo para ellas sería aceptar que sentir emociones y mostrarse vulnerable está bien, más aún, es lo que necesitan. No es lo mismo contenerse que desconectarse para no sentir.

Si una persona con Luna en tierra trabaja demasiado, o se obsesiona con el orden, o se niega al cambio y se apega a la necesidad de acumular

bienes, está recurriendo a su instrucción lunar para desconectarse de lo que siente. En ese momento es clave detenerse y mirar qué pasa. También tiene que hacer esto si está somatizando físicamente sus emociones y presenta dolor de huesos, articulaciones, colon irritable, entre muchas otras dolencias.

El centro de su trabajo es desarmar una estructura emocional que se volvió rígida, buscando ayuda terapéutica que les permita desbloquear sus corazas emocionales y liberar al niño interno que está silenciado. Terapias que busquen desrigidizar y soltar sus emociones son fundamentales, como la bioenergética o cualquier técnica que disminuya los bloqueos emocionales. Esencias florales como *Rock Water* del sistema Bach o *Dog Rose of the Wild Forces* del sistema Bush ayudan a esto.

Las personas con Luna en tierra suelen tener miedo de descontrolarse o volverse muy emocionales. Esto no debería preocuparlas, pues en la medida en que aprendan a conectarse y a liberar sus emociones contenidas, naturalmente irán desarrollando la capacidad de modularlas de forma sana.

Es fundamental que en este proceso aprendan a tratarse con amor, sin sobreexigirse, sin trabajar en exceso y poniendo límites a los demás, de modo de desarrollar su capacidad de mirar los sentimientos dentro de sí y tener empatía emocional hacia su niño interno. Aquí es importante la autocompasión. En la medida en que cuiden a su niño podrán ir sanando su baja autoestima o la sensación de no ser merecedores de amor.

Cuarto paso

Consiste en aprender a nutrir y cuidar a nuestro niño interno. Como ya se ha mencionado, este es un trabajo amoroso que se logra cuando se lleva a cabo el paso anterior. Hoy en día existen múltiples terapias que reparan el niño interno, así como muchas meditaciones guiadas que se pueden encontrar en diferentes fuentes como YouTube o páginas dedicadas a este tema.

Lo esencial es que el adulto que somos surja para hacerse cargo de él o ella, de manera de sostener las emociones dolorosas y poder liberarse de los patrones de apego lunar infantil.

Debemos aprender a amarnos a nosotros mismos y entregarnos lo que necesitamos. El niño que llevamos dentro sufre, se siente solo, lo pasó mal de pequeño y la mayoría de las veces no se cree ser amado y cobijado. Necesita que alguien se haga cargo y lo cuide, pero no alguien externo, como nuestra madre, amigos o pareja, sino nosotros

mismos, los adultos que hoy día somos. Para hacerlo hay que sentir las emociones que están adentro nuestro, metiéndonos en el vacío para ser capaz de sostenerlo.

Por ejemplo, si tenemos tristeza, soledad, dolor o rechazo es ideal detenerse en ese momento, respirar, cerrar los ojos y sentir esas emociones. Podemos visualizar o imaginar a esa parte infantil y vulnerable que se está sintiendo mal (para hacerlo un poco más real, se puede incluso abrazar un cojín); y luego en silencio, escuchar lo que siente, decirle palabras lindas, expresar el amor que se le tiene y experimentar compasión. Al menos a mí me funciona bastante bien cuando tengo tristeza, siento miedo o algo me afecta.

Cuando uno comienza a hacer esto, empieza a suceder algo casi milagroso. Naturalmente y sin esfuerzo comienza a surgir una energía amorosa y extremadamente contenedora que nos va calmando. Ese amor nos llena y nos permite experimentar una gran empatía hacia nuestras partes frágiles; pero no solo eso, ese amor nos ayuda a desarrollar la tolerancia para aceptar la forma de ser de nuestra pareja. Como ya nos estamos amando y conteniendo, no le exigiremos al otro que nos ame como nuestras instrucciones lunares nos piden.

Al revés, el amor interno que va a surgir lo vamos a querer compartir con nuestra pareja. Las relaciones ya no serán para calmar la soledad ni para tranquilizar al niño interno, serán para comunicar nuestro amor. Al mismo tiempo, nos iremos liberando de la necesidad de buscar parejas o vínculos que repitan lo que las instrucciones lunares demandan. Descubriremos que dentro de nosotros está todo el amor que necesitamos para llenar nuestro vacío interior y miraremos con sorpresa cómo la sensación de soledad va desapareciendo y somos capaces de reaccionar de forma diferente y creativa ante los distintos desafíos que la vida nos tiene.

Un consejo extra

Esto es especialmente importante de hacer cuando se tienen instrucciones lunares dolorosas²⁴. Antes de seguir los consejos anteriores hay que desinflamar el dolor acumulado, porque este tipo de instrucciones muestran que en la infancia se experimentaron situaciones complejas que dejaron heridas importantes en la persona, que afectan su vida y relaciones. Es muy difícil pedirle a alguien que se haga cargo de su mundo emocional, si lo que encuentra cuando

²⁴ Como las vistas anteriormente.

mira hacia adentro es un dolor sumamente intenso y una ansiedad enorme. Por eso primero hay que limpiar la herida infectada y luego curarla.

Ahora bien, ello no significa empujar a la persona a hacer catarsis, sino más bien desinflamar el dolor a través de un proceso de sanación amoroso. Si esto se realiza será mucho más fácil mirar dentro y liberar las emociones. Una forma muy útil de hacerlo es tomar, como ya se ha dicho, esencias florales. Yo recomiendo mezclar en un frasco tres gotas de *Star of Bethlehem* del sistema Bach, siete gotas de *Sturt Desert Pea* del sistema Bush y tres gotas de *Mariposa Lily* del sistema Fes. Esta fórmula se puede ingerir de manera sublingual cuatro veces al día por un periodo de un mes. Es factible que al principio la persona se sienta más sensible de lo normal e incluso pueda llorar; todo eso está muy bien porque va liberando el dolor acumulado. Es importante dejar claro que esta fórmula es previa al trabajo terapéutico de sanación de la Luna, el cual idealmente debe estar a cargo de un profesional competente.

A modo de síntesis, me gustaría entregar las siguientes recomendaciones:

- Para curar la herida lunar hay que hacer un proceso de sanación de las experiencias dolorosas de abandono o de los traumas que se vivieron en la infancia de la mano de un profesional.
- Ver qué patrones emocionales propios se repiten en la familia o linaje. Muchas veces es difícil romper el patrón lunar, sobre todo si está asociado a mandatos del linaje familiar. Es muy recomendable realizar constelaciones familiares para lograrlo.
- Sanar la relación con los padres. Debemos recordar que lo que nos molesta de ellos se relaciona de manera directa con lo que somos y corresponde a nuestros propios patrones emocionales, aquellos que nuestra alma busca experimentar en la vida. Nuestros padres tienen a su vez sus propios patrones lunares, su historia de dolor infantil y una forma condicionada de amar basada en sus propios mecanismos de seguridad emocional. Debemos entender que estos fue lo que limitó o matizó la manera en que nos amaron.

Es importante ver el amor que hay dentro de ellos hacia nosotros. Para hacerlo no tenemos que juzgar su forma de ser, ni lo vivido durante nuestra crianza. Debemos liberar la rabia o el resentimiento que podamos tener en contra de ellos, porque mientras estos existan, la intolerancia y el enojo pueden surgir con mucha fuerza.

Sanar la relación con los padres no significa que esta va a ser perfecta o que no nos van a molestar sus actitudes. Por el contrario, significa que vamos a ir modificando nuestra forma de reaccionar ante lo que nos duele y que dejaremos de pedirles a ellos que cambien.

Entre más nos enfoquemos en nuestra propia Luna, más estaremos conectados con nuestro amor propio y más podremos ver el amor que nuestros padres nos tienen.

El don lunar

Quisiera dejar claro que mi intención no es renegar de la energía del signo lunar ni evitar su influjo. En primer lugar, porque es algo imposible, la esencia de lo que somos a nivel emocional depende de esto; segundo, porque la Luna y sus instrucciones son portadoras de un gran regalo, el cual estará a nuestra disposición cuando dejemos de actuar de forma automática, repitiendo aquellos patrones que aprendimos en nuestra infancia.

Si nos hacemos cargo de nuestro niño interno y de las emociones dolorosas que habitan en nuestro interior, entonces va a surgir el lado luminoso de la instrucción lunar. En ese instante la Luna comienza un proceso alquímico, se purifica y transforma... surge un regalo, un don: la capacidad de entregar al mundo aquello que la Luna pide para sí. Veamos un ejemplo.

Catalina de 42 años tiene su Luna en tierra en el signo de Virgo. Su instrucción lunar le pide ayudar constantemente a otros de manera de no sentir angustia y soledad. Ella tiene problemas para poner límites, es decir, no puede decir "no" a los demás. Cuando no puede hacer aquello que los demás le piden, siente una fuerte angustia ya que la negativa contradice su patrón, por lo mismo vive haciéndose cargo de lo que los otros le piden.

Desde hace unos meses empezó un proceso de sanación para desbloquear sus rigideces, sentir sus emociones y hacerse cargo de lo que está experimentando su niño interno. De a poco ha aprendido a entregarse a las emociones de soledad y vacío, descubriendo que nada malo pasa si las siente y contiene dentro de sí. Por el contrario, se ha dado cuenta de que posee una gran estabilidad y fuerza que nutre y calma sus emociones.

Ella está rompiendo su instrucción lunar, pero ¿acaso esto significa que no va a ayudar nunca más a los otros?

La verdad es todo lo contrario. Catalina ha descubierto dentro de sí un gran amor y la forma natural de manifestarlo es ayudando a otros, tal como su Luna solía pedirle, la diferencia es que ahora la ayuda es real, no una vía de escape para huir del vacío y la soledad. Además, ha aprendido a decir que no, y eso le ha permitido no tomar responsabilidades que no le corresponden. Todavía siente algo de culpa y ansiedad cuando lo hace, como un recuerdo de la época donde las instrucciones lunares tenían mucha fuerza. Pero ya es capaz de modular estas emociones, puede autosostenerse y cuidarse a sí misma. De esta manera, el don lunar de amor y servicio de la Luna en Virgo se expresa sanamente, ya que la persona puede amarse y cuidarse a sí misma y a los demás.

El signo y el elemento en el que se encuentra nuestra Luna también tienen un regalo y un don que se va a ir manifestando en la medida en que profundicemos en nuestro mundo afectivo. Este regalo lunar nos ayudará a contener y calmar nuestras emociones, pero solo puede surgir si dejamos de recurrir a la Luna de forma infantil.

Veamos ahora los dones que tiene la Luna dependiendo del elemento en el que se encuentre.

- Las personas con la Luna en aire tienen el don de ver y entender con facilidad qué es lo que les afecta. Son capaces de tener respuestas claras frente a sus sentimientos y estas generan aceptación y calma interna. Poseen claridad para saber qué sienten y qué quieren.
- Las personas con la Luna en fuego poseen la potencia y el valor para contener y sostener el mundo afectivo. Cuentan con una dosis extra de valor y coraje para enfrentar sus emociones desagradables. Si hay alguien que tiene la fuerza para calmar su agua emocional son las Lunas en fuego.
- Las personas con la Luna en agua disponen de un amor infinito y de una gran capacidad de nutrición dentro de sí, pues si hay alguien capaz de contener, amar y cuidar son ellas. El niño interno estará muy agradecido al ser depositario de ese gran amor.
- Las personas con Lunas en tierra pueden contener todas sus emociones, así como una gran vasija que da forma y protege aquello que está en su interior. La rigidez pasa a ser un recipiente que entrega estabilidad y contención al mundo afectivo.

EL AMOR PARA CADA SIGNO LUNAR

Para cerrar este importante capítulo quiero realizar un ejercicio doble. Primero, me gustaría entregar una serie de consejos para dejar claro qué significa el amor para cada signo. Estos consejos son ideales para entender a nuestra pareja una vez que conocemos su signo lunar; así tendremos claro qué es lo que necesita para sentirse amada y comprendida. Si bien, el objetivo de este libro es trabajar fuertemente en uno mismo y en nuestros propios apegos, para tener vínculos más sanos es bueno saber qué espera el otro del amor, ya que eso nos permite empatizar y hacerlo más feliz.

En un segundo nivel, quisiera detallar también los aspectos específicos que cada signo debe autosanar para aprender a tener mejores relaciones de pareja y sentirse más satisfecho y realizado en el amor.

Luna en Aries – Fuego

Una persona con Luna en Aries se siente amada si ve que en la relación hay espacio para iniciar cosas o experiencias nuevas, evitando así la monotonía. Si hay lugar para el riesgo, para la acción, para hacer deporte y competir. Si se siente limitada, restringida o que la pareja le pone excesivos límites, la persona con esta Luna lo más seguro es que se pondrá a la defensiva y comenzará a discutir de forma constante. A estas personas les gusta sentir que tienen la iniciativa, libertad y que dirigen su vida; además que se les da libertad para moverse y descargar su exceso de energía.

¿Qué tiene que aprender una persona con esta Luna para mejorar sus relaciones?

Una persona con Luna en Aries debe liberarse de la idea de que las personas que lo aman o con las que se relaciona la quieren controlar y dominar. Es muy importante que sane y suelte la rabia que tiene guardada dentro de sí. Ya sea contra su madre y/o padre, a los que seguramente sintió como personas dominantes, que no la dejaban tranquila y que le discutían mucho.

Es importante que se dé cuenta de que tiene asociado el amor a la pelea y a las discusiones. Que ella misma tiende a discutir con las personas que ama y a adoptar una posición defensiva. Que su sueño de tener una pareja que la deje tranquila, que no les discuta por nada y que no les ponga ningún límite es un autoengaño, pues si así fuera

no se sentiría amada. Pelear cada cierto tiempo es sano para una Luna en Aries, hacerlo constantemente es un apego lunar infantil.

Estas personas crecen en el amor cuando se dan cuenta de su tendencia a ser individualistas e imponer su forma y modos en las relaciones. Cuando aprenden a desarrollar empatía, paciencia y a compartir con el otro, cuando pueden negociar y adaptarse también a la forma de ser de su pareja, entendiéndolo que el resto de la gente no va tan rápido como ellas en la vida, pueden ser más felices en sus relaciones.

Su gran potencia y energía se canaliza sanamente si se atreven a orientar su vida en la dirección que quieren, haciendo mucho deporte, compitiendo, corriendo riesgos, siendo valientes y moviéndose como líderes en la vida. Su esencia es ser guerreros corajudos, su trampa es discutir sin parar con quienes aman.

Luna en Tauro – Tierra

Estas personas se sienten amadas cuando su pareja les expresa el amor de forma concreta mediante regalos y detalles físicos que estimulen el placer de sus sentidos. Para esta Luna el amor no se demuestra simplemente con palabras, sino con actos concretos y especialmente con regalos materiales. Para ellas, los obsequios o las flores son demostraciones de amor. Además, si su pareja las toca, les hace masajes, les cocina o se preocupa de estimular sus sensaciones físicas también se sentirán muy queridas. Trabajar el jardín o cocinar juntos también son leídos como actos de amor. A la gente con la Luna en Tauro no les gusta que se las apure y que les hagan cambios imprevistos. Necesitan mucho tiempo de hogar, de calma, de cama o alcoba, de sensualidad, de romance físico y de relajación, si no sienten que el amor se pierde. También es importante para ellas que su pareja les dé estabilidad, continuidad y seguridad material. Se van a sentir incómodas y no queridas si esta necesita moverse mucho o socializar continuamente con otros.

¿Qué tiene que aprender una persona con esta Luna para mejorar sus relaciones?

Para mejorar sus relaciones, la Luna en Tauro debe darse cuenta de que el amor no solo se expresa mediante regalos físicos y la satisfacción de los sentidos, sino que existen otras manifestaciones de afecto, en particular, verbales.

También tienen que reconocer su excesivo apego a la estabilidad y su tendencia a caer en la monotonía, que los hace preferir estar en su hogar o en espacios de comodidad casi siempre. Esto es muy importante sobre todo si la pareja tiene energía de fuego o de aire, ya que estas personas necesitan movimiento y nuevas experiencias.

Las personas con Luna en Tauro tienen una enorme resistencia al cambio, se quedan *pegadas* en situaciones por un tiempo excesivo. Es importante que aprendan a ir flexibilizándose y reconociendo que la vida cambia siempre y que deben evitar los comportamientos posesivos con su pareja. Es bueno que den más libertad a sus vínculos, aunque les resulte complejo. De hecho, ella misma puede negarse el tener espacio para sí, pues puede temer que esa libertad (tanto para ella como para su pareja) pueda implicar cambios difíciles de sostener.

Es importante que vean su tendencia a ser obstinadas y fijas con sus opiniones, de manera de abrirse al diálogo y lograr acuerdos que dejen felices a ambos.

Luna en Géminis – Aire

Estas personas necesitan que haya mucho diálogo en el vínculo del día a día con su pareja, así como que se puedan buscar respuestas mentales y soluciones a los conflictos emocionales que se viven en la relación. Todas las Lunas en Aire tienden a asociar el amor con la comunicación y con las expresiones verbales de afecto. Por lo tanto, si su pareja tiene la tendencia de evitar el diálogo y a no expresar nunca con palabras cuánto ama, la Luna en Géminis no se sentirá querida. Para la Luna en Géminis es importante no tomarse la vida de forma muy seria o grave, les gusta la energía juguetona, con pocas reglas y flexible. Si su pareja es muy seria, rígida o se desborda emocionalmente, estas personas se pueden sentir muy incómodas. Necesitan espacio para ser curiosas, dispersas y sociales, les gusta mucho interactuar con otras. Estudiar juntos, tomar cursos, leer y aprender cosas nuevas potencia la sensación de amor en la relación.

¿Qué tiene que aprender una persona con esta Luna para mejorar sus relaciones?

Para mejorar sus relaciones es importante que entienda que no todo se resuelve buscando respuestas mentales. Que su apego a funcionar de esta forma hace que se desconecte y pierda empatía emocional con lo que le sucede al otro. Los vínculos mejoran cuando aprende a sentir lo que le pasa a su pareja.

Tiene que darse cuenta de cómo su exceso de mente y pensamiento no permiten que se conecte a nivel emocional y se vincule en profundidad con su pareja. O que su excesiva necesidad de hablar y de expresarse, no la deja escuchar lo que el otro le está diciendo. Es clave ver qué es lo que el otro realmente necesita, muchas veces hablando menos, aprendiendo a escuchar y conectándose más con lo que su pareja le expresa.

Su tendencia a no tomarse las cosas tan en serio y a dispersarse haciendo otras cosas hace que no resuelva sus conflictos, y no se enfoque en lo que realmente pasa o sea capaz de enfrentar situaciones complejas en el vínculo. Esto puede provocar un resentimiento en su pareja, que puede sentir que al otro no le importa lo que le ocurre, que es muy cambiante o que no se toma nada en serio.

Su necesidad de dispersión y de estímulos nuevos puede impedir un ambiente de estabilidad en la relación. Esto puede generar conflictos especialmente si su pareja tiene predominancia del elemento agua o tierra.

Luna en Cáncer - Agua

Las personas con esta Luna se sienten amadas en la medida en que están contenidas, protegidas y cuidadas por su pareja. Necesitan que el otro se vincule con lo que ellas sienten y que sepa intuitivamente cómo cuidarlas. Hay mucha necesidad de apego y de vivir una conexión profunda emocional. Dedicar tiempo a la familia de ambos es muy importante, por lo mismo, si su pareja no quiere asistir a reuniones familiares ellas no se sentirán amadas. También disfrutan de pasar tiempo en su propio hogar, ya que esta forma, se sienten felices y queridas.

¿Qué tiene que aprender una persona con esta Luna para mejorar sus relaciones?

Para mejorar sus relaciones, estas personas deben darse cuenta de que a menudo buscan a alguien que haga el rol de padre o madre, es decir, alguien que se haga cargo de ellas. Esta necesidad las hace soñar con un amor incondicional, que habitualmente termina en desengaño, pues no ven realmente la forma de ser de sus parejas. También es importante que noten lo molestas o heridas que se sienten cuando no se da una respuesta a sus necesidades emocionales y que es justamente su hipersensibilidad y sus altas expectativas la raíz de su sufrimiento en los vínculos.

Debe entender que el otro no tiene cómo leer sus pensamientos y que no puede saber lo que les pasa o lo que quieren si no se lo comunican de manera más directa, tienen que aprender a expresar sus expectativas, así como también manejarlas de manera más realista, abrirse más al diálogo y a enfrentar los problemas que afectan la relación.

Su fuerte necesidad de vínculo y apego hace que se vuelvan muchas veces posesivas en las relaciones, y que busquen estar la mayor cantidad de tiempo posible con su pareja. La clave está en dar más libertad y espacio para cada uno en la relación, especialmente, si su compañero o compañera tiene predominio de aire o fuego en la carta, ya que estos elementos se pueden sentir ahogados cuando no hay libertad en los vínculos. También tienen que ser capaces de entender que no siempre su pareja está de ánimo de pasar tanto tiempo en familia y esto no significa falta de amor.

Algunas personas con esta Luna pueden asumir el rol de madres con sus parejas, lo que hace que inconscientemente se vean atraídas por alguien más infantil o que no quiera madurar.

Es recomendable que canalicen su potente conexión creativa con alguna técnica artística, o bien su energía amorosa y maternal trabajando con niños o animales.

Luna en Leo - Fuego

Una persona con Luna en Leo se siente amada en la medida en que su pareja le hace sentir que es extremadamente especial y le presta mucha atención, tal como si fuera un rey o una reina. Estas son Lunas que demandan foco y quieren que la vida, y su pareja obviamente también, gire en torno a ellas. Les encanta que les den regalos y les muestren lo especiales que son, en tanto, se dejarán de sentir amadas si su pareja no las toma mucho en cuenta o está preocupada de otras cosas. Jugar, salir a divertirse y tener espacios creativos en la relación es muy importante para ellas. La monotonía, el aburrimiento y la falta de entusiasmo en el día a día hace que estas personas dejen de sentirse amadas y felices en las relaciones.

¿Qué tiene que aprender una persona con esta Luna para mejorar sus relaciones?

Para mejorar sus vínculos tienen que darse cuenta de su fuerte demanda y necesidad de atención. El otro no puede estar todo el

tiempo aplaudiéndolas o diciéndoles cuán especiales son y esto no significa que no las ame.

Su energía individual es muy potente, por lo que no suelen ver las necesidades de su pareja, ya que tienden a centrarse más en sí mismas. En este sentido, pueden comportarse de manera egoísta y desear que en la relación la mayor parte de las cosas sean cómo ellas quieren. También pueden hacer gala de una falta de tacto y de una ausencia de sensibilidad con lo que al otro le sucede al punto de generar un problema en la relación, especialmente, si su pareja tiene Luna en agua.

Mientras su comportamiento lunar infantil esté muy activo, les costará mucho ver que el otro también querrá sentirse importante. Ello puede llevar a discusiones si la pareja se siente constantemente como un factor secundario o como alguien que tiene que estar siempre a su disposición.

Es clave que reconozcan su hipersensibilidad a la crítica, pues inconscientemente la relacionan con una falta de amor por parte del otro. Todo esto, junto con su orgullo, hace que estas personas no sean objetivas y que se les haga difícil entablar diálogos honestos, así como buscar soluciones a los problemas que puede enfrentar la relación.

Es vital que potencien su propia energía creativa y que se permitan llevar la vida en la dirección que su corazón quiere. Eso realmente las liberará de sentirse especiales y de la necesidad de contar con un otro que las haga sentir únicas.

Luna en Virgo - Tierra

Estas personas se sienten amadas y seguras en las relaciones cuando en sus vínculos hay orden, estructura y hábitos claramente definidos. No les gustan los cambios abruptos, así como que las cosas no se hagan de la forma previamente acordada. El desorden físico les suele molestar, lo mismo que el otro no respete el orden en su espacio personal. El cuidado del cuerpo, de la salud, la búsqueda de vida sana y de rutinas en la relación hacen que estas personas se sientan felices. La crítica les afecta mucho, pues siempre tratan de dar lo mejor de sí. Su Luna les pide que sean lo más perfectas posible, por lo que sentirse criticadas o expuestas con sus errores es leído como falta de amor y ello activa un fuerte sentimiento de culpa. Les gusta percibirse útiles y que ayudan a su pareja. Si esta es muy autosuficiente o nunca se apoya en ellas, se pueden sentir no amadas.

¿Qué tiene que aprender una persona con esta Luna para mejorar sus relaciones?

Para mejorar sus relaciones deben trabajar su tendencia a creer que solo su forma de hacer las cosas o de resolver los problemas es la correcta, mientras que las opciones del resto están equivocadas. Es importante que vean que su rigidez mental es la que no les permite que haya más flexibilidad y un movimiento más espontáneo en sus relaciones, especialmente, si su pareja tiene una energía más liviana o cambiante como ocurre en los casos en que el aire o el fuego es dominante.

Pueden ser muy exigentes o críticas con su pareja, relajar esto les va a permitir disfrutar más de sus relaciones. Para lograrlo deben ser menos autoexigentes consigo mismas y tratarse de forma más amorosa, además de escucharse a sí mismas para saber qué es lo que necesitan.

También es clave flexibilizar su necesidad de orden físico, pues su compañero no tiene por qué ser tan ordenado como ellas. Una forma de trabajar en este tema pasa por ordenarse por dentro, es decir, aprender a meditar y conectarse y expresar sus emociones. Entre más calma interior tengan, más relajo habrá con el orden externo.

Las personas con Luna en Virgo suelen tener una seria dificultad para poner límites y decir que no a lo que su pareja y personas amadas les piden. Esto hace que se terminen sobrecargando de cosas o asumiendo responsabilidades que no les corresponden. Es muy importante que aprendan a decir que "no" y a no sentirse culpables por ello. Y también que vean que es su tendencia a creer que saben mejor que los demás cómo deberían hacerse las cosas lo que no permite que estos las hagan a su manera. Pueden acumular rabia o tristeza hacia su pareja en su interior, pues su instrucción lunar tiende a bloquear su espontaneidad emocional. El darse permiso para expresar sus emociones en la relación es clave.

Luna en Libra - Aire

Las personas con Luna en Libra se sienten amadas cuando en sus relaciones hay armonía, balance, diálogo y mucho romanticismo. Los conflictos y discusiones les afectan mucho, especialmente, si ocurren en lugares públicos o si son vistas por otras personas. Necesitan sentirse rodeadas de belleza, de espacios estéticos y tener experiencias artísticas, compartir esto en pareja las hace muy feliz. Para ellas es muy importante estar y conversar con su pareja de distintos temas. Así como salir a sociabilizar y participar de

lugares con más personas. El silencio y la ausencia diálogo las afecta profundamente. Las palabras, frases y actos románticos les encantan. También les agrada que el otro les ayude a tomar sus decisiones, en particular, si están confundidas entre dos alternativas.

¿Qué tiene que aprender una persona con esta Luna para mejorar sus relaciones?

Para fortalecer sus vínculos, deben observar su tendencia a conciliar en exceso y a no decir lo que realmente les molesta o les pasa, sobreadaptándose a la forma de ser del otro o incluso mintiendo acerca de la verdad de lo que les ocurre. Es importante que entiendan que, en una relación sana no siempre se puede evitar el conflicto. Es saludable que ambas partes puedan expresar sus emociones y decir qué es lo que realmente sienten o les molesta. Esto significa ser más honestos con el otro, permitirse expresar la rabia y no quedarse calladas o callados esperando que llegue el momento correcto para que el diálogo no genere conflicto. Tienen que aprender a escucharse y reconocer sus necesidades, así como llevar su vida en la dirección que desean.

Como su instrucción lunar es de aire, les puede costar conectarse emocionalmente con su pareja y pueden preferir mantener la relación en un nivel más bien mental y superficial. Esto les generará problemas en su relación, especialmente, si su pareja tiene Luna en agua.

Es vital también que se vayan liberando de su necesidad de ser socialmente aceptadas y de la opinión que los demás tengan de ellas, porque podrían terminar siendo poco honestas y muy preocupadas por las formas o por el qué dirán.

Aprender a conectarse con su corazón es fundamental para poder tomar sus propias decisiones en la vida y dejar de dudar y de esta forma abandonar la idea que sea el otro quien decida por ellas. Y de esta forma se darán cuenta de que su patrón lunar es dudar y preguntarse cuál es la mejor opción. Lo fundamental está en aprender a conectarse con su propio cuerpo para sentir qué alternativa es mejor para ellas.

Luna en Escorpio – Agua

Una Luna en Escorpio se siente amada en la medida en que tiene una relación extremadamente intensa, apasionada, apegada y fusionada con el otro. Necesitan una vida sexual potente en pareja y tener un espacio de intimidad profundo, donde conocer y ver cómo es el otro

por dentro. Les gusta sentir que tienen el control de la relación y que su pareja actúa como ellas quieren. Cualquier tipo de traición o engaño que puedan percibir en el otro les va a afectar y alterar mucho. Si su compañero es alguien muy independiente o evitativo de la intimidad emocional y sexual se pueden sentir muy heridas, lo mismo si no pueden predecir el comportamiento de su pareja. También les afecta que el otro sea muy social y que se vincule con muchas personas, ya que tienen tendencia a sentir celos. Su pareja se debe preocupar de no generar situaciones de celos innecesarios, así como cultivar la paciencia cuando esta Luna esté de mal humor.

¿Qué tiene que aprender una persona con esta Luna para mejorar sus relaciones?

Para relacionarse mejor con sus compañeros, es fundamental que una persona con Luna en Escorpio se dé cuenta de su fuerte tendencia a controlar y dominar sus relaciones, su deseo de poseer al otro y de que este actúe de la forma que ella espera, al punto que pueden reaccionar de manera intolerante frente a la manera que el otro tiene de expresar su afecto. Quieren que su pareja las ame solo como ellas desean y si ello no ocurre pueden caer en el drama, la manipulación y los conflictos.

Suelen ser celosas en sus relaciones y muy resentidas si se sienten engañadas o heridas. Es vital que vean que este resentimiento y la sensación ser traicionadas y abandonadas en sus relaciones proviene del vínculo infantil con su madre, con la cual tuvieron una relación de amor-odio. De ahí que hayan asociado el amor con el drama, lo que hará que repitan con sus parejas los conflictos vividos en el vínculo con ella. No es raro que busquen compañeros posesivos, controladores o celosos o que, por el contrario, ellas se comporten de esa manera.

Para tener relaciones más sanas y menos conflictivas es importante que liberen el resentimiento acumulado y reconozcan que dentro de sí existe un niño interno muy enojado que tiene tendencia a hacer pataletas o berrinches cuando no le dan lo que quiere.

Es importante que aprendan a perdonar, a dar más libertad al otro y a hacerse cargo de sus propias necesidades emocionales, particularmente, si tienen una pareja con aire o fuego como elemento dominante.

También deben darse cuenta de su tendencia a propiciar la dependencia en su pareja o a darle lo que esta necesita con el objeto de que exista un gran apego en el vínculo. Tienen una gran capacidad

de amar, que se manifiesta en su máximo esplendor cuando dan desde el corazón y no para controlar al otro²⁵.

Luna en Sagitario – Fuego

Una Luna en Sagitario se siente amada y feliz en una relación cuando ve que hay expansión, aventura, libertad, optimismo, alegría y celebración y, al revés, limitada si está todo planificado, si la vida es rutinaria o si no se puede correr riesgos. Los conflictos, el drama o que su pareja sea restrictiva o dominante hace que no se sientan amadas y que pierdan el interés. Les gusta viajar acompañadas, explorar, pasar tiempo en la naturaleza, visitar o aprender en conjunto de otras culturas, pueblos o corrientes filosóficas, metafísicas o esotéricas. El que su pareja crea o comparta una misma religión, fe o forma de comprender el mundo es muy importante para las personas con esta Luna.

Por otro lado, estas personas quieren vivir solo experiencias agradables y felices con su pareja. Les cuesta mucho expresar lo que les molesta y suelen estar apegadas a una expresión sonriente y *buena onda*, la cual hace que eviten los conflictos en las relaciones.

¿Qué tiene que aprender una persona con esta Luna para mejorar sus relaciones?

Es clave que entiendan que las relaciones van a pasar por altos y bajos y que la necesidad de sentir expansión en los vínculos es una instrucción lunar que les dificultará vivir relaciones de pareja felices y reales. Dependiendo de la persona con Luna en Sagitario esto puede provocar dos tipos de comportamiento: en algunos casos tratará de escaparse y huir de la relación cuando se sienten restringidas, limitadas e infelices. Muchas veces lo hacen sin que su pareja tenga ninguna pista de que algo haya estado afectando o incomodando la relación. Lo otro es que la persona se quede una relación en la que no se siente feliz, pero que evite resolver y plantear aquello que le incomoda, lo cual es probable que derive en una gran angustia y ansiedad.

Su tendencia a querer vivir solo emociones agradables va a hacer que evite inconscientemente conectarse a nivel afectivo con el otro o entrar en una real intimidad sexual, pues en el vínculo íntimo

²⁵ En el capítulo 3 del libro, "Plutón: La intensidad y el drama en las relaciones", estudiaremos en detalle a esta Luna.

surgirán emociones y experiencias que les incomodarán y que no serán expansivas. Ello puede provocar conflictos con su pareja si esta tiene Luna en agua. Por otro lado, su necesidad de vivir de manera optimista y no enfrentar la realidad puede generar conflicto si su compañero o compañera tiene predominancia del elemento tierra.

Lo otro que es importante es que se den cuenta de su tendencia a fanatizarse o a querer convertir a su pareja a su misma religión, filosofía o creencia. Pueden ser intolerantes con las visiones del otro. Es importante que aprenda a abrirse a las ideas de los demás y que puedan así ir evolucionando en su propia verdad.

Luna en Capricornio – Tierra

Las personas con la Luna en Capricornio se sienten amadas cuando su pareja valora su esfuerzo, su responsabilidad y su preocupación para generar estabilidad en el hogar. Si esta los premia de alguna forma por su trabajo y dedicación. Así como si muestra interés y preocupación por lo que le ocurre en su trabajo o proyectos. Por el contrario, si esta no valora para nada su esfuerzo, pueden cargar con un gran dolor emocional que no mostrarán.

Se sienten felices en pareja si tienen metas y objetivos conjuntos, como la construcción de un hogar o un proyecto laboral. Les incomoda la conexión emocional profunda y prefieren mantener una cierta barrera para no mostrarse y abrirse del todo. La irresponsabilidad, lo irreal, la falta de compromiso y de seriedad les puede incomodar, lo cual les puede acarrear conflictos si esta tiene predominio del elemento fuego y aire.

¿Qué tiene que aprender una persona con esta Luna para mejorar sus relaciones?

Las personas con esta Luna tienen que aprender a abrirse y desrigidizarse a nivel emocional y darse cuenta de cómo poseen un profundo miedo a compartir y a conectarse emocionalmente. Son ellas las que suelen poner las barreras para que el otro no se acerque, pues en el fondo de su ser tienen miedo de que si su pareja las ve realmente cómo son, las van a rechazar.

De pequeños aprendieron a desconectarse de sus emociones y necesidades, para enfocarse más bien en lograr metas y objetivos. Esto hace que hayan perdido tanto su conexión empática interna, como la capacidad de vincularse y sentir las emociones de su pareja. Por ello pueden comportarse de manera fría, dura y poco dada a

aceptar las emociones del otro, las cuales pueden tender a minimizar y no darle mucha importancia.

También fueron asociando el amor con el esfuerzo y con cumplir con las expectativas de su madre y/o padre. En algunos adultos esto que hace que tiendan a esforzarse y trabajar para ganarse el amor de su pareja, haciendo cosas por el otro. No es raro entonces que se carguen de responsabilidades y tareas externas. En otros adultos, la forma de expresar amor va a ser trabajando y produciendo para fortalecer la estabilidad y abundancia en el hogar, sin embargo, esta podría ser su única expresión de amor, pues les costará ayudar a su pareja y conectarse con sus necesidades.

Su tendencia a asociar el amor con la exigencia hace que se busquen compañeros exigentes y que los critican; o que, por el contrario, sean ellas las exigentes con su pareja, corrigiéndola y sintiéndose decepcionadas del otro constantemente.

Es fundamental que hagan un proceso de sanación de su autoestima emocional, de manera que puedan realmente creer que merecen ser felices. Esto lo van a lograr aprendiendo a conectarse con su niño interno, para escuchar sus propias necesidades emocionales, permitiéndose pedir ayuda y dándose cuenta de que no es necesario que hagan cosas para que los amen y aprueben. Esto también les permitirá ser más empáticos con su pareja y darse cuenta de lo que el otro necesita y siente²⁶.

Luna en Acuario - Aire

Las personas con esta Luna se sienten felices en las relaciones cuando su pareja les da libertad, espacio para el cambio y les permite ser espontáneas. También cuando la relación va cambiando con el tiempo, no se vuelve rutinaria ni monótona, cuando ambos pueden ir experimentando cosas y experiencias nuevas. Por el contrario, una persona con esta Luna no se siente amada si su pareja es muy absorbente, apegada, no le da libertad, si la quiere controlar y no le da espacio para estar solo o si se toma de forma personal su necesidad de libertad. Esto suele hacer que se quieran alejar y estar solos.

Como toda Luna en aire, el amor también se asocia con el diálogo y con la conversación, especialmente de temas originales, creativos,

²⁶ En el capítulo 4 del libro, "Saturno: Amarme a mí mismo, para poder amar a otro", estudiaremos en detalle a esta Luna.

divertidos, diferentes, futuristas, vanguardistas y *locos*. También les gusta que su pareja tenga un componente intelectual y que le guste aprender acerca de diversos temas. Les va a encantar que esta sea espontánea, creativa, libre e impredecible, que el otro sea un amigo, con el cual puede hablar de forma honesta, objetiva y en confianza. Es recomendable que su pareja no se tome de forma personal la falta de celos que puede tener Luna en Acuario, pues esto no signifique que no amen.

¿Qué tiene que aprender una persona con esta Luna para mejorar sus relaciones?

Para mejorar sus relaciones, una persona con esta Luna tiene que darse cuenta de que tiene un fuerte miedo al apego y a enamorarse realmente de otra persona. En su infancia vivió muchas situaciones de inestabilidad emocional, de sensación de abandono, de cambios y de pérdida de afecto. Esto fue haciendo que inconscientemente tendiera a desconectarse cuando se siente feliz, estable o apegado a una relación, lo que significa muchas veces un autoboicot en sus vínculos cuando está feliz.

Este tipo de conducta aparece porque la persona con Luna en Acuario generó una estructura de protección emocional para no vivir nuevamente una situación de abandono como lo ocurrido en la infancia y en la adolescencia. Por eso prefiere huir, hacer un cambio o desapegarse de su pareja antes de que esta la abandone o que la vida produzca un cambio.

Una persona con esta Luna debería estar muy atenta a un comportamiento que suele repetir en las relaciones: se siente feliz y enamorada, cuando de la nada se produce un cambio interno, algo dentro de sí la hace distanciarse del otro. Muchas veces siente que no quiere a la persona y que es mejor alejarse. Esto ocurre especialmente si la relación está empezando a tener un fuerte componente de intimidad y conexión sexual.

Las personas con esta Luna suelen tener dificultades para conectarse emocionalmente con el otro, ponerse en el lugar de su pareja y empatizar. Suelen vivir la mayor parte del tiempo en su mente, en sus mundos creativos y futuristas. Pueden ser muy individualistas y defender en exceso su libertad. No se dan cuenta de que las relaciones significan compartir con otro y estar atentos a las necesidades emocionales de su compañero o compañera.

Tienen que aprender a reconocer que su pareja también necesita cada cierto tiempo de expresiones románticas y de cariño; y que mostrar emociones como los celos y posesividad no está mal, pues ese tipo de

sentimientos también están dentro de ellas, aunque no los quieran ver ni aceptar.

Para estas personas la clave en sus relaciones pasa por ver cómo construir un vínculo que sea afectivo y emocional, pero que al mismo tiempo sea espontáneo, libre y original²⁷.

Luna en Piscis – Agua

Las personas con Luna en Piscis se sienten amadas si en el vínculo hay un componente mágico, creativo, romántico e idealizado. Una relación de pareja que las saca de la realidad, del dolor y de las dificultades del mundo. Les gusta estar cerca de su pareja y conectarse profundamente a nivel emocional, ya sea mediante la música, el arte o las experiencias místicas y/o espirituales. A algunas personas con Luna en Piscis les gusta sentir que su pareja las cuida y protege mucho, y pueden requerir ser muy contenidas por el otro. En cambio, otras quieren sentir que son las que salvan, cuidan y protegen.

La frialdad, la falta de empatía, el exceso de realidad, estructura y la rutina del día a día hacen que no se sientan amadas y que se pierda la magia en la relación. Necesitan que su pareja les tenga paciencia con su sensibilidad, especialmente, que respete su vulnerabilidad y sus emociones, que fluyen de forma potente y casi siempre de un modo confuso.

¿Qué tiene que aprender una persona con esta Luna para mejorar sus relaciones?

Lo que ayuda a que esta persona pueda vivir una relación de pareja feliz y real en el mundo es, en primer lugar, darse cuenta de su tendencia a querer vivir un amor en extremo idealizado y romántico, el cual es básicamente imposible en la Tierra. Ellos van a desear una relación donde exista infinito amor, compasión, protección, incondicionalidad, seguridad y magia. No soportan que esta les falle de ninguna forma o que haya limitaciones, conflictos o comportamientos que atenten en contra de lo que sueñan. Es decir, esperan un ser humano perfecto, que sea el ideal encarnado de sus aspiraciones románticas.

²⁷ En el capítulo 5 del libro, "Urano: Libertad y desapego en las relaciones", estudiaremos en detalle a esta Luna.

Esto hace que tiendan a idealizar a su compañero o a las personas que conocen y les atraen, inventándose alguien que no existe. Ello ocurre porque sobre la persona real proyectan su *fantasía* de cómo debería ser su pareja, lo cual hará que muchas veces se terminen desilusionando y decepcionando del otro.

Hay personas con esta Luna que prefieren no tener relaciones reales que incluyan aspectos cotidianos, prefieren los amores imposibles, platónicos, virtuales o con personas que no se van a comprometer. Así pueden mantener el sueño del ideal romántico y no experimentar las decepciones o limitaciones que existen en el vínculo diario.

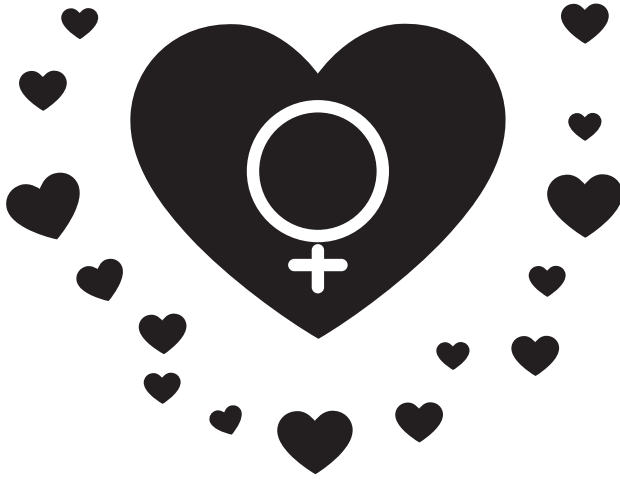
Para sanar sus relaciones es clave que puedan reconocer la soledad y el abandono que tienen dentro de sí, si no la propia necesidad de amor se convertirá en un deseo de simbiosis que los llevará a sobreadaptarse, a perder sus propios límites y mimetizarse con el otro.

Muchas personas con esta Luna se suelen quejar de que sus parejas son personas infantiles, con problemas o que se vuelven muy dependientes de ellas. No se dan cuenta de que ellas mismas son los que buscan un *pájaro herido* como compañero o compañera, porque desean a alguien a quien salvar y proteger. A las personas con Luna en Piscis no les gusta ver sus emociones, menos conectarse con la sensación de abandono. De esta manera, terminan proyectando la necesidad de cuidado y amor de su niño interno, atrayendo a personas a quienes nutrir y salvar.

Es fundamental que aprendan a mirar, conectarse y liberar sus emociones y experiencias infantiles, solo así podrán tener más claridad, calma y valorar mejor su mundo emocional²⁸.

²⁸ En el capítulo 6 del libro, "Neptuno y el amor romántico", estudiaremos en detalle a esta Luna.

CAPÍTULO 2



Venus,
el romance y
el disfrute

*Para estar total, completa, absolutamente enamorado,
hay que tener plena conciencia de que uno también es querido,
que uno también inspira amor.*

Mario Benedetti

Venus es un planeta fundamental para descubrir cómo nos relacionamos, qué es para nosotros el amor romántico y cómo disfrutamos con un otro. En el amor, se asocia con el juego de la seducción, el placer, la coquetería, la sexualidad, con sentirnos valorados y apreciados por nuestra pareja.

El planeta Venus se vincula a su vez con la diosa Afrodita, la diosa del amor. Es muy importante que aclaremos cuál es la diferencia entre el amor de la Luna y el amor de Venus. Ambos planetas y arquetipos se refieren a la energía femenina que desea estar cerca de otro, pero las motivaciones son completamente diferentes.

La Luna busca en las relaciones seguridad emocional, calmar la sensación de vacío interior, una pareja que haga de madre o padre y que provea estabilidad y contención emocional; así como cuidar, amar y proteger a la persona que ama. Ella quiere vincularse en un nivel emocional profundo, desea una pareja que hable un idioma parecido.

Por el otro lado, lo que busca la diosa Afrodita-Venus es sentirse valorada, deseada, apreciada y querida por su pareja. Afrodita sueña con que esta la haga sentir única, deseada, mimada y la persona más especial del mundo. No le interesa tener a una madre o un padre de pareja, no quiere alguien que la cuide como una niña; menos le motiva andar protegiendo a su compañero o compañera. Tampoco conectarse profundamente a nivel emocional con el otro. A Venus le atrae un amante, un igual, alguien que le dé placer y gozo, con quien vibrar en seducción, sensualidad, erotismo, disfrute y romance. Quiere estar con alguien que desea y le atraiga. Anhela un espacio para la coquetería, algo parecido a un baile de a dos, donde el movimiento de uno abre el movimiento del otro. Esta diosa invita a entregarse a los instintos, a las hormonas, al gozo del cuerpo y el amor.

Venus en nuestra carta natal, por su signo, casa y aspectos, nos muestra cómo vamos a vivir este juego mágico del amor romántico, erótico y sensual. Qué es lo que más valoraremos y encontraremos atractivo en una persona, es decir, qué es lo que nos va a gustar en un potencial compañero. Así como también qué tipo de relación o experiencias en el ámbito de la pareja son las que nos parecerán atractivas, nos darán más felicidad, nos harán sentir más completos y nos brindarán más placer. Nos habla acerca de nuestros gustos

sexuales y las prácticas que en este ámbito más valoramos y más nos atraen.

También Venus nos da información acerca de nuestra facilidad para vincularnos y sentirnos aceptados por otras personas. Afrodita no quiere estar sola, quiere relacionarse con los demás.

Venus nos mostrará qué tan atractivos, bellos y sensuales nos sentimos y qué tan seguros estamos de atraerle a otro, al punto que este quiera tener un vínculo con nosotros. Venus es un indicador de nuestra autoestima personal y de nuestro valor propio.

Sin embargo, este planeta no solo habla de las relaciones de pareja o de ser aceptados por los demás. También nos muestra nuestra capacidad de gozar y disfrutar de la vida, de darnos permiso para sentir placer y atraer aquello que valoramos, además de conectarnos con nuestra energía creativa, artística y nuestra capacidad para generar belleza.

Es importante tener claro que la mayoría de la gente no tiene una relación sana con su propia Venus. ¿Qué significa esto? Que muchos no gozan ni disfruta de su vida. Ni se rodean de aquello que les hace bien y valoran, tampoco tienen una autoestima sana e incluso, dudan de que haya algo bello y hermoso dentro de sí mismos.

Lo que resulta de esta actitud es que nos sentimos incompletos, como si algo nos faltara para poder ser felices. Entonces, ¿qué tendemos a hacer?, ¿con qué soñamos?: con que llegue una pareja que nos traiga felicidad, que nos entregue todo el disfrute que no nos damos y que nos haga sentir especiales, amados y valorados. Lo malo es que ese anhelo trae también varias de las dificultades de las relaciones, ya que le estamos entregando al otro una gigantesca responsabilidad: darnos la alegría y la felicidad que nosotros mismos no nos damos.

Normalmente en el inicio de una relación sentimos que nuestra sed de Venus se ve saciada, pero en el momento en que nuestra pareja nos falla o ya no nos dedica todo el tiempo o atención, cuando desaparece el amor romántico, nuestra Venus comienza a sufrir. Ahí nacen las inseguridades, los celos, la posesividad, la insatisfacción, las quejas, los reclamos, la desilusión o la necesidad de *mirar para el lado*, con la ilusión de encontrar en otra persona el amor, el placer y el romance que queremos.

En este capítulo haremos un estudio profundo de quién es Venus, de manera que podamos entender por qué es fundamental tener una relación personal sana con este planeta para tener vínculos de pareja felices y satisfactorios.

LA CAPACIDAD DE ATRAER AQUELLO QUE DESEAMOS

Venus no solo se encuentra dentro de nosotros, sino que está presente en toda la naturaleza que nos rodea. El mejor ejemplo para entender a este planeta es pensar en una flor, pues es una manifestación concreta de este arquetipo. Una flor quiere atraer insectos para ser polinizada. Para lograrlo, recurre a seductores aromas, colores y bellas configuraciones geométricas que llaman la atención de los insectos, quienes se sentirán irresistiblemente atraídos hacia ella.

Recuerdo claramente hace unos años atrás cuando en pleno verano estaba paseando por la cordillera de los Andes en Chile, a más de 2.500 metros de altura. A esa altitud no crece casi ninguna planta y la montaña se parece mucho a un desierto árido y carente de vida. Mientras caminaba, algo capturó profundamente mi atención. Un aroma frutal, sensual y delicioso, como un atractivo perfume femenino. Miré para todos lados, pero no logré ver la fuente de ese aroma. Sin embargo, el olor era absolutamente penetrante e irresistible. Cerré mis ojos y me dejé guiar por mis instintos, y estos me hicieron bajar la mirada. A mis pies y a mi alrededor había decenas de pequeñas flores blancas. No me pude contener y me agaché para acercar la nariz lo más posible a esas flores y a su exquisita fragancia.

Esto es Venus, un arquetipo de la naturaleza cuya función es seducirnos. Es como un imán, que encanta atrayendo sensualmente hasta obtener algo que desea. Esas flores blancas estaban tan fuertemente conectadas con esa energía que hacían imposible resistirse a su *embrujo*.

Venus también está dentro de nosotros. Los planetas de la carta natal son verdaderos personajes que habitan en nuestro interior. Venus es nuestro personaje sensual y que es capaz de atraer con sus encantos y coquetería aquello que queremos. Una persona *venusina* es alguien que tiene a este planeta fuertemente activado²⁹, tanto que puede incluso dominar la personalidad. Alguien que es coqueto, atractivo,

²⁹ Una persona con la energía venusina fuertemente activa es alguien que normalmente puede tener en su carta natal:

- Venus en conjunción con el Sol y/o aspectada armónicamente (trígono o sextil) a la Luna, Marte, Júpiter o Plutón.
- Una fuerte presencia de los signos Tauro y/o Libra, ya sea por sus planetas personales o bien el Ascendente.
- Venus en la Casa I, V o X.

encantador, que irradia algo que seduce, que hace que bajemos nuestras barreras, que nos abramos y le sonriamos todo el tiempo.

Venus utiliza sus dones para que atraigamos a nuestra vida aquello que deseamos. Usa la seducción para engatusar o para conseguir lo que quiere. De forma más bien pasiva, tranquila y femenina logra lo que se propone.

El planeta complemento de Venus es Marte que representa una energía masculina y activa. Marte también desea y quiere cosas, pero a diferencia de Venus, va a salir a buscarlas con toda su fuerza. Marte no espera a que las cosas lleguen, sino que actúa para obtenerlas.

El juego de Venus y Marte lo podemos ver en las dinámicas arquetípicas entre los hombres y las mujeres. Cuando la mujer se siente atraída por alguien coquetea, sonríe y seduce. El hombre, por el contrario, tiende a activar su Marte y parte a conquistar a la mujer que le gusta. En todo caso, no quiero decir con esto que solo las mujeres viven Venus y los hombres Marte. Todo lo contrario, tanto hombres como mujeres tenemos ambos arquetipos y los vamos a ir activando de manera intercalada según la ocasión: a veces somos quienes seducimos y otras veces quienes nos dejamos encantar.

Cuán atractivos nos sentimos

Las flores en la cordillera que me cautivaron no dudaban para nada de su atractivo, no tenían problemas de autoestima, simplemente expresaban el arquetipo de la seducción. Pero los seres humanos, al ser seres más complejos y encarnar múltiples arquetipos a la vez, podemos sentirnos inseguros y creer que no poseemos algo lo suficientemente atractivo que haga que esa persona que deseamos se interese en nosotros.

Venus en nuestra carta natal es un personaje que se asocia con nuestro valor propio y autoestima personal. La posición de Venus por signo, casa y aspecto, tiene relación básicamente con la percepción de nuestro propio valor: nuestro peso en oro. Es decir, qué tan atractivos, interesantes y especiales nos sentimos para capturar la atención y el deseo de los demás.

Si nuestra Afrodita se encuentra con una autoestima sana, vamos a creer en nosotros mismos e inconscientemente irradiaremos esa confianza, valoración personal y energía atractiva-magnética al entorno. De esta forma, seduciremos a quienes nos interesan, lo que

nos dará seguridad en nuestras relaciones y nos permitirá disfrutar de nuestros vínculos.

Si Venus no se encuentra del todo activa, sana y segura nos sentiremos inseguros respecto de que los demás nos vean. Es decir, tendremos dudas de que realmente perciban que hay algo interesante en nosotros, algo que los motive quedarse y no dejarnos por otra persona. Esto puede ser la base de los celos y de todo tipo de inseguridades en las relaciones, pues como la persona duda de sí misma y no cree sinceramente que el otro esté interesado y la valore, piensa que "aparecerá una flor más atractiva que se llevará a mi abejita a otro lado".

Josefina tiene 23 años, ella es una mujer atractiva, inteligente y aventurera. Cualquiera la consideraría guapa, simpática y buena onda, todas cualidades que la hacen muy especial. Sin embargo, Josefina siempre ha sido muy insegura de su belleza y atractivo, y se siente menos que las demás. Esto la ha afectado especialmente en sus relaciones, pues la sensación de que la pueden dejar, de que su compañero se va a interesar en otra mujer a menudo la posee. Cuando está con su novio actual y aparecen otras mujeres atractivas, inmediatamente se siente menos que ellas. En ese instante el dolor y el miedo ante la posibilidad de ser abandonada o rechazada aparece. Esto se transforma en unos celos potentes y en la necesidad de llamar la atención de su pareja.

Su novio Cris realmente está enamorado de ella y justamente por eso no entiende las inseguridades y miedos de Josefina. Él la encuentra preciosa y su atención está puesta totalmente en ella, pero no importa cuánto se lo diga, ella nunca parece creerle.

Otra cosa que ocurre cuando nuestra Venus no está del todo sana es que nos sentiremos incómodos en el juego de la coquetería y la seducción, especialmente, cuando alguien nos comienza a gustar. En esos momentos, nuestras inseguridades se van a disparar, al punto de que dudaremos de que el otro pueda realmente interesarse en nosotros. Esto hace que no nos atrevamos a mostrarnos coquetos o seductores con quienes nos interesan y actuemos de forma muy tímida o pongamos barreras. Nuestro interés por la otra persona puede quedar completamente oculto, ante el gran miedo de ser rechazados. Estos temores pueden ser tan potentes que incluso no seremos capaces de ver las claras señales de interés que nos muestra la otra persona.

La adolescencia para Roberto fue un periodo extremadamente difícil en lo relacionado con las chicas que le atraían. Era muy vergonzoso, tímido e inseguro con quien le gustaba. Hacía todo lo posible

para que no se le notara que se sentía atraído por alguien. Muchas veces se moría de ganas de hacer algo para seducir, pero su baja autoestima y el hecho de estar completamente convencido de que la otra persona no se iba a interesar, hacía que nunca tuviera algún gesto romántico o coqueto. Se sentía menos que sus compañeros de escuela, particularmente lejos de los más populares que estaban siempre rodeados de mujeres y que eran muy extrovertidos y seductores con ellas.

Lo curioso, y de lo que Roberto jamás se enteró hasta muchos años después, fue que algunas de las chicas que le gustaron sí se sintieron atraídas por él. De hecho, le mandaron claras señales, pero Roberto parecía ignorarlas por completo. Su propia inseguridad y dudas con respecto a sí mismo no le dejaron ver el interés de las mujeres por él.

Si nuestra Venus no está activa o si se encuentra en una posición compleja en nuestra carta natal³⁰, tendremos grandes inseguridades y dudas acerca de nuestro atractivo y belleza. Que quede claro que esto realmente no tiene que ver con cómo objetivamente sea la persona, pues me ha tocado ver mujeres y hombres muy atractivos a nivel físico, pero como tienen su Venus complicada se sienten extremadamente inseguros y no ven lo valioso en ellos.

Cuando Venus está en una posición difícil vamos a sentirnos inseguros de nuestro cuerpo y le encontraremos siempre un defecto que nos avergüenza. Pero este planeta no solo tiene que ver con el cuerpo físico, pues su energía es encantadora y posee un *aura de atracción* que rodea a la persona. Si Venus está bloqueada, no vamos a activar esa aura o no vamos a creer que la tenemos.

Venus y nuestras ganas de embellecernos

Venus en nuestra carta natal nos va a indicar en qué medida nos preocupamos de nuestra imagen personal y todo aquello que hacemos

³⁰ Venus se encuentra complicada para expresarse cuando, en nuestra carta natal, tiene un aspecto disarmónico (conjunción, cuadratura, quincuncio y oposición) con planetas como Saturno, Urano, Luna o el asteroide Quirón. También si Venus se encuentra en el signo de Capricornio o en la Casa XII de la carta natal.

Si bien no es lo mismo, también podemos tener inseguridades y miedo al rechazo en las relaciones si está Saturno o Quirón en la Casa V o VII.

En el capítulo 4 del libro estudiaremos especialmente el tema de la baja autoestima y la inseguridad asociada a Venus, de manera de aprender a amarnos y valorarnos a nosotros mismos.

para vernos atractivos. Así como el estilo o forma de embellecernos y adornarnos.

Hasta el siglo XX el género masculino tenía bastante bloqueado el arquetipo de Venus, la imagen masculina era a lo macho: hombres que no se arreglaban ni se preocupaban de su ropa o aspecto. Ese tipo de hombre proyectaba su Venus y, por ende, se sentía atraído por mujeres muy sensuales, coquetas y atractivas. Hoy en día esto ya ha cambiado y podemos ver cómo los hombres se preocupan mucho más de su imagen y de verse atractivos.

Más allá del sexo, lo importante es tener claro que todos tenemos una Afrodita dentro de nosotros. Es decir, todos poseemos un personaje que quiere seducir, atraer y verse bello. Si nos negamos a darle espacio o cabida, por nuestros miedos, vergüenzas o porque creemos que es algo superficial, entonces nos estamos negando a nosotros mismos y eso tendrá impacto en nuestras relaciones. Es decir, si niego el atractivo de mi Venus, entonces lo más seguro es que tendré problemas de autoestima, lo que a su vez tendrá un efecto en mis vínculos amorosos.

No hay que olvidar que el arquetipo de Venus está en toda la naturaleza, de hecho, muchas especies de animales también se embellecen en la época de apareamiento, ya sean machos o hembras. Hoy en día, los movimientos feministas más radicales están en contra de que las mujeres se arreglen tanto o muestren más sus atributos, sienten que al hacerlo se están *vendiendo* al género masculino. No entienden, ni conocen a la Afrodita mitológica y a la potencia del propio arquetipo dentro de ellas. Afrodita es una diosa que no se vende, Afrodita compra. Con su belleza y atractivo ella atrae lo que quiere y elige; ella está empoderada. No podemos pedirle a una flor que niegue su esencia atractiva, de la misma forma que simplemente no podemos negar que Venus también existe dentro de todos nosotros.

Muchas personas que reniegan de su propia Venus pueden caer en un exceso de intelectualidad, en desmedro de lo estético o lo que consideran *superficial*. Tengamos claro que muchas veces esto es una forma de compensar las propias inseguridades personales, una manera de escapar de un terreno donde ha habido rechazo o experiencias dolorosas. Es importante que nos demos cuenta de que una cosa no implica la otra. Ser intelectual no implica dejar de preocuparse por la propia imagen y querer verse bien. De la misma forma que atender a nuestro aspecto tampoco sugiere una falta de inteligencia. Hay que aprender a darle espacio a todos nuestros personajes para ser seres humanos integrados.

Sanar a Venus consiste en preocuparnos por nuestra apariencia y querer sentirnos más lindos. Esto involucra tratarnos con amor y

mimarnos, pero también realizar acciones de autocuidado, como hacer deporte o escoger lo que comemos para cuidar nuestro peso, todo esto es amor hacia nosotros mismos. Y eso es clave para sanar la autoestima personal y sentir que merecemos ser felices en el amor.

Si te sientes incómodo o inseguro con tu propia imagen, si dudas de que haya algo atractivo en ti, si te da vergüenza la seducción o no crees que le puedas gustar a otro; entonces es clave que hagas un proceso de sanación de tu propia autoestima. Hay algunas esencias florales especialmente hechas para ayudar a curar la imagen personal. *Flannel Flower* del sistema Bush ayuda a superar inseguridades con el cuerpo físico, en especial, esas que están conectadas con el miedo a ser rechazados. *Five Corners* del sistema Bush y *Larch* del sistema Bach ayudan a mejorar la autoestima. *Billy Goat Plum* del sistema Bush es excelente para superar la vergüenza. *Pomegranate* del sistema Fes muy buena para conectar con el lado femenino, más sensual y creativo.

El simple hecho de creer realmente que hay algo seductor dentro nuestro y dar espacio a esa energía, atrae y encanta a los demás.

Venus y los súper seductores

Es interesante ver cómo algunas personas se convierten en alguien extremadamente seductor y caen en una caricatura del arquetipo de Afrodita. Es gente muy preocupada de su imagen, quiere verse bien, ser sensual, atractiva y magnética. Necesita que la mayor parte de las personas que las rodea se sienta atraídas por ellas.

Esta actitud aparece reflejada en la carta natal cuando Venus presenta al mismo tiempo heridas de inseguridad junto con una tremenda necesidad de sentirse deseada y valorada. Dichas personas requieren para compensar su baja autoestima que los demás no se les puedan resistir. No saben cómo manejar la indiferencia de los otros, así que entran en juegos de coqueteo excesivo o pueden tener el impulso de vivir romances y aventuras con personas distintas.

Cualquier extremo que adopte Venus, ya sea negando su esencia o exagerándola nos va a hablar de un conflicto con la imagen interior y la seguridad personal.

LO QUE CONSIDERAMOS VALIOSO, BELLO Y NOS ATRAE DEL MUNDO EXTERNO

¿Qué es lo que valoras? ¿Qué es lo que quieres atraer para tu vida?

El planeta Venus es un indicador de lo que encontramos valioso, bello y atractivo en el mundo, es decir, nos habla de nuestros gustos. Por ejemplo, cuando entramos a una tienda de ropa, de muebles o de accesorios es Venus la que se convierte en protagonista, seleccionando qué es lo que le llama más la atención y qué es lo que más le gusta.

No todas las personas tienen el mismo concepto de belleza. Para algunas la moda y los adornos estilo rockeros pueden ser los más lindos, otras optan por ropa más delicada o estilizada, otras por productos caros y exclusivos, mientras que otras prefieren la ropa más cómoda, hecha con fibras naturales y que caiga bien en el cuerpo. Realmente no existe un parámetro de belleza único y esto ocurre básicamente porque hay múltiples configuraciones astrológicas que Venus puede tener en la carta natal. Lo que es bello para mí, quizás es feo para ti.

Venus no solo se limita a objetos materiales, sino también es indicador de lo que nos gusta y atrae en forma de experiencias. Para algunas personas quizás lo valioso en su vida es leer un libro, estudiar, ir al cine o a las obras de teatro. Quizás para otras es practicar o ver deportes; o bien salir a la naturaleza, hacer caminatas o ir a la playa. Para otras pueden ser los viajes, comer en restaurantes o cocinar; o bien dedicar tiempo a realizar alguna actividad artística como pintar, bailar o tocar un instrumento. Incluso para algunos puede ser el trabajo o dedicar su tiempo a sus proyectos profesionales personales.

La clave acá es tener claro que, si no nos damos permiso para acercarnos a nuestra vida lo que nuestra Venus encuentra bello, atractivo y valioso, o no le dedicamos tiempo a aquellas cosas que nos gustan, entonces lo más seguro es que vamos a tener problemas de autoestima. Entre menos importancia le demos a lo que Venus valora, menos valiosos nos sentiremos.

La carta natal personal nos muestra de manera clara aquello que encontramos importante, a través del signo y el elemento de Venus³¹. Un poco más adelante nos detendremos en ello.

³¹ Otros indicadores de lo que nos gusta y da placer están asociados a los planetas con lo que Venus tiene aspecto, así como la casa en la que se encuentra. También las casas donde el signo Tauro y Libra están en la cúspide son indicadores de las áreas de la vida que nos agradan y valoramos.

Venus y el placer

Aquello que nuestra Venus asume como bello y valioso es aquello que nos va a ayudar a encontrar una identidad y a definirnos como personas. El gran problema está en que en nuestra sociedad la mayoría de la gente no tiene realmente idea de qué es lo que realmente le gusta o con lo que se identifica. Estamos bombardeados por avisos publicitarios y mensajes externos que nos muestran qué es lo bello y valioso, pero ¿acaso es eso lo que más nos gusta? A esto se suma el ritmo frenético y exigente de nuestra vida moderna, que hace que apenas nos quede tiempo para nosotros como para dedicarnos a lo que más nos agrada. Trabajamos en exceso o estamos preocupados por nuestra familia o las dos cosas. La mayoría de la gente con suerte realiza una o dos veces al mes aquello que le encanta y atrae.

Mientras no nos detengamos a preguntarnos qué es lo que más nos gusta y lo que queremos vivir, no podremos conectarnos de verdad con nuestra Venus. Activar nuestra Afrodita tiene que ver con aprender a conocernos y descubrirnos. Ver series de televisión en nuestro tiempo libre no es lo único que nuestra Venus quiere hacer.

Venus está muy conectada con el concepto del placer y de disfrutar la vida. Entre menos interés y tiempo dediquemos a lo que nuestra Venus quiere, menos nos regocijaremos. Es interesante observar que en nuestra sociedad muchas veces darnos placer y preocuparnos de lo que nos gusta está mal visto. En aquellas culturas que tienen una fuerte influencia cristiana existe una mala visión del placer y del goce personal, pues se lo considera algo egoísta que nos aleja del camino espiritual. Ni hablar de la sensualidad, el erotismo o la preocupación por la apariencia personal. Afrodita ha sido un arquetipo duramente castigado desde hace cientos de años. Es quizás por todo esto que en las sociedades modernas la tasa de infelicidad es tan alta.

Nos quejamos de que nuestra vida está vacía y de que no tenemos tiempo para nada. Pero ¿acaso nos damos tiempo para disfrutarla? ¿Nos preocupamos de mimarnos y hacer aquello que más nos gusta? Si la respuesta es no seguramente nos sentiremos amargados o resentidos con la vida. Hay personas que prefieren vivir disociadas de la realidad y en su mente e imaginación fantasean con todo lo que les gustaría hacer, pero por ningún motivo se dan permiso ejecutarlo en el mundo real.

Quizás esto ocurre porque sentimos culpa de pasarlo bien. Puede ser que tengamos la sensación de que no lo merecemos, tanto así, que sin darnos cuenta nos autocastigamos o boicoteamos cuando estamos gozando. O quizás llevamos los placeres al exceso, tratando desesperadamente de compensar nuestros vacíos y ansiedades

interiores, y luego nos sentimos culpables y preferimos no hacer nada antes de caer otra vez en ello. La culpa es la *kryptonita* de Venus.

Si sientes culpa por gozar o sientes que no lo mereces, te invito a detenerte un minuto y preguntarte por qué haces eso. De dónde vienen esos sentimientos. Sería ideal que hicieras un proceso de sanación para darte permiso a ti mismo para ser feliz, pues todos lo merecemos.

Venus y los excesos

Hay personas que pueden vivir su energía venusina sin ningún tipo de censura, culpa o arrepentimiento. Por el contrario, están muy apegadas al disfrute, al gozo y las comodidades. Cuando esto ocurre en exceso, aparece lo que se llama la sombra de Venus que hace que la persona tienda a la flojera o a la pasividad. Esta deja de moverse en la vida, deja de actuar y de tratar de cumplir sus metas personales.

Esto puede ser más extremo si la persona usa constantemente su capacidad de seducir para lograr que otros le entreguen lo que desea. En esos momentos, comienza a volverse muy individualista y a estar centrada solo en sí misma. Los otros son un medio para obtener lo que se quiere, en particular la pareja que se convierte en un vehículo para obtener cosas. El amor romántico se transforma en algo secundario.

La Afrodita mitológica también podía caer en estos excesos o volverse completamente amoral cuando quería algo, tanto que no le importaban las consecuencias de sus deseos. ¿Cuántos triángulos amorosos o conflictos se produjeron en la mitología a causa de Afrodita? ¿Cuántas personas con su energía venusina desbalanceada son capaces de cualquier cosa con tal de obtener lo que quieren? Personas que dejan de sentir empatía hacia los demás y no se dan cuenta de la forma cómo su comportamiento afecta a quienes las rodean, tanto en el ámbito del romance, como en el de los objetos materiales, dinero o posesiones.

Otro comportamiento desbalanceado de Venus es la necesidad excesiva de comprar y de acumular, ya no se tienen las cosas porque realmente se goce de ellas o se utilicen. Se tienen simplemente para sentir la acumulación o para aparentar una imagen.

Venus nos habla del gozar de lo que poseemos y de mimarnos con amor. Si no nos hacemos regalos o nos brindamos aquello que disfrutamos se produce un desbalance en nuestra Afrodita. Tenemos que aprender a querernos y a darnos lo que merecemos sin culpa,

pero caer en el otro extremo también es un desbalance al que es recomendable ponerle atención.

Venus y nuestra expresión artística y creativa

Venus es un planeta que se relaciona con nuestras ganas de expresar belleza y creatividad. Todos tenemos un potencial artístico creativo, todos tenemos un don. El problema está que muy poca gente se da permiso y espacio para cultivar esto. ¿Cuánta gente realmente se da tiempo en la vida para dedicarse a algún tipo de expresión artística? Con esto no solo me refiero a expresiones tradicionales como la pintura o algún tipo de arte manual, también puede ser escribir, cocinar, la música, la danza, la fotografía, el teatro, etc.

Cuando el planeta Venus está complicado en una carta natal, lo más seguro es que habrán profundas dudas e inseguridades con respecto a nuestros dones. Quizás tuvimos alguna mala experiencia de niños o adolescentes, a lo mejor alguien se burló o nos criticó y a partir de ese momento nos grabamos la idea de “no sirvo, no tengo talento para esto”.

Múltiples veces me ha tocado ver en la consulta personas con cartas natales que implican tremendos potenciales creativos, pero que dudan absolutamente de ellas mismas. Me miran con incredulidad cuando se los comento y empiezan a decir que esas cosas no les gustan o que no tienen que ver con quienes son. Sin embargo, si profundizo un poco más, comentan que no se sienten o no les tienen fe a sus talentos personales o a la capacidad de hacer algo bello.

También puede ser que Venus no tenga ninguna complicación, pero que simplemente la persona no se da el tiempo y espacio para crear y expresarse, aunque se muera de ganas. Acá volvemos a tocar el punto de darse permiso para sentir placer y atraer a la vida las experiencias que valoramos.

También es importante considerar qué es lo bello. La expresión artística de la belleza no va a ser la misma para alguien que tiene Venus en Géminis o en Tauro o en Escorpio³². Construir nuestra propia identidad se relaciona con aceptar quienes somos y atrevernos a expresarlo. Eso nos empodera y sana nuestra autoestima.

³² Donde está Venus en nuestra carta natal es donde están nuestros dones de generar belleza, según el signo y la casa donde se encuentre Venus, así como los aspectos que esta tenga. También la Casa V de la carta natal nos habla de nuestra expresión creativa. En la astrología clásica antigua, la Casa V era considerada un escenario venusino.

Nuestra Venus comienza a sanarse en la medida en que le damos permiso para que se conecte con su esencia artística y creativa.

Begoña es una mujer de 35 años. Durante los últimos años ha estado completamente dedicada a su trabajo y a su familia, tiene dos niños de ocho y seis años. Normalmente se sentía muy cansada y apenas le quedaba tiempo para disfrutar en el día. La vida sexual con su marido también se iba deteriorando y apenas había espacio para el romance. Ella ya no se sentía ni bella ni deseada, pero tampoco se arreglaba demasiado o se preocupaba de su imagen. No se sentía muy feliz con su vida, estaba más bien insatisfecha.

Hace unos meses Begoña acudió a un astrólogo que le comentó acerca de los tremendos dones artísticos y creativos que estaban presentes en ella, así como la gran necesidad de expresarse que había en su interior. Inicialmente ella descartó estos comentarios, primero porque dudaba realmente de su talento, segundo porque en su vida apenas existía tiempo, así que menos podía dedicarse a cultivar algo que eventualmente le fuera a gustar. El astrólogo insistió que, si se desconectaba de esa parte de sí misma, se iba a sentir incompleta e infeliz y su autoestima no iba a sanar.

Después de la consulta, la idea quedó rondando en su mente y comenzó a preguntarse a sí misma qué se podía dedicar. Se acordó de cómo le gustaba bailar cuando era niña y cómo disfrutaba en su época adolescente y universitaria de las salidas a la discoteca con sus amigas. Finalmente, decidió inscribirse en un taller de danza árabe. No fue nada fácil cambiar sus rutinas, tampoco darse tiempo y permiso para hacerlo. Se sentía culpable, además su marido no estaba nada de feliz porque tenía que dedicarle más tiempo al cuidado de sus hijos. Pero Begoña estaba decidida. Comenzó a bailar dos veces a la semana, al principio le daba vergüenza y se sentía insegura comparada con sus compañeras. Sin embargo, siguió bailando hasta que empezó a disfrutar de las sesiones. Con el paso de las semanas algo comenzó a cambiar en ella. Se sentía más alegre, más sexy y más segura de sí misma. Empezó a preocuparse más de su apariencia y a hacer más cosas que le gustaban. El cambio en ella no pasó desapercibido para su marido, quien comenzó a sentirse más atraído por Begoña. Un juego de seducción despertó entre ambos y la relación empezó a cobrar vida nuevamente.

Depender de otro para gozar y disfrutar

Este es un punto clave y que está a la raíz de muchísimos problemas y conflictos en las relaciones. Normalmente creemos que las cosas o experiencias de las que disfrutamos deben ser vividas en compañía de

otro. Muchas veces estamos solos y tenemos ganas de hacer algo que nos gusta, pero preferimos no llevarlo a cabo porque no queremos hacerlo en solitario, así que nos negamos a vivir esa experiencia. De esta forma, sin darnos cuenta, nos autocastigamos e impedimos que nuestra Venus goce o disfrute.

Hay personas que tienen muchos deseos de ir al cine a ver una película que les interesa o ir al teatro, a un museo, a un concierto, etc., pero como no tienen con quien ir prefieren no hacerlo. Lo más seguro es que después de esto surjan más ganas de estar en pareja, condicionando con ello su capacidad de disfrutar al hecho de estar acompañados. Hay personas que no quieren hacer las cosas solas por el temor de lo que dirán los demás, piensan que estos se van a compadecer o las mirarán en menos por no estar acompañadas. O bien, no lo hacen porque cuando andan solos y ven a una pareja, se sienten menoscabadas y su sentimiento de soledad se dispara.

Si no me doy permiso para hacer aquello que me gusta solo, sentiré que solo soy feliz acompañado. Ya hemos visto que, si no se potencia la propia Venus, surgirán problemas de autoestima y valoración personal y esto se verá reflejado en las relaciones, pues la persona inconscientemente se sentirá atraída por alguien que tampoco podrá hacerla feliz, ni menos valorar.

Si no hago aquello que me gusta y encuentro valioso por mi cuenta, entonces voy a querer a una pareja que me haga disfrutar y me acompañe a vivir aquello que me da placer. El otro va a tener la gran responsabilidad de hacerme feliz. Esto seguramente generará un conflicto cuando no haga aquello que me gusta o no quiera compartir los espacios y experiencias que considero placenteros. En ese minuto me voy a sentir frustrado y no querido, y podría llegar incluso a comportarme de manera intolerante o exigente, o al revés, sobreadaptarme para que el otro no me abandone.

Para estar bien con un compañero o compañera, primero tenemos que aprender a estar bien con nosotros mismos. Si me permito gozar por mi cuenta, si me doy permiso para vivir aquello que me gusta, entonces voy a aprender a disfrutar sin depender de otro. De esta forma, mi autoestima sanará y me voy a querer más. Voy a desear estar con otro para compartir lo rico que hay en mi vida. Esta actitud se reflejará en el tipo de pareja que me atraerá, pues ahora inconscientemente me sentiré seducido por alguien que sí me valora. Cuando esta persona no me pueda acompañar a aquello que me gusta, no sufriré porque sabré que también lo puedo hacer por mi cuenta, ya que no dependo de otro para ser feliz. El nivel de exigencia hacia mi pareja también cambiará, me volveré más tolerante y aceptaré el derecho individual de cada uno a ser feliz.

EL PLACER SEGÚN EL ELEMENTO Y EL SIGNO DE VENUS

Si queremos tener una relación sana con nuestra Afrodita personal es clave que aprendamos a conectarnos con ella. Una excelente forma es empezar a sintonizarnos con los gustos, actividades y ambientes que nuestra Venus prefiere y le dan placer. Para comenzar, lo primero que podemos hacer es fijarnos en el elemento donde se encuentra Venus en nuestra carta astral³³.

Mucha de la gente que he visto en mi consulta no está conectada con el signo de su Venus, es decir, no se identifica ni tiene experiencias relativas a este. Cuando les hablo de dicha energía, dudan, sienten inseguridad o incluso cierto rechazo ante la idea de cultivarlo. Explicaciones hay muchas, pero las principales son: que la persona esté más conectada con la energía de su Luna, la cual puede diferir considerablemente de su Venus y, por lo tanto, puede sentir que si elige a este planeta pierde la seguridad emocional que su Luna demanda; o bien puede tener una muy Venus complicada³⁴ al punto que la expresión de Afrodita quede bloqueada; o finalmente, también pueden existir que otros factores astrológicos se encuentren muy activos y censuren la energía de este planeta³⁵.

Lo interesante es ver cómo las personas (tanto mujeres como hombres) que se atreven a explorar en el signo y elemento de su propia Venus comienzan de a poco a identificarse con este, a sentirse cómodos, más felices, a gozar más de la vida y a experimentar una mejora en su autoestima.

Venus en aire: Géminis, Libra y Acuario

Las personas con Venus en el elemento aire deben conectarse con un lado más intelectual, curioso y mental, que disfruta de instruirse, estudiar e informarse. Esta Afrodita necesita sentir que aprende cosas nuevas y acumula información, por lo tanto, dedicar tiempo

³³ Para saber el signo de su Venus, les recomiendo la página web astro.com

³⁴ Por aspectos disarmónicos.

³⁵ Porque la persona tiene mucha energía *yang* por un Marte muy potente o mucha energía ariana en su carta natal; o bien mucha energía saturnina porque esta limita la expresión individual y el disfrute.

tanto a estudiar como a comunicar aquellas cosas que le interesan es muy recomendable. Esta Venus es la más social de todas, la que más necesita estar rodeada de personas y grupos para compartir con los demás.

Venus en Géminis

Las mujeres y hombres con Venus en Géminis tienen una Venus extremadamente juguetona, a la que no le gusta tomarse las cosas muy en serio, aunque su Afrodita es extremadamente inteligente e ingeniosa. A esta Venus le encanta estar estudiando y aprendiendo constantemente de diferentes cosas. Así como dedicar tiempo a leer, informarse o interactuar con otros en las redes sociales. Esta Venus es una tremenda comunicadora, por lo tanto, escribir o grabar videos donde habla de distintos temas la hará sentirse muy bien. También sociabilizar y conversar es clave, ya sea se ponga en contacto con sus amigos o con personas desconocidas con las que se tope.

Venus en Libra

Las mujeres con Venus en Libra tienen una Venus extremadamente preocupada de la belleza, la estética, la sensualidad y la armonía. Les importa verse bellas, estar a la moda y sentirse atractivas. Los hombres también deberían estar atentos a su imagen, pues su Venus quiere y necesita verse bien. Esta Venus es una amante del arte. Le gusta ir a exposiciones, estar en museos, ir a conciertos, al teatro, etc. También tiene grandes talentos artísticos que debería aprender a canalizar practicando algún tipo de actividad creativa. Es una Venus muy social e inteligente, le gusta reunirse con sus amigos a hablar de distintos temas. Tiene un gran don para ayudar a conciliar conflictos, mediar y armonizar las situaciones. Potenciar su talento como mediadora o negociadora, ayudando a los demás a llegar a acuerdos es algo que les va a encantar y fortalecerá su autoestima.

Venus en Acuario

Las mujeres y hombres con Venus en Acuario tienen una Afrodita extremadamente vanguardista, original, libre, que necesita darse permiso para diferenciarse y cultivar una imagen única. Esta Venus se

siente y quiere verse distinta a los demás, por lo mismo, es importante que su apariencia física muestre ese sello medio loco y original de la energía acuariana. Su Venus se aburre rápidamente, por lo que necesita que cada cierto tiempo se hagan cambios en las rutinas de la vida. Le gusta lo original, nuevo y diferente, estar siempre un paso más adelante que los demás. También estudiar temas esotéricos o aprender disciplinas que le permitan entender cómo funciona la realidad desde un nivel de conciencia más alto. En sus vínculos y en su vida necesitan mucha independencia y moverse libremente como quieran. Es una Venus muy social, a la que le gusta rodearse de grupos de personas y de amigos. Los temas humanos y las causas sociales les interesan mucho, por lo tanto, es muy recomendable que exploren en alguna fundación u organización dedicada a mejorar el mundo.

Venus en agua: Cáncer, Escorpio y Piscis

Las personas con Venus en el elemento agua deben darse permiso para conectarse con sus emociones, sentir y vincularse emocionalmente con otros. Estas son Afroditas muy sensibles a las que les gusta cuidar y proteger a otros. Quieren estar en lugares donde se sientan seguras y protegidas. Tienen una tremenda conexión con el mundo creativo y una especial sensibilidad artística, la cual pueden canalizar dedicándose a algún tipo de expresión que les permita fluir y sentir que su yo consciente desaparece en el proceso creativo. Cuentan además con una potente conexión con el mundo espiritual e intuitivo.

Venus en Cáncer

Las mujeres y hombres con Venus en Cáncer tienen una Afrodita más bien maternal y muy familiar. Esta es una Venus a la que le gusta mucho pasar tiempo en su hogar, así como dedicar horas a crear un ambiente acogedor y realizar actividades en la casa. Compartir con la familia también es muy importante, así como generar vínculos emocionales profundos con aquellos que quiere. Cuidar a otras personas, niños o animales las hará muy feliz, porque su energía nutrición podrá ser canalizada. Como todas las Venus en agua, tiene un gran potencial creativo, que es recomendable que pueda expresar, si no lo hace, puede tender a disociarse de la realidad.

Venus en Escorpio

Las mujeres y hombres con Venus en Escorpio tienen una Afrodita extremadamente intensa y pasional, dueña de un poderoso deseo y energía sexual. Es muy importante que aprendan a canalizar toda esta energía creativa interna (llamada también kundalini), pues si no lo hacen esta se atasca y explota en conflictos, resentimientos o drama. Para esta Venus es muy importante realizar alguna actividad artística y creativa que realmente la apasione e incluso la obsesione. Le gustan los temas prohibidos y tabú, y sin culpa debe permitirse explorar las facetas que la llevan a conectarse con ellos y con cosas que la mayoría de la gente rechaza. Tienen a una Maléfica dentro de sí, la cual tienen que aprender a canalizar y explorar, con conciencia y sin culpa. Lo mismo ocurre con su energía sexual, es importante que se den permiso para conectarse con ese lado más instintivo y vivan sus deseos. Son muy recomendables los talleres de tantra o de manejo de la energía sexual, para que puedan ver cómo espiritualizar y utilizar el sexo como un medio para transformarse a sí mismas. El amor por lo esotérico y lo oculto también es muy potente, así como poder descubrir qué sucede dentro de las personas, por lo que es recomendable que estudien distintos oráculos como tarot, astrología o runas, entre muchas otras técnicas más que existen hoy en día.

Venus en Piscis

Las mujeres y hombres con Venus en Piscis tienen a una Afrodita que está tremendamente conectada con el plano espiritual. Es vital que aprendan a dar cabida a esa energía mística, amorosa y compasiva en su vida, pues sino se sentirán melancólicos y decepcionados o querrán disociarse y escaparse de la realidad. Esta es una Venus con una tremenda capacidad para ayudar, contener y calmar a aquellos que sufren. Dedicar tiempo a cuidar a otros es algo que las va a llenar mucho. Las actividades que la conecten y las lleven a otro estado de conciencia son ideales para esta Venus, como el yoga, la meditación, la danza, taichí, etc. Así como aprender técnicas de manejo energético y canalización, como el reiki o cualquier otra que les llame la atención; el estudio y trabajo con los sueños también es recomendable. Retirarse a la naturaleza y estar cerca del mar les hará muy bien. También dedicarse a actividades creativas muy intuitivas y donde su tremenda imaginación pueda ser canalizada como, por ejemplo, la pintura, la fotografía, la poesía, etc.

Venus en fuego: Aries, Leo y Sagitario

Las personas que tienen a Venus en el elemento fuego deben conectarse con actividades y experiencias que impliquen acción, movimiento, aventura, adrenalina y competencia. Hacer deporte para ellas es clave. Si tienen Venus en fuego y no realizan ningún tipo de actividad física, entonces no están sintonizadas con la energía y la potencia que implica este elemento. El fuego es confianza en uno mismo y atrevimiento. Aprender a actuar desde el instinto y la intuición, sin dudar o pensarlo tanto. Conectarse con las ganas de salir a actuar, moverse y mostrarse, sin miedo o vergüenza.

Venus en Aries

Las mujeres con Venus en Aries tienen una Afrodita que es una verdadera guerrera amazona. Esta es una Venus que necesita vivir potentes actividades físicas donde sienta que se produce una descarga de energía, en particular, aquellas que son competitivas, donde haya roce y las ganas de ganar estén permitidas. Los más audaces se darán cuenta de cómo pueden disfrutar de una actividad donde descarguen y liberen su enojo acumulado. Un baile como el Flamenco puede ser ideal, pues conecta la sensualidad de Afrodita, con la potencia y fuerza de esta danza. Estas Venus tienen que atreverse a ser más valientes y salir a buscar aquellas cosas que les gustan o que quieran atraer a su vida. Venus en Aries no sirve para esperar, tiene que actuar. Los mismos consejos corren para los hombres, quienes normalmente con esta configuración se dedican a las artes marciales o a los deportes de competencia.

Venus en Leo

Las mujeres con Venus en Leo tienen una Afrodita que necesita sentirse una reina, que quiere verse bella y especial para no pasar desapercibida. Igual para los hombres con esta Venus, quienes tienen que descubrir dentro de sí una parte que quiere destacarse como un pavo real. Adornarse y comprarse ropa o accesorios para verse más llamativos que el resto los hará sentirse más especiales. Esta Afrodita tiene una tremenda energía creativa y autoexpresiva; atreverse a salir al escenario o mostrarse delante de otras personas hará que se sintonicen con Leo. Talleres de canto, danza o teatro para tener presentaciones delante de otros los potenciará. También su energía creativa es muy alta, por lo tanto, realizar cualquier tipo de expresión

artística los ayudará a sintonizarse con su yo que quiere crear. Es muy recomendable que se conecten con la niña o el niño juguetero que fueron, mientras más cabida le den en su vida, más felices se sentirán consigo mismos

Venus en Sagitario

Las mujeres y hombres con Venus en Sagitario poseen una Afrodita amante de la aventura, de salir a explorar y viajar a otros países. Realizar actividades físicas en la naturaleza o que impliquen algo de adrenalina los hará felices. Hacer cosas sin planificar, simplemente experimentando la aventura de lo que pueda ocurrir, es esencial para esta Venus. También dedicar tiempo a estudiar otros idiomas y culturas extranjeras. Por supuesto que las personas de otros lugares les pueden encantar. Los estudios de temas esotéricos, filosóficos o religiosos también. Tienen un tremendo talento para inspirar a otros, por lo tanto, si pueden dictar clases o hacer talleres de aquello que los inspira en la vida se sentirán muy plenos.

Venus en tierra: Tauro, Virgo y Capricornio

Para las personas con Venus en el elemento tierra es importante tener una conexión sana y concreta con la realidad y las rutinas del día a día. Son Afroditas a las que les gusta cumplir metas y objetivos, así como potenciar su capacidad para plasmar aquello que desean. Satisfacer sus sentidos, mimar su cuerpo y tratarlo con amor es algo que les hará muy bien. Buscar estabilidad en la vida y seguridad material también es muy importante para estas Afroditas.

Venus en Tauro

Las mujeres y hombres con Venus en Tauro tienen una Afrodita extremadamente sensual, conectada con el placer y el disfrute de los sentidos. Preocuparse de mimar y consentir su cuerpo es clave, por ejemplo, los masajes son una fuente de placer enorme. Satisfacer sus deseos en el plano físico los hará extremadamente felices, ya sea que se preocupen por los olores, las texturas, los sabores, los sonidos o cualquier cosa que les brinde belleza a su alrededor. La comida es un tema importante acá, el amor por la cocina, el beber y disfrutar

del encuentro alrededor de la mesa es vital. Una Venus en Tauro que no come, es una Venus en Tauro que no se permite disfrutar. Esta Afrodita tiene un gran talento para crear y manifestar con sus manos, por lo que cualquier expresión artística que potencie el trabajo plástico es muy recomendable. Así como dedicar tiempo a cocinar o a trabajar en el jardín. Esta Venus necesita sentir que tiene estabilidad material y física en su vida para sentirse contenta.

Venus en Virgo

Las mujeres y hombres con Venus en Virgo tienen una Afrodita extremadamente servicial, atenta, que se preocupa mucho por atender a quienes quiere. Esta Venus necesita sentirse útil. Mantener ordenada su casa y su espacio es clave para estar a gusto. Tiene un tremendo don para detectar las fallas y saber cómo arreglarlas, por lo tanto, cualquier actividad que requiera de su ojo crítico y de su capacidad de corregir, la va a hacer sentir muy bien. Esta Venus es como una sacerdotisa que tiene una especial conexión con la naturaleza. Darse espacio para sacralizar la vida y sentir que está al servicio de algo mayor que sí misma es importante. También dedicar tiempo para ayudar a otros le puede hacer sentir muy a gusto consigo misma. Las expresiones artísticas que más le resuenan son las que requieren de técnica, prolijidad y dedicación. Tener una rutina de autocuidado y preocuparse por su salud personal también es muy importante.

Venus en Capricornio

Las mujeres y hombres con Venus en Capricornio tienen una Afrodita que goza y disfruta poniéndose metas y desafíos. Una Venus que se recrea trabajando y dedicándose a cumplir los proyectos que se propone. Para que pueda hacerlo aún más, es vital que esta Afrodita aprenda a resolver su miedo a fracasar y su tendencia a la negatividad, ya que eso puede hacer que se estrese y deje de resultarle placentero dedicarse a sus objetivos. Esta Venus goza preocupándose y haciendo cosas para que los demás estén bien y lo pasen genial. Es importante que lo reconozcan y se den cuenta de que el disfrute está en hacer cosas y en ver que los demás están gozando, independiente de si estos la valoran o no. Es fundamental que esta Venus se autorice a celebrar y disfrutar, pues tiene una gran capacidad gozadora, especialmente cuando se siente libre de responsabilidades y de tareas.

VENUS, EL AMOR Y LOS VÍNCULOS

Venus es un planeta que se relaciona con nuestras ganas de sociabilizar, de caer bien, de ser aceptados y de generar armonía en los lugares y en los grupos de gente. A Venus le gusta compartir, pasarlo bien y recrearse con otros. Es una relacionadora pública nata que está interesada en que los demás se sientan cómodos y se preocupa por evitar los conflictos.

Si nuestra Venus está muy activa, buscaremos todo el tiempo que haya armonía y paz a nuestro alrededor. Muchas veces sin decir aquello que nos molesta, pues sentiremos terror de caer mal, generar problemas y ser rechazados por los demás. Por el contrario, si nos negamos a expresar nuestra Venus, vamos a ser personas muy individualistas y centradas en nosotros. Diremos todo lo que nos molesta, sin tacto y sin preocuparnos de lo que nuestras palabras generan en los ambientes, probablemente, ocasionando conflictos con los demás. Debemos aprender que no es necesario actuar desde los extremos para tener una relación sana con Venus.

Las experiencias que hemos tenido con los demás; si nos hemos sentido queridos y aceptados por otros se relacionan también con nuestra Venus astrológica. Las primeras experiencias venusinas las vivimos en nuestra infancia cuando íbamos a la escuela y empezábamos a relacionarnos con nuestros compañeros, y se hicieron luego más fuertes en la adolescencia, periodo en el cual el ser aceptados por nuestros pares es fundamental.

Si Venus tiene una configuración armónica entonces desde pequeños nos hemos sentido valorados y apreciados por los demás. Estos nos aceptan y nos quieren y eso probablemente nos haya ayudado a construir una autoestima alta y valor propio.

Si Venus tiene una configuración compleja en el ámbito de lo social³⁶, entonces lo más seguro es que de pequeños y en la adolescencia nos sentimos rechazados, criticados, excluidos o mirados en menos por nuestros pares. Esto seguramente generó heridas de autoestima y de valoración propia, lo que hace que estemos a la defensiva en los vínculos, nos mostremos más fríos, menos encantadores o que, por el contrario, hagamos grandes esfuerzos para que los demás nos quieran. Vamos a creer que hay algo malo en nosotros, que nos vuelve personas menos valiosas y atractivas.

³⁶ Se pudieron tener experiencias complicadas en lo social y en la interacción con otros si Venus posee aspectos disarmónicos (conjunción, cuadratura, quincuncio y oposición) con planetas como Plutón, Saturno, Urano, Luna o el asteroide Quirón. También si tenemos a Saturno o Quirón en la Casa VII.

Una persona aislada, que no sociabiliza o que tiene miedo de compartir con otros, porque tiene la sensación de que va a ser rechazada o la van a criticar, es una persona con problemas para activar su potencial venusino para gozar, disfrutar y compartir. Es importante entender que estas experiencias no fueron porque la vida nos quisiera castigar, sino que tienen que ver con aprendizajes evolutivos que venimos a vivir y a sanar³⁷. Es muy relevante curar esas heridas y experiencias tempranas dolorosas, pues la inseguridad, el miedo al rechazo o el resentimiento hacia los demás nos hacen infelices a nosotros mismos.

Venus y el romance

En nuestra adolescencia descubrimos el potente embrujo de Afrodita en el amor. Esto ocurrió cuando nos sentimos profundamente atraídos por alguien que nos gustaba de una forma casi irresistible. Queríamos tener a esa persona cerca y soñábamos con un romance lleno de pasión.

Venus es el planeta del romance, está asociado tanto al tipo de pareja que nos gusta y nos atrae, así como al ambiente o la relación de pareja que nos hace felices, aquella que nos hace sentir placer, en la cual nos sentimos valiosos.

Las personas con Venus en aire van a querer que su relación y su pareja tengan un componente intelectual y mental. Un vínculo donde haya espacio para estudiar y para la dispersión, con mucha comunicación y conversaciones largas, donde puedan salir a reunirse con otros y sociabilizar.

Las personas con Venus en agua van a querer que su pareja y su relación sea muy emocional y que exista una fuerte conexión intuitiva entre ambos miembros. Buscarán a alguien sensible y que los haga sentir protegidos. Una relación donde ambas partes se fusionen o simbioticen, donde pasar tiempo juntos sean una prioridad, al igual que estar en la casa o en algún lugar que sea seguro.

Las personas con Venus en fuego van a querer que su relación y su pareja sea dinámica y apasionada. Alguien optimista y alegre. Un vínculo donde se puedan correr riesgos, salir de aventura, hacer cosas nuevas, divertirse y tener una fuerte sensación de expansión. El sexo es importante, así como hacer deporte y competir entre sí o con otros.

³⁷ Este tema lo trataremos en profundidad en los capítulos 3, 4 y 5 de este libro.

Las personas con Venus en tierra van a querer que su relación y su pareja sea estable, madura, responsable y con objetivos claros. Una relación donde ambos se preocupen de construir un hogar o de lograr metas en conjunto y los cambios se vivan de manera pausada. Una relación que estimule los placeres físicos y los sentidos.

Venus y nuestras experiencias en las relaciones

Las experiencias que hemos vivido en las relaciones están normalmente marcadas por nuestra carta natal. Si Venus tiene una configuración armónica es probable que desde que éramos jóvenes hayamos sentido que las personas que nos atraían, si nos tomaban en cuenta o se interesan en nosotros y hemos vivido relaciones relativamente felices. Nos hemos sentidos valorados y apreciados por nuestras parejas, por lo que probablemente no vamos a dudar de nuestra capacidad para atraer y seducir a otros. Es relevante tener claro que esto podría derivar también en un comportamiento extremo, en el cual la persona pasa de relación en relación para nunca dejar de sentir el embrujo venusino.

Si Venus tiene una configuración compleja, entonces hemos vivido experiencias más bien dolorosas en las relaciones. Quizás nos sentimos rechazados o las personas que nos atraían no nos tomaban en cuenta. Puede que hayamos vivido profundas desilusiones, engaños o traiciones; o que la persona que nos gustaba o con quien ya compartíamos una relación se haya interesado en otro. Todo esto pudo dejar huellas de baja autoestima e inseguridad hacia nuestro atractivo o hacia nuestro cuerpo, haciendo que adoptemos mecanismos defensivos para no sentirnos rechazados nuevamente; o bien volviéndonos muy controladores en las relaciones. Una consecuencia más extrema es dejar de creer el amor y preferir estar solos para no correr el riesgo de que no nos tomen en cuenta.

Hay que tener claro que en una carta pueden aparecer combinaciones armónicas y complejas de Venus al mismo tiempo. Si esto es así, lo más probable es que hayamos vivido una mezcla de experiencias y, por lo tanto, nuestra visión del romance puede ser ambivalente.

Para muchos puede ser una sorpresa, pero nuestras primeras experiencias venusinas las vivimos con nuestros padres, probablemente a partir de los tres años. Cuando éramos niños nuestros planetas, es decir, los personajes que habitan en nuestro

interior se fueron activando y tomando forma³⁸. Venus tiene que ver con la capacidad de seducir y encantar para atraer aquello que queremos. Antes de que se activara Venus, lo hizo el planeta Marte cuando teníamos aproximadamente dos años. Marte tiene que ver con nuestra potencia y con las ganas de salir a buscar aquello que deseamos. A esa edad los niños se vuelven desafiantes, les discuten a los padres, se enojan e insisten mucho en lo que quieren. Una expresión natural infantil de su Marte, pues este personaje está probando qué tan lejos puede reclamar para obtener lo que quiere. Al poco tiempo después, se activa Venus que comienza a utilizar una estrategia diferente. Los niños descubren que con su sonrisa y coquetería pueden encantar a sus padres, para que estos les den lo que desean.

Cómo nuestros padres reaccionaron a nuestros encantos, si nos tomaron en cuenta y nos dieron en el gusto va a marcar tempranamente nuestra experiencia venusina. Si los logramos seducir, entonces probablemente desde pequeños fuimos construyendo una autoestima sana y una sensación de valor propio. Pero si nos sentimos rechazados o no tomados en cuenta se va a producir el efecto contrario. Quizás uno de nuestros padres se ponía celoso del vínculo especial que teníamos con el otro, entonces pudimos cargarnos de culpa y creer que era malo encantar. O ambos se pudieron comportar de manera fría y exigente; o bien pudimos sentir que se interesaban más por otras cosas, por su trabajo o por otras personas y no por nosotros. Todo esto con seguridad influyó nuestra autoestima y nuestra sensación de que los demás hayan encontrado algo atractivo y bello en nosotros.

También Venus nos muestra cómo nuestra familia vivía el tema de la belleza y la seducción y eso condicionará nuestra seguridad y nuestra autoestima. Quizás nuestra madre o padre potenció que nos arregláramos o que expresáramos de forma natural nuestros gustos estéticos. O, por el contrario, quizás nuestra madre o padre reprimía nuestras ganas de arreglarnos y embellecernos. Quizás nos enseñaron que ser *superficial era malo*. Mamá o papá se pudieron haber sentido incómodos con su propia Afrodita, por lo que alguno quizás reprimió la expresión de la nuestra, eso pudo provocar que nos sintiéramos criticados o consideráramos que era malo mostrarse de cierta forma. Quizás la sensualidad y sexualidad estaba reprimida o censurada en nuestro hogar, lo que nos ayudó a bloquear esa parte de nuestra Venus.

³⁸ Si están interesados en aprender más acerca del desarrollo de los planetas en la época infantil, les recomiendo el libro *El desarrollo de la personalidad*, de los autores Liz Green y Howard Sasportas.

Si algo de esto les ocurrió, les recomiendo hacer una sesión de constelaciones familiares para ver la relación de la familia con el arquetipo de Venus, este tipo de terapias puede ayudar a sanar y a reparar la expresión de su propia Afrodita.

Otro aspecto que seguramente condicionó a nuestra Venus en el ámbito del amor fueron las primeras experiencias que vivimos con las niñas o niños que nos gustaron tempranamente. Cuando comento esto en clases, mucha gente duda de la importancia de esas experiencias, pues no les toman el peso por ser parte de la infancia. Si el niño o niña que nos gustó nos tomó en cuenta y vivimos un vínculo infantil bello, esto probablemente fortaleció nuestra autoestima, pero si en esas primeras experiencias infantiles nos sentimos rechazados o no tomados en cuenta, entonces quedamos con una profunda huella. Las personas que tienen configuraciones complejas probablemente vivieron temas dolorosos en esa época.

Si recuerdan alguna experiencia triste, mi consejo es que hagan un trabajo de imaginación para ayudar a reparar esa experiencia. Pueden cerrar los ojos, respirar para conectarse y luego recordar aquella experiencia que los marcó. Imaginen a ese niño o niña que fueron, trátelo con amor, explíquense que esa experiencia no tiene que ver con que no sean queribles o que no tengan algo valioso dentro de sí. Este pequeño acto de sanación puede ayudar a desbloquear heridas profundas que son la raíz de muchas de sus inseguridades en las relaciones. Es probable que esas experiencias que vivimos en nuestra infancia se repitieron en nuestra adolescencia. En ese caso un trabajo de imaginación para ayudar al joven que fuimos también es recomendable.

Venus y nuestros gustos sexuales

Venus nos habla de lo que sexualmente nos atrae, nos excita y erotiza. Cuáles son nuestros gustos sexuales y qué tanto permiso nos damos para sentir placer y entregarnos a ellos. Afrodita es una maestra del arte de hacer el amor. Por ejemplo, el *Kamasutra* es un manual claramente venusino del placer y el gozo.

Si no nos permitimos conectarnos con nuestra Venus, no nos vamos a dar permiso para entregarnos al placer del encuentro de a dos. Tampoco daremos espacio para experimentar y descubrir nuestra propia sexualidad de forma individual. Como ya se ha dicho, la culpa frena a Afrodita. Quizás nos da miedo entregarnos a nuestros instintos o cumplir nuestros deseos y fantasías sexuales. Todo esto tiene que ver con ir conectándonos con nuestra propia Venus.

VENUS Y LOS PROBLEMAS EN LAS RELACIONES

Veamos algunos de los efectos o situaciones que se pueden vivir en las relaciones de pareja por tener a nuestra Venus personal con baja autoestima o sin permiso para hacer lo que quiere o que haya heridas no resueltas en los vínculos.

Sentirnos inseguros

Si no aprendemos a sanar nuestra propia autoestima e imagen personal, nada externo podrá compensar esas inseguridades. La trampa muchas veces está en creer que si estamos con alguien que nos gusta y atrae, nos vamos a sentir más valiosos. Hay personas que solo cuando están en pareja se sienten bellas y queribles.

Esto puede funcionar por un tiempo, pero a la larga nuestra Venus no resuelta se va a aparecer. Nuestra pareja nos puede repetir una y otra vez que nos ama, nos puede recitar todas nuestras virtudes, pero nosotros no le vamos a creer, una parte nuestra se va a sentir insegura y tendrá miedo pensando en que nos deje de querer y se vaya. Si esa persona con quien estamos realmente nos gusta mucho, entonces con mayor razón vamos a dudar de que realmente le podamos interesar, sentiremos que no merecemos a alguien así o que está fuera de nuestra liga. Esto puede generar conflictos en las relaciones: celos, posesividad y control, todo por miedo a que nuestra pareja se vaya con otra persona, o al revés, que nos distanciamos del otro, por temor a ser heridos y rechazados³⁹.

Hay personas, especialmente hombres con Venus complejas, que buscan tener relaciones solo con mujeres extremadamente bellas y atractivas, como una forma de compensar sus propias inseguridades. Su rechazo a los defectos físicos de los demás son el reflejo de su propia incomodidad y de la inseguridad que sienten hacia su cuerpo y apariencia.

Molestarnos con el otro

Si no hemos aprendido a activar nuestra propia Venus y no nos damos a nosotros mismos aquello que más nos gusta, entonces vamos a esperar que el otro sea la persona que nos traiga a la vida el gozo y el placer, pero, como ya se dijo, lo más seguro es que eso no ocurra. Nuestro compañero no puede hacer el rol de agente personal

³⁹ En el capítulo 3 y 4 del libro vamos a ver en profundidad este tema.

de diversiones. Seguramente si le exigimos que lo cumpla, podemos tener problemas si quiere dedicar su tiempo a hacer las cosas que le gustan o, simplemente, no está interesado en acompañarnos. Si Venus está bloqueada en ese momento es seguro que nos vamos a enojar y a volvernos demandantes. “¡Pero si tú estás acá para hacerme feliz!”

No atraer el tipo de pareja que nos haría feliz

Esto se puede ver de dos formas distintas. Primero, si no tengo una autoestima sana y un sentido de valor propio, inconscientemente me limitaré a un tipo de persona a la hora de sentirme atraído por alguien y dejaré quizás de lado a otras que realmente me complementen mejor o con las que podría ser más feliz. Quizás esto se hace porque (inconsciente o conscientemente) dudo de mi atractivo y de que el tipo de persona que realmente me gusta se pueda interesar en mí. Este comportamiento se asocia con la idea de que no merecemos ser felices.

Segundo, muchas veces el deseo de no querer estar solos y de creer que solamente con una pareja podemos ser felices, hace que nos vinculemos con la primera persona que se cruza por nuestra vida o que se interesa por nosotros. Algo de esa persona seguramente nos va a gustar, pero si somos honestos, quizás no lo suficiente como para entablar una relación. Si puedo estar bien conmigo mismo, disfrutando de lo que me gusta sin depender de alguien, entonces estaré más abierto a encontrar a alguien que sí me satisfaga.

No gozar en las relaciones

Si Venus no se expresa de forma sana, entonces inconscientemente no nos vamos a permitir gozar y disfrutar de nuestros vínculos. Sin darnos cuenta pondremos límites a nuestra capacidad de ser felices o nos boicotearemos cuando lo estemos siendo. Esto puede pasar por múltiples motivos. Quizás tenemos culpa de sentirnos dichosos, o nos asusta disfrutar realmente de nuestra vida o de la compañía de otro; puede ser que hayamos experimentado la felicidad y esta haya desaparecido de golpe, lo que nos genera el miedo de volver a sufrir. Puede ser que nuestro nivel de exigencia y expectativa de lo que es gozar y disfrutar sea muy alto; o quizás nos enfocamos en algún detalle que nos molesta de la relación o del otro y centramos toda nuestra energía en eso. O bien, queremos que nuestro compañero o compañera nos entregue más y más, por lo que nunca es suficiente; o incluso nos desilusionamos si nuestra pareja nos llega a fallar o no cumple con alguna de nuestras expectativas.

Configuraciones dolorosas de Venus

Como hemos visto en este capítulo, en la carta natal aparecen las características y cualidades de nuestra Venus, así como el tipo de experiencias a las cuales somos más proclive. Ello no constituye un accidente del destino ni un capricho del azar, tampoco es un mandato rígido o un flagelo con el cual tendremos que vivir siempre.

La carta natal es un mapa de nuestro proceso de evolución personal y lo que está presente ahí es una guía, una serie de consejos de lo que tenemos que incorporar, así como de lo que tenemos que resolver. Es un mapa que nos ayuda a ser más felices y estar más conectados con nuestra esencia, libre de miedos y condicionamientos.

En el capítulo anterior de la Luna, vimos que esta podía tener instrucciones complejas y dolorosas que se expresaban en las relaciones vinculares infantiles de seguridad emocional y nutrición. Con este planeta puede ocurrir exactamente lo mismo, es decir, nuestra Venus puede tener instrucciones dolorosas relacionadas con el disfrute, el valor propio, el romance y las relaciones de pareja. Los indicadores astrológicos más relevantes de estas instrucciones dolorosas son:

- Venus en Escorpio o aspectada disarmónicamente con Plutón⁴⁰.
- Venus en el signo de Acuario o aspectada disarmónicamente con Urano.
- Venus en el signo de Capricornio o aspectada disarmónicamente con Saturno.
- Venus en el signo de Piscis o aspectada disarmónicamente con Neptuno⁴¹.

En los siguientes capítulos nos vamos a detener a estudiar con precisión estas principales instrucciones dolorosas que son las que más efecto tienen en las relaciones. Ellas nos darán las claves para comenzar a resolver y a sanar internamente, de manera de tener vínculos de pareja donde realmente podamos gozar y disfrutar.

⁴⁰ También tener a Venus en la Casa VIII.

⁴¹ También tener a Venus en la Casa XII.

CAPÍTULO 3



Plutón

La intensidad y el
drama en las relaciones

*Y una vez que la tormenta termine,
no recordarás cómo lo lograste, cómo sobreviviste.
Ni siquiera estarás seguro si la tormenta ha terminado realmente.
Aunque una cosa sí es segura, cuando salgas de esa tormenta,
no serás la misma persona que entró en ella.*

Haruki Murakami

Es muy probable que algunos lectores ya tengan experiencia en astrología y conozcan acerca de Plutón y de los temas que involucra. Para otros, en tanto, el mundo de la astrología puede ser algo nuevo y no sepan el rol que tiene este planeta en las relaciones de pareja.

Lo primero que debiéramos decir es que, desde la astrología más clásica, Plutón tiene mala fama. Es catalogado de difícil, incluso malvado (maléfico), relativo a nuestro lado oscuro, ese que encarna lo peor de nosotros. De hecho, gran parte de los estudiantes de astrología tienen miedo a los efectos que, por ejemplo, un tránsito de Plutón pueda traer a la vida.

Me gustaría invitarlos a dejar de lado esta visión, ya que nos limita en lugar de aportar. Al revés, quisiera que pudieran contemplar el hecho que Plutón es también un planeta maravilloso, cuya intención es llevarnos a evolucionar y acercarnos a nuestra esencia.

Existen ciertos indicadores astrológicos para saber si Plutón influye en nuestras relaciones de pareja. Sin embargo, dejemos eso de lado y hagámonos simples preguntas para saber si somos plutonianos en las relaciones.

- *¿En nuestras relaciones hay un exceso de drama, intensidad y pasión, esa que nos quema y nos consume por dentro?*
- *¿Pasamos del amor total al odio intenso?*
- *¿En nuestras relaciones existen luchas de poder?*
- *¿Nos preocupamos siempre de ser el que manda o el que gana?*
- *¿Queremos controlar al otro, o al revés, nos sentimos controlados por este?*
- *¿Habitualmente las críticas están presentes al punto de faltarnos el respeto?*
- *¿Cuándo nos sentimos enojados y furiosos, hacemos cosas para herir al otro?*

Si la respuesta es sí, entonces lo más probable es que Plutón esté actuando en nuestras relaciones de pareja. Los vínculos plutonianos son aquellos donde las partes se pelean, terminan, se reencuentran, se reconcilian y, al tiempo después, de nuevo están en crisis. Es decir, un ciclo eterno de altos y bajos.

Ahora bien, podemos tener a Plutón influenciando nuestras relaciones de pareja, sin embargo, no necesariamente todas nuestras relaciones deben seguir ese esquema. Lo que sí es claro es que más de alguna funciona de esta manera. Son relaciones donde pasamos de estar en las nubes a aterrizar en bruces en el suelo, vínculos amorosos que se recuerdan o se viven como dolorosos, dramáticos e intensos. Desde mi experiencia clínica, es mucha la cantidad de gente que llega a mi consulta con Plutón detrás de sus relaciones de pareja. No crean que son los únicos.

EL SIGNIFICADO DE PLUTÓN

En la carta astral Plutón se relaciona con la sombra personal. La sombra reúne todo aquello de nosotros mismos que rechazamos, negamos o encontramos que es lo peor, nuestro lado celoso, agresivo, violento, intensamente sexual, posesivo o manipulador. Esa parte que no queremos que los demás vean porque muchas veces nos avergüenza. La sombra tiene muchos aspectos y estos pueden vincularse con todas las áreas de la vida de una persona, así entonces hay una sombra relacionada con el trabajo, el dinero, la familia, las relaciones, etc. Plutón nos muestra en qué área de la vida se vive con mayor fuerza esa sombra. Sin embargo, este planeta también nos indica dónde está nuestro mayor potencial, qué es aquello que constituye la luz de nuestra esencia. Entonces, ¿cómo es posible que un planeta que denota lo peor, también corresponda con lo mejor de nosotros mismos?

Para comprender esta paradoja, debemos recurrir a la astrología moderna que se centra más en entender la psicología del ser humano para comprender cuál es su evolución como alma.

Desde esta visión, Plutón es un gran maestro, que nos muestra cuáles son los mayores apegos que traemos a esta vida.

No hay apegos más grandes que los simbolizados por este planeta y la función que tiene Plutón es enseñarnos a soltarlos porque estos solo bloquean nuestro flujo evolutivo personal. Son estos los que nos impiden vivir experiencias nuevas que vayan en pro de nuestra transformación.

Algunos rasgos importantes de nuestra personalidad provienen de la historia pasada de nuestra alma, previa a esta encarnación. Mecanismos que esta conoce y que ha utilizado para protegernos del potente dolor, sufrimiento, sensación de soledad e impotencia que son parte de la realidad en este plano. Estos consisten en apegos a ciertas cosas, estructuras o personas, a quienes no queremos soltar porque mientras nos aferremos a ellos la separación e impotencia serán menos dolorosas. Plutón refleja el principal mecanismo que ha usado nuestra alma en el pasado: apegos que hemos utilizado para sobrevivir. Cuando no están, sentimos que caemos en el vacío o en el descontrol.

En los niños pequeños, los apegos plutonianos se expresan a muy temprana edad, pues resultan apremiantes para la sobrevivencia en este plano. De hecho, desarrollan su ego y personalidad en torno a su apego plutoniano. Existen diversos tipos de apegos en los niños: algunos quieren ser amados, otros no sentirse solos, otros ser

escuchados o bien ser el centro de atención, en cambio para otros lo fundamental es que se haga siempre lo que ellos quieren, o al revés, algunos solo quieren sentirse completamente libres de ataduras.

En los adultos los apegos infantiles van adquiriendo nuevos matices: control en las relaciones, dependencia afectiva, apego a un cierto estatus o situación económica, el deseo de proyectar determinada imagen, ganas de hacer siempre lo que se quiere, etc.

El problema para nuestra parte que quiere apegarse está en que vivimos en un mundo que gira en torno al cambio continuo. Nuestro proceso de evolución y transformación personal consiste justamente en soltar esos apegos, de manera de que nuestro yo pueda ir cambiando y viviendo nuevas experiencias en esta encarnación. Si seguimos atrapados en lo viejo y lo conocido, no podremos abrirnos a otras cosas que nos ayudarían a transformarnos profundamente y actuar de manera más espontánea. Soltar los apegos es un paso esencial de nuestro proceso evolutivo, nuestro antiguo yo tiene que morir para que aparezca uno nuevo; a pesar del pánico que nos provoca dejar aquello que nos resulta seguro.

Plutón, en la carta astral, representa el punto de transición evolutiva que tenemos en esta vida. Nos señala aquellas áreas de nuestra personalidad que ya no sirven como están y que deben pasar por un proceso evolutivo de transformación.

Pero y ¿qué pasa cuando entramos en este proceso de evolución y la vida nos quita los apegos plutonianos?

Lo más probable es que en una primera etapa tengamos mucha resistencia, luego podemos sentir miedo, rabia, incluso terror o sufrimiento. La negativa a soltar será muy grande. Hasta que llegará un minuto en que por más que no queramos, la vida nos quitará aquello de igual forma. Ya sea a través de un suceso externo de gran impacto; o bien, un poderoso quiebre interno. Es decir, la muerte de un área de nuestra personalidad. Resistirnos a ello no tiene sentido, solo nos hará sufrir y perder una enorme cantidad de energía que nunca será suficiente para frenar un proceso evolutivo que en sí mismo no puede ser detenido.

Plutón remite al juego de poder: me siento poderoso y controlo todo, o al revés, me siento impotente, no soy capaz. Cuando la vida nos obliga a soltar algo a lo que estamos apegados, la sensación es similar al caer en un abismo, sentimos que no tenemos ningún poder ni ningún control sobre la situación. Esto nos resulta muy doloroso, porque lo que más valoran los plutonianos es su capacidad de controlar. Con Plutón estamos dispuestos a hacer cualquier cosa con

tal de no perder ese control... lo que sea con tal de evitar la muerte que supone su ausencia.

Todos hemos hecho cosas de las cuales no nos sentimos orgullosos, aunque no sepamos por qué las hicimos. En una película muy mala acerca de un terremoto en Estados Unidos hay una escena muy ilustrativa. Un actor secundario que inicialmente se presenta como una persona buena, a medida que comienzan a producirse los desastres, empieza a cambiar y se vuelve cada vez más egoísta y manipulador. Esto ocurre porque lo va dominando el miedo a la muerte, el terror a ser destruido (Plutón). En un minuto muestra su peor cara: un edificio se derrumba y cae una avalancha de escombros, es seguro que todos los que estén en su camino morirán. Él está en la calle y no tiene dónde esconderse, repentinamente mira hacia el lado y ve que detrás de una pared hay una persona. Se acerca, la toma y la arroja a la calle para ocupar su lugar y protegerse. Eso es Plutón, es la energía que nos muestra qué estamos dispuestos a hacer con tal de no perder el control; la muerte es, en este sentido, la pérdida de control máximo que podemos experimentar.

De ahí que Plutón se asocie con nuestra sombra, aquella parte de negamos y rechazamos dentro de nosotros mismos, pero al mismo tiempo actúa como nuestro protector, un guardaespaldas que está dispuesto a cualquier cosa con tal de resguardarnos de la impotencia. Por eso nos da miedo o nos avergonzamos de su energía, aunque todos sabemos que existe.

Si observamos la carta natal, el paso número ocho (simbolizado por el signo de Escorpio y la Casa VIII) es plutoniano. Es el proceso de morir, ver aquello que no nos gusta de nosotros mismos y así enfrentarnos a nuestros demonios protectores. Lo importante es que Plutón no nos hace vivir estos procesos por maldad, ni como una forma de castigarnos, la evolución tiene un propósito. Plutón nos dice:

“Si sueltas tu apego, si tienes el valor para soltar aquello que tanto crees necesitar, descubrirás dentro de ti un tesoro”.

Nuestro apego nace de la creencia de que estamos solos y separados, de que solo sobreviviremos si nos aferramos a algo. Pero cuando lo soltamos de forma consciente, descubrimos que ocurre todo lo contrario: que aquello que dimos por perdido siempre ha estado con nosotros y que, de hecho, nunca se fue a ninguna parte. Por ejemplo, si nuestro apego es a que nos amen y nunca nos dejen solos, el tesoro que encontraremos si lo soltamos será aprender a consolar a esa parte interna que teme a la soledad para darnos cuenta de todo el amor que yace dentro de nosotros. Y esa experiencia nos transformará por completo.

El camino de transformación no es fácil. Por eso lo evitamos a toda costa, mientras tanto Plutón nos pregunta:

“¿Hasta dónde estamos dispuestos a llegar con tal de protegernos de algo a lo que le tenemos terror?”

PLUTÓN Y LAS RELACIONES DE PAREJA

En este capítulo nos vamos a enfocar en los apegos plutonianos que podemos encontrar en una carta natal que se centran en el área de las relaciones de pareja. Se expresan astrológicamente en las conexiones que existen entre Plutón y la Luna y/o Venus.

Plutón asociado con la Luna

En este caso el apego está en que otro sea el que se haga cargo de mis necesidades emocionales de nutrición y protección. La mayoría de los seres humanos hacemos esto en alguna u otra medida, la diferencia es que una persona plutoniana en las relaciones lo exige e incluso manipula para poder obtenerlo. Esto es así porque su nivel de dolor emocional interno es mayor que el de otras personas. A menudo se sienten invadidas por emociones muy fuertes y poderosas y suelen depender de otros para sentirse tranquilas y seguras. El apego está en su tremenda intensidad y en necesidad de fusionarse con los que ama, al mismo tiempo, que no desean hacerse cargo de dichas emociones y demandan a otros para que sí lo hagan.

Los indicadores astrológicos que nos muestran esta situación aparecen cuando la energía de Plutón se relaciona con el arquetipo lunar, es decir, el niño interno que necesita ser nutrido. Los indicadores principales son:

- Luna en Escorpio.
- Luna en la Casa VIII.
- Plutón aspectando a la Luna, en cualquier aspecto, ya sea armónico o disarmónico⁴².
- Plutón en la Casa IV.

⁴² Aspectos armónicos como el trígono; disarmónicos como la conjunción, oposición, cuadratura o quincuncio. Debemos tener claro que en los disarmónicos habrá más drama, sufrimiento e intensidad de la demanda.

Plutón asociado a Venus

El apego para estas personas está en que otro sea el que las haga sentirse queridas y valiosas. Por lo que le van a demandar que su pareja les dé todo lo que necesitan para sentirse valoradas, apreciadas y deseadas, que sea el otro el encargado de proveer el disfrute y el goce en la vida. Pero no de cualquier forma, sino solo de la manera en que la persona plutoniana desea. Va a esperar que el universo del otro gire en torno a ellos y su pareja los trate de forma súper especial. Todas estas necesidades están inconscientemente en la sombra personal y redundarán en una gran intensidad en los vínculos hacia todas aquellas personas que les gusten. Establecerán relaciones muy intensas, poco equilibradas, donde tenderán a controlar, exigir y querer dominar al otro.

- Venus en Escorpio.
- Venus en la Casa VIII.
- Plutón aspectando a Venus en cualquier aspecto, ya sea armónico o disarmónico.
- Plutón en las Casa I⁴³, V⁴⁴, VII u VIII.

El aprendizaje evolutivo que promueve la vida

Hay que tener claro que cuando Plutón está asociado al ámbito de la pareja, la persona no ha aprendido en términos evolutivos a relacionarse sanamente con otro. No sabe cuándo soltar, cuándo hay que entregar y recibir, por eso, parte de su experiencia en la Tierra será poder hacerlo, logrando efectivamente un equilibrio en el intercambio. Es un aprendizaje que conlleva acercarse de otra forma a las relaciones, dejando atrás hábitos y pautas antiguas que se arrastran, patrones que, finalmente, van en contra de todo lo que se desea y terminan haciendo sentir a estas personas solas, no amadas,

⁴³ Si bien Plutón en la Casa I no se relaciona con la energía venusina, su presencia allí nos va a indicar un desbalance en el eje de las casas I y VII. Es decir, un desequilibrio en el dar y recibir en las relaciones, provocando que la mayoría de las veces, las personas que tienen Plutón en Casa I tiendan a actuar de una manera plutonianamente dominante.

⁴⁴ Cuando Plutón está en Casa V, aun cuando no se vincule con Venus, sí nos va a indicar un fuerte apego al control y a una mayor demanda en las relaciones. Provocará una extrema necesidad de sentirse especial, de ser tratado como rey o reina y, por lo tanto, mayor exigencia en los vínculos.

usadas, rechazadas, dominadas o emocionalmente exhaustas y consumidas.

La clave para el proceso de transformación está en entender que el nivel de demanda que tienen dentro nunca podrá ser completamente satisfecho por un otro, no importa cuánto este haga o dé, porque siempre se querrá más: más amor, nutrición, cuidados, más entrega, adoración, atención, tiempo, etc.

Cuando Plutón está asociado a la Luna, el aprendizaje evolutivo está en aprender a contener ese mundo emocional lunar infantil sin depender de otros, amando esa parte interna que se siente vulnerable y que exige que la cuiden y la protejan. De esta forma, el plutoniano podrá tener relaciones con menor carga de exigencia emocional. Logrará mayor calma, ya que no dependerá de lo que el otro haga o deje de hacer para sentirse satisfecho, seguro y contenido.

Cuando Plutón se relaciona con Venus, el aprendizaje pasa por descubrir el propio valor, lo bello y preciado dentro de nosotros. Así como aprender a gozar y a disfrutar de la vida sin depender de otro. Es un proceso de sanación y de valoración interna, cuyo centro es quererse y a entregarse lo que se necesita. Estas personas se deben liberar de la sensación interna de no valer nada si no están en pareja o que la única fuente de amor posible viene de otro, dejando de controlar o exigir a su compañero para que se los provea. Es un aprendizaje de equilibrio de poder, de libertad, de amor y de independencia en las relaciones.

Tienen que aprender a canalizar su pasión e intensidad personal en actividades creativas que los transformen a sí mismos y a los demás.

Cuando ambos planetas se relacionan hay una tremenda intensidad sexual de la que también deberán hacerse cargo, ya sea trabajando con ella o sublimando algunos de sus aspectos. Existen diversas técnicas de manejo de la energía sexual-creativa, todas ellas son muy útiles de aprender y utilizar en estos casos.

Todo por amor

Es posible que una persona tenga los dos tipos de apego plutoniano, ello dependerá de la configuración de los planetas en el cielo en el día de su nacimiento; así como también del historial de su propia alma y de los propósitos evolutivos en esta vida. Como es lógico, si ambos tipos están presentes, la intensidad propia de Plutón marcará fuertemente sus relaciones cercanas.

Ambos aprendizajes tienen algo en común: un enorme terror al abandono. Aunque suene dramático, para estas personas estar solos es igual a estar muertos. Su ego les dice que, si no hay amor, entonces no hay nada. La pregunta obvia en estos casos es: ¿hasta dónde podrían llegar con tal de ser amados? Esta es la base de su profunda dependencia y necesidad que interfiere muchas veces con su capacidad de establecer relaciones armoniosas y sanas.

Los plutonianos se entregan a los vínculos con total intensidad. La pasión los posee y les nubla la vista, su anhelo de conectarse, fusionarse y poseer al otro es enorme. Ello también ocurre en el plano sexual. Durante el sexo y el orgasmo el yo desaparece y los sentimientos de soledad también, pero una vez que esta experiencia pasa y volvemos a la realidad, las demandas emocionales vuelven a surgir y la dinámica se reactiva.

Las personas con una fuerte presencia de Plutón en sus relaciones tienen un gran dolor dentro de sí. Pueden haber sentido que durante su infancia no fueron lo suficientemente amadas y eso las hirió, tanto así que la propia intensidad de su dolor es la que los empuja a fusionarse con otro, un medio que quizás los ayude a dejarlo atrás. Lamentablemente, eso no ocurre.

También sufren de una gran codicia emocional, son demandantes y posesivos en sus relaciones, los celos, las manipulaciones y el control son expresiones frecuentes del terror que les produce no sentirse amados. No son capaces de entregarse a sí mismos lo que necesitan, por ello lo buscan con desesperación en sus vínculos.

Otra característica de los plutonianos es su tendencia a hacer cosas que a cualquier otra persona más ponderada podrían parecer irracionales, llegan incluso a denigrarse o a dañarse a sí mismos o dañar al otro que dicen amar. Cuando la energía plutoniana se activa es intensidad, emoción pura, posee una fuerza que es capaz de derribar hasta las mejores defensas racionales y el autocontrol. Es casi como una posesión.

Es importante recordar que Plutón se vincula con la sombra, con aquello que no queremos aceptar y, por ende, rechazamos de nosotros mismos. Los plutonianos saben que su sombra es así, por eso tienden a esconderla para que nadie la vea. No es fácil para nadie reconocer que alguna vez se ha obsesionado con otro, que ha sentido una rabia tan grande que podría incluso haber matado a su pareja, que de su boca han salido palabras muy hirientes cuando se han sentido heridos, que han sido capaces de caer muy bajo con tal de no soltar el control y evitar el abandono.

Si tenemos a Plutón en el área de nuestras relaciones, las siguientes preguntas son esenciales:

- *¿Qué tan lejos estás dispuesto a llegar con tal de no sentir tu propia soledad?"*
- *¿Cuánto estás dispuesto a aguantar?*
- *¿Cuánto estás dispuesto a dar?*
- *¿Cuánto estás dispuesto a controlar?*

Si estas preguntas nos hacen sentido, es probable que hayamos pasado quizás años en una relación dramática y dolorosa. Años dando o exigiendo a nuestra pareja y todavía sentimos que ese vacío no se llena nunca.

Plutonianos que quieren estar solos

No obstante, todo lo que he dicho, podemos encontrar excepciones. No es difícil hallar personas con estas configuraciones astrológicas que dicen que prefieren estar solas y evitan las relaciones. Cuando esto ocurre, es interesante revisar la historia de vida para entender por qué llegaron a ese punto. Por lo general, se trata de personas que han sufrido mucho en sus vínculos o temen a su propia intensidad, de ahí que tengan miedo de volver a relacionarse y exponerse a ser abandonados o heridos por otro, o bien al revés, causar ellos heridas y daños a su pareja.

Un plutoniano solitario, que prefiere no estar en pareja, tampoco está en un camino de transformación. Este es solo una estrategia de protección que lo deja atrapado en el mismo mecanismo del desamor.

Plutonianos no dramáticos

Otra excepción es encontrarnos con personas plutonianas en las relaciones que se consideran a sí mismas las personas menos dramáticas del mundo.

Normalmente si les preguntamos si son celosos o posesivos nos contestaran que no... pero que su pareja sí lo es. Como ocurre siempre en la astrología, cuando una energía de la carta natal no es encarnada por la persona, suele ser proyectada y aparecer en sus vínculos, ya que necesita ser vivida. Los plutonianos que parecen no serlo suelen relacionarse con personas dominantes, controladoras y agresivas,

suelen ser inconscientes de lo que les pasa y no entienden por qué siempre llegan a su vida este tipo de parejas, culpan al destino o a la mala fortuna y no asumen la responsabilidad de lo que les ocurre.

Desde el punto de vista astrológico, esto es así porque en su carta natal suelen existir estructuras extremadamente racionales o mentales con las cuales se sienten más identificados. Por ejemplo, una Luna en aire o tierra, que posee fuertes mecanismos de autocontrol y desconexión de sus emociones.

Entonces, estos plutonianos no dramáticos le echan la culpa a su pareja del drama que viven en sus relaciones, no son capaces de darse cuenta de que inconscientemente buscan la intensidad del otro. Necesitan sentir que este los ama con total entrega y por eso tienden a caer en relaciones con personas intensas y ahogantes. Como ya se explicó en el capítulo de la Luna, se trata de un mecanismo de proyección psicológica. Se pone en el otro la propia intensidad, el drama y la necesidad de ser amados.

Es muy importante que estas personas puedan aprender a conocer su propia sombra y, en este sentido, las parejas que les atraen son su espejo. Plutón tiene un fantástico radar para encontrar a los suyos.

Los plutonianos pueden conocer a alguien que los podría hacer enormemente feliz y darles una relación bastante estable y tranquila. Sin embargo, no se sienten atraídos por este tipo de personas, pues las encuentran muy planas. Quieren estar con alguien que les active la intensidad, aunque eso no los haga felices a la larga.

EL NACIMIENTO DE UNA HERIDA

Para poder comprender las causas de la herida plutoniana en las relaciones, primero tenemos que entender que en esta vida estas personas vienen a aprender a amarse, a valorarse a sí mismas, sin depender de otros. De ahí que sea muy probable que el medioambiente emocional de su infancia no haya sido capaz de entregarles todo lo que necesitaban. No es un accidente que la familia en la que nacemos calce de forma perfecta con las necesidades evolutivas de nuestra alma.

Ocurre muy a menudo que las personas que nacen con apegos plutonianos en este ámbito experimentaron una infancia con fuertes dolores y traumas emocionales, afectivos y nutritivos, que causaron en ellas emociones poderosas como el resentimiento, la culpa, el odio, la vergüenza, el abandono, entre otras.

Los niños plutonianos tienen fuertes necesidades afectivas y son muy demandantes, siempre van a querer más de su sistema familiar, incluso si nacen en una familia maravillosa sufrirán igual, pues el sistema no será capaz de dar respuesta a sus requerimientos. Por eso, suelen tener una sensación de traición o abandono de parte de sus seres más queridos y eso deja en ellos una herida traumática. También puede ser dominante la sensación de carencia afectiva por la ausencia de uno de los dos padres, ya sea por muerte o divorcio. A esto se suma con frecuencia, la presencia de ambientes cargados de manipulación, agresividad, secretos, sexo, muerte o venganzas; o bien la presencia de una madre o un padre con un carácter muy fuerte que por cualquier motivo podía estallar. Suelen haber experimentado la traición de parte de alguno de sus progenitores, o ser testigos de traiciones entre ellos. También les puede haber tocado ser observadores de estrategias de manipulación de parte de uno de sus padres o de ambos, que se convirtieron en una escuela para ellos. Otra posibilidad, es que la energía sexual en la familia se viviera de manera desequilibrada, ya sea porque se mostraba de forma impúdica o bien porque era fuertemente reprimida.

Por ello los plutonianos, cuando son adultos, son muy buenos radares humanos, ya que cuando eran niños aprendieron a caminar en un campo minado. Pueden detectar rápidamente las señales emocionales de los otros, ya que supieron estar atentos y pesquisar los cambios de sus padres para poder sobrevivir.

La madre que ahoga

Cuando Plutón está vinculado con la Luna, la persona suele tener una madre poderosa y controladora, que no fue capaz de ver los requerimientos del niño e impuso las propias necesidades o creencias. Una madre intensa que entregó un amor que asfixiaba y que terminó causando dolor. El resultado: el plutoniano siente que esa persona que tanto ama, lo hirió profundamente.

En el adulto esto produce una asociación muy confusa y ambivalente en el plano del amor. Por un lado, aman con todo su corazón, pero cuando se sienten abandonados, traicionados, no tomados en cuenta o que no les dan lo que quieren, afloran las heridas de la infancia y pasan al odio. En las relaciones se oscila en un vínculo que transcurre del amor al odio. Recordemos que Plutón se relaciona con la sombra y el odio es una emoción tabú, que muy pocos son capaces de reconocer abiertamente.

Si este tipo de experiencias fueron recurrentes en la infancia, la persona sentirá que el amor va inexorablemente unido al dolor. Eso es lo que aprendió y eso es lo que de adulto tenderá a repetir, buscando y forjando relaciones donde el dolor y el amor cohabiten. Ello genera un apego inconsciente al sufrimiento, es decir, la persona plutoniana busca sin darse cuenta sufrir en sus relaciones, ya que esto es lo que le resulta conocido. A ello se suma una enorme carga de resentimiento hacia el progenitor que lo atacó, hirió, traicionó o abandonó. Dicho resentimiento se va a proyectar hacia la pareja en la adultez, cuando sienta que esta lo hiere de la misma forma que cuando era pequeña.

Todas estas experiencias no son un accidente, ni fruto del azar, o un castigo de la vida. Son un paso necesario para poder amarnos y valorarnos a nosotros mismos. Si la vida nos entregara todo lo que necesitamos y a lo que estamos apegados, la evolución no sería posible, esta nos empuja a soltar nuestros apegos y saltar al vacío para crecer.

Es muy importante tener claro que el sufrimiento y la intensidad en las relaciones no solo tienen que ver con el medio ambiente familiar, sino que es el mismo niño quien desde pequeño va a ser muy demandante, apegado, dependiente y controlador. Es él o ella quien muchas veces ahoga a sus padres.

En la consulta he podido ver cómo muchas madres de niños con configuraciones plutonianas en el amor no eran inicialmente madres sobreprotectoras o controladoras con sus otros hijos. Sin embargo, al ver a su pequeño tan dependiente, necesitado o exigente, se terminan concentrando cada vez más en él o ella en un intento de protegerlos,

por lo que terminan volviéndose sobreprotectoras y absorbentes en extremo.

Suele ocurrir algo curioso en la consulta: cuando llega la madre de un niño con una configuración plutoniana en las relaciones, suele decir que su hijo es demasiado absorbente y demandante y que se siente ahogada por este. Lo interesante es que cuando vemos a un adulto plutoniano, este suele decir a su vez que su madre lo trata de controlar en exceso, que se mete demasiado en su vida y que lo ahoga. Este juego de proyecciones solo nos muestra la necesidad plutoniana de apego, la intensidad excesiva de amor-odio que los plutonianos buscan de pequeños en sus vínculos y de la que no se quieren hacer cargo. Si esa madre los dejara realmente tranquilos de adultos, sufrirían mucho, pues sin darse cuenta una parte de ellos necesita que ella se comporte de esa manera.

Veamos un ejemplo para entender de forma más clara cómo funciona una persona con Plutón activo en sus relaciones. Hay que tener claro que este solo un ejemplo, no se puede generalizar afirmando que todos los plutonianos operan de esta manera en sus vínculos cercanos.

Javiera es una mujer con una fuerte instrucción lunar asociada a Plutón. Por ende, sus relaciones son muy intensas, ella tiende a ahogar al otro y a sentirse ahogada por este, además de establecer controles muy fuertes con sus vínculos cercanos para no sentir el vacío de la soledad.

Inés, la madre de Javiera, le entregó a su hija de pequeña exactamente lo que ella necesitaba: ahogo. Era una madre muy sobreprotectora, que no le quitaba el ojo de encima, siempre preocupada de cómo estaba, proyectaba sobre la pequeña sus propios miedos, pues la veía tan vulnerable y necesitada. Quería controlarla de forma constante, la abrigaba de más, no le permitía hacer cosas peligrosas, le cobraba sentimientos de forma regular y, en la adolescencia, le recriminaba cuando sentía que estaba mucho tiempo fuera de casa. Javiera amaba a su madre, pero no soportaba que estuviera tan encima, por lo que muchas veces se enfurecía y discutía con ella para que la dejara libre. La relación pasaba generalmente del amor al odio y del odio al amor y así todo el tiempo. Era un vínculo bastante tortuoso e intenso.

Sin embargo, la pequeña Javiera también asfixió a su madre (solo que ella de adulta no lo recuerda). De niña siempre quería estar con su mamá, era muy celosa de su hermana mayor, tanto así que poco a poco logró que la atención de su madre estuviese completamente puesta en ella. Se enojaba muchísimo y lloraba con intensidad si esta no le daba en el gusto o no hacía las cosas como ella quería.

Era una niña experta en manipulación y en lograr que todo se hiciera a su manera. No le gustaba dormir sola y hasta los ocho años hizo fuertes berrinches cuando sus papás la intentaban hacer dormir en su pieza. Muchas veces llegaba llorando en la noche, sus padres la consolaban y la acostaban con ellos. La tristeza de Javiera desaparecía al instante. Inés se sentía cansada, “esta niñita es tan demandante”. Su marido muchas veces le decía que la estaba sobreprotegiendo, pero la madre se negaba a escucharlo. Él a su vez, estaba más pendiente del trabajo que de su presencia en la casa, así que era poco lo que podía hacer en cuanto a la relación entre ambas, o al menos él así se justificaba.

De adulta, Javiera se sigue sintiendo ahogada por su mamá, la que hasta el día de hoy la llama por todo, preguntándole cómo está y diciéndole qué tiene o no tiene que hacer. Ella siente que su mamá se quiere meter todo el tiempo en su mundo y controlarla.

Javiera no ha tenido mucha suerte con sus parejas. Hasta antes de los 28, tuvo dos relaciones medianamente largas e importantes y, la verdad, bastante similares. Ambas terminaron pues los novios no soportaron más el drama y la intensidad en la que caía la relación. No es coincidencia de que ambos le hayan puesto de sobrenombre *Princesa*. Así solía comportarse Javiera, quien era muy celosa y posesiva, deseaba que todo se hiciera como ella quería y sabía manipular para lograrlo. Sus parejas se sentían muchas veces ahogadas y también confundidas, pues cuando todo estaba bien entre ellos y por fin había calma, de la nada Javiera se alteraba y nuevamente empezaban las discusiones.

Obviamente no todo era malo con Javiera, ella era muy preocupada, se ocupaba de su bienestar, los cuidaba mucho y sufría si algo les pasaba. Al mismo tiempo, era muy apasionada y sexual, lo cual claramente no molestaba a ninguno de ellos.

Gran parte del drama en las relaciones de Javiera tiene que ver con que su seguridad emocional pasa por tener intensidad en sus vínculos, lo que termina haciéndola caer en el sufrimiento. Entonces ¿qué le ocurre cuando todo está bien y no hay drama? La respuesta es que siente un vacío que no puede tolerar y ella misma se boicotea, para volver a sentir el dolor. Obviamente Javiera no es consciente de esto, ella lo único que quiere es no sufrir en sus relaciones, pero no sabe cómo controlar sus emociones y cómo poner límites a su intensidad. Para ella el problema estaba en sus parejas, que le daban motivos constantes para alterarla y hacerla sufrir.

Es interesante ver que las dos parejas importantes que ha tenido también tienen a Plutón en el área de las relaciones. La diferencia

estriba en que en ambos casos la Luna de ellos está en un signo que los hace ser bastante racionales y controlados a nivel emocional. Eso produce que no hayan integrado a su personalidad este nivel de demanda y exigencia plutoniana. De ahí que ambos hayan proyectado la necesidad de apego emocional en una pareja como Javiera.

Ahora ella tiene un nuevo novio, con el cual está viviendo hace un año y medio. Pero esta pareja es muy diferente a las anteriores. Este hombre también tiene un Plutón en el ámbito de las relaciones tan fuerte como el de ella y, a diferencia de los anteriores, él no rechaza este aspecto de sí mismo ni lo proyecta, sino que lo expresa con intensidad. Javiera está experimentando qué se siente vivir con alguien tan celoso, posesivo e intenso como ella. Alguien que también boicotea cuando la calma y la tranquilidad se hacen presentes. Es una relación extremadamente intensa, una montaña rusa emocional. Suelen tener discusiones potentes que caen en fuertes descalificaciones. Eso los tiene bastante desgastados. Un día están bien, a los tres días mal. Varias veces uno de ellos se ha ido de la casa por un par de días, pero finalmente vuelven, ya que la atracción tan intensa que existe entre ambos es demasiado adictiva, además que el sexo de reconciliación es increíble. Todo se mantiene maravilloso por un tiempo, hasta que uno de los dos se altera y el ciclo comienza de nuevo. Javiera no se ha dado cuenta, pero es tan controladora como su madre y esta relación de amor-odio con su pareja actual es muy similar a la que tenía con ella.

ENTRE EL AMOR Y EL ODIO

El pasado y las experiencias de la infancia suelen atrapar al adulto plutoniano, quien en su necesidad de sentirse amado va desarrollando ciertos comportamientos y características que vivirá en las relaciones de pareja. A continuación, examinaremos cada una de ellas.

Pasión, intensidad extrema, necesidad de drama y sufrimiento

Con Plutón todo es de vida o muerte, no existen los grises ni los términos medios, es todo o nada. Por eso cuando los plutonianos se enamoran los consume la pasión y quieren conectar lo antes posible con la otra persona, no pueden esperar. Sienten demasiado, aunque sean la persona más lógica y racional del mundo, una vez en el terreno del amor, la intensidad no tiene límites. Lo mismo ocurre cuando aparece algún conflicto y se enojan, toda la calma y la templanza desaparecen.

La potencia del deseo es directamente proporcional al vacío interno y al dolor que habita en su interior. Es el mejor indicador de cuán solos se sienten y de la necesidad que tienen de llenarlo, al punto que muchas veces terminan por ahogar la relación por su incapacidad de poner límites y separarse. Como adictos al drama, una parte de ellos rechaza los estados de paz y tranquilidad en las relaciones. Sin darse cuenta, se angustian cuando todo va bien y algo en su interior los lleva a boicotear y a provocar el conflicto, es a eso a lo que están acostumbrados desde la infancia: amor es también dolor y eso les da seguridad.

Se dice que las relaciones plutonianas son fuertemente eróticas⁴⁵ y eso no solo tiene que ver con lo sexual, sino también con la intensidad del deseo. Lo malo es que una relación que siempre es llevada al límite termina por desgastarse y de ahí que este tipo de vínculos oscile tanto, la pareja no puede sostener por mucho tiempo la intensidad y se desarma, pero la atracción es tan fuerte que al poco tiempo se retoma el vínculo, seguramente bajo las mismas condiciones: un juego que combina el deseo, el placer, el amor, las heridas, las discusiones, el enojo y la reconciliación, así todo el tiempo. Esta es la base del drama.

⁴⁵ Para profundizar en este tema, recomiendo leer el libro *Astrología de las relaciones* de Richard Idemon.

La necesidad de tener el control y de modificar al otro

Las experiencias de dolor en los vínculos familiares de la infancia generan en el adulto una fuerte necesidad de control en las relaciones. Estas personas necesitan sentirse seguras con un otro, saber que no van a experimentar dolor y que las van a amar tanto como anhelan y desean. Por ello son grandes manipuladores y hacen lo que sea para obtener lo que quieren hasta el punto de volverse intolerantes hacia la forma de ser y de amar del otro.

Debemos recordar que el adulto plutoniano es un niño dañado, que sufrió abandono y dolor en su infancia. Arrastra entonces una herida emocional que no quiere volver a vivir, por lo mismo, va a tender a controlar todo lo que pueda, pues siente que mientras más dominio tenga sobre la relación y sobre el otro, más seguro estará.

Una forma de hacerlo es dar al máximo. Entregar amor, pasión, intensidad, sexo, cuidados extremos, sin que el otro se lo pida. Obviamente, toda esa entrega no es gratuita, cuando una persona plutoniana da lo hace pensando en que podrá exigir otra cosa a cambio.

“¿Cómo es posible que después de todo lo que te he dado, no actúes como yo quiero?”

Esa entrega de amor viene con intereses y con condiciones que probablemente nunca fueron explicadas previamente a la pareja, por lo que el otro las desconoce. Por otro lado, el nivel de requisitos y exigencias es demasiado alto. Acá se desea una entrega total del otro. Además, que se espera que el otro modifique su forma de ser, de manera de satisfacer lo que el plutoniano quiere.

“Hay algo en tu forma de ser que no me gusta y necesito que cambies para que te adaptes a lo que yo quiero”.

Ahora bien, una pregunta interesante es ¿qué ocurre cuando el otro no cumple con las expectativas y exigencias? Sobre todo, después de haber entregado tanto a la relación. Ese es el momento en que la persona plutoniana cae en un abismo de dolor y abandono; su sombra tomará las riendas de su defensa. Los celos, la rabia y el drama lo poseerán, haciendo que dispare dardos envenenados a su pareja para darle donde más duele. El problema radica en que desde un comienzo no fueron abiertas las puertas de las verdaderas necesidades emocionales y las expectativas que se tenían de la relación y del otro. Esto es algo que la persona plutoniana no informa. No obstante, se enoja rápidamente si su pareja no cumple con sus expectativas y no hace las cosas como ellas quieren. Muchos

plutonianos se asustan después de sus reacciones explosivas. Culpan al otro de sus desbordes.

“Solo contigo que me pongo así, yo en realidad no soy de esta forma, tú sacas lo peor de mí”.

Como es lógico el exceso de control terminará provocando conflictos, ya que es imposible que el otro se amolde completamente a las necesidades de su pareja, o que le entregue el amor incondicional y absoluto que esta desea. Es paradójal el mecanismo: controlar para no sufrir, pero luego hacerlo porque aquello que tanto se controla no ocurre. Esta es una de las mayores trampas de esta dinámica, la persona evita el sufrimiento controlando, en tanto su parte adicta al drama busca cualquier excusa para sufrir.

Muchas veces es doloroso para los plutonianos darse cuenta de que mucho lo que dan en las relaciones es para controlar y exigir algo a cambio, pues implica aprender a ver la propia sombra. No obstante, la capacidad de amar y de entrega que tienen es real, lo que pasa es que tiene una fuerte carga de energía dolorosa encima. Y en eso radica la causa de sus problemas.

Ahora bien, muchas personas plutonianas están tan atrapadas en sus propias necesidades, en una relación donde no son capaces de ver lo que el otro les está dando. No pueden visualizar a la persona que tienen enfrente, ni cuáles son sus expresiones reales de amor. Incluso, su pareja les puede demostrar su afecto de forma muy evidente, pero esto no será suficiente, justamente porque no es lo que la persona quiere. Es probable que terminen asfixiando al otro al punto que este, cansado, los abandone porque sencillamente se aburrió de tanto desgaste.

Atracción por personas que causan dolor

Esta característica se explica por el hecho que, sin darse cuenta, buscan repetir las mismas dinámicas de amor que vivieron con sus padres, así que se buscan parejas que de alguna u otra forma se parezcan a ellos.

A los plutonianos les atraen las personas profundas, complicadas, apasionadas y dramáticas, incluso aquellas que puedan tener un fuerte impulso autodestructivo, es decir, les atrae un plutoniano igual que ellos.

Si su madre era intensa y posesiva, probablemente la persona se va a sentir atraída por alguien controlador o celoso. Si uno de los padres

era agresivo, existen bastantes posibilidades que se busque a una pareja así o, por el contrario, sea la persona la se vuelva agresiva y quiera encontrar a alguien a quien someter a esa agresividad (esto suele ocurrir cuando uno de los padres se sometió al control y violencia del otro).

Otra dinámica que pueden repetir es la de vivir la traición en las relaciones. Algo que también pudieron ver en la relación que sus padres tuvieron en su hogar, quizás uno traicionó al otro o ambos lo hicieron. En ese caso, no sería raro que la persona plutoniana se interese por alguien que a su vez la traicione.

Dominar o ser dominado

Generalmente hay dos roles que se pueden dar en una relación plutoniana, aunque es posible que a lo largo del tiempo estos se vayan intercaldando: el ser el dominante o el dominado.

Cuando el plutoniano asume el papel de dominante atraerá inconscientemente a personas que necesiten consejo, compañía o amor. Se instala entonces en una posición de poder y puede manipular y controlar al otro constantemente de manera que su pareja sienta que depende de él o ella.

Cuando es al revés y el plutoniano se pone en el rol de dominado, trata de satisfacer las necesidades y demandas del otro. De esta forma siente que podrá conseguir su amor e impedir en abandono. "Le doy tanto lo que necesita y exige, que no me va a querer dejar". Así permite que el otro sienta que tiene el control de la relación, en casos extremos el dominado se vuelve una extensión de su pareja.

Cuando las parejas se fijan en esta dinámica de roles se crea una relación codependiente, donde tanto el controlador como el controlado son plutonianos. Ambos se necesitan y están tratando de obtener algo de la relación que no se están dando a sí mismos. Los dos buscan que el otro lo necesite.

El que domina busca sentir que tiene el control de su pareja y así obtiene el amor tal como lo exige. El que es dominado se siente, plutonianamente hablando, que puede controlar el amor del otro, entregándole todo lo que este requiere, su estrategia es volverse indispensable para que no lo abandonen.

Para tratar de entender esto, imaginémosnos que vivimos en un desierto donde aparentemente no hay agua. De repente, aparece una persona que tiene acceso al agua. Inmediatamente nos emocionamos y nos acercamos a esa persona, pues sin agua nos vamos a morir.

Esa persona comienza a darnos agua, pero al mismo tiempo empieza a exigir y a demandar. Y nosotros, con tal de beber, somos capaces de tolerarlo todo. El que está ahí en el desierto esperando el agua es un plutoniano, pero el que está dando el agua también lo es. El que entrega agua necesita sentir que el otro depende de él, que lo controla. El que recibe el agua, tiene tanta necesidad que es capaz de aceptarlo todo. Nunca ha intentado hacer un agujero en el suelo para ver si puede generar su propia agua, pues cree que solo otro se la puede dar, no importa el precio que tenga que pagar.

Resentimiento y culpa

En el marco de la dinámica de ser dominante o dominado suelen surgir dos emociones muy intensas que los plutonianos conocen muy bien: la culpa y el resentimiento⁴⁶. El que es dominado empieza a cargarse de resentimiento porque se está sintiendo humillado, transando todos sus límites con tal de que le den el *agua*, que en las relaciones sería equivalente al amor. En ese momento comienza a odiar al otro por hacerle pasar por ello. Se enoja por todo lo que tiene que aguantar con tal de ser amado. Este resentimiento se conecta con el que experimentó en la infancia, ya que cuando somos pequeños, no somos capaces de sobrevivir sin el amor de mamá o papá. Por más que tengamos ganas de alejarnos e irnos, no podemos, pues somos totalmente dependientes de ellos.

Cuando se suele llegar a un nivel muy alto de resentimiento (que algunas veces es expresado, mientras otras veces es silenciado completamente), lo que suele surgir es la culpa que, a su vez, se asocia al miedo al abandono. El resentimiento lleva entonces al plutoniano a odiar y a querer alejarse de su pareja, pero luego salta hacia un mayor temor ante la idea de que el otro se pueda realmente ir, sobre todo si se entera de las fuertes emociones de rabia o si se llega molestar por el ataque que se le hizo. En ese instante surge otra vez la culpa que lo obliga a someterse nuevamente.

El resentimiento y la culpa están alineados a cuánto doy o cuánto dependo de un otro. Las relaciones plutonianas se viven sobre la base de codependencias, por eso el miedo al abandono está constantemente presente. Entre más resentimiento hay, más codependiente es la relación, ya que la persona le dio al otro el rol

⁴⁶ Para los que quieran profundizar en este tema, les recomiendo que lean *Healing Pluto problems* de la norteamericana Donna Cunningham. Es un libro terapéutico para tratar los temas plutonianos y explica maravillosamente bien el tema del resentimiento y culpa en los vínculos.

más importante: el de ser su padre o madre; o el de ser el que provee la sensación de valor, de disfrute y gozo en la vida. Entonces, entre más poder le da al otro, entre más necesitado se es del otro, más resentimiento se puede experimentar hacia la pareja. Si esta lo llega a herir o a traicionar o, peor aún, abandonar, el nivel de resentimiento que siente la persona plutoniana es impresionante.

La solución a este problema es tan simple como aprender a construir nuestro "propio pozo para obtener agua". Levantar un pozo tiene que ver con aprender a entregarse amor, nutrición, placer o valor propio (dependiendo si Plutón está asociado a la Luna o Venus).

"Estoy contigo porque te amo y quiero compartir mi vida contigo, no porque dependo de tu amor para sobrevivir".

SANANDO LAS HERIDAS PLUTONIANAS PARA TENER RELACIONAS SANAS

Primero tenemos que tener claro que Plutón es un planeta extremadamente espiritual. Su regalo es un tremendo potencial de amor y libertad en las relaciones, pero para que esto pueda surgir hay que hacerse cargo de la tarea evolutiva que representa. Es decir, dejar de depender de otro para sentirnos amados, nutridos, valorados o queridos. Mientras sigamos esperando que otro se haga cargo de contenernos o de darnos lo que necesitamos para disfrutar de la vida, entonces seguiremos atrapados en los juegos plutonianos que ya hemos explicado en este capítulo.

Hay que aprender a descubrir el propio amor interno. Cuando un plutoniano hace un proceso de sanación profundo, conectándose con su interior, descubre que dentro de sí hay una fuente de amor gigantesco. En ese momento se produce un cambio: ya no querrá relacionarse con el otro desde la necesidad, sino desde un espacio de mayor libertad. De esta manera, las relaciones serán para complementarse, para amar, compartir y entregar. Si saben cómo amarse a sí mismos, aprendiendo a autocontenerse y a darse lo que necesitan para ser felices, ya no se sentirán tan afectados y no dependerán tanto de los comportamientos de su pareja. Se liberarán de la necesidad de buscar personas con las que repitan los patrones de dolor antiguos. Porque al descubrir el amor propio, la necesidad de intensidad extrema disminuye. Esta sanación los lleva a experimentar una mayor libertad en los vínculos. Puede haber pasión, sexo, disfrute, gozo, pero es un estado de más calma, con menos oscilación dramática. Es el regalo de la transformación y sanación emocional que Plutón ofrece a quienes quieran soltar sus apegos.

Sin embargo, suena más fácil decirlo que hacerlo. Para un plutoniano es muy complejo ver la carga emocional que arrastra y aprender a manejarla en forma sana. Su tendencia es esperar que otro se haga cargo de ella, por eso para poder librarse necesita sanar la raíz desde la cual se sostienen este tipo de emociones.

A continuación, abordaremos una serie de consejos pensados en ayudar a los plutonianos en esta tarea.

Aprender a amarse y a darse lo que necesita

Para aprender a amarse a sí mismos y proveerse de aquello que necesitan, deben conectarse con su parte infantil profundamente herida. No es fácil porque dentro hay un niño o una niña muy

dolorido, un niño que está mal, que además está muy enojado y resentido. Cuando se conectan con ese dolor, sienten una sensación demasiado fuerte que muchas veces no son capaces sostener, pero eso es justamente lo que tienen que aprender a hacer. Estas personas deben conectarse con esa parte interna que se sintió abandonada y no querida para no seguir esperando que otra persona se haga cargo de sus emociones.

También hay que tener claro que, en muchos casos, el niño interno de un plutoniano es experto en hacer berrinches y en enfurecerse si las cosas no son como quiere. Así que también hay que aprender a poner límites para contenerlo, porque si no lo hacen, esa furia se irá hacia la pareja o hacia ellos mismos.

Soltar el resentimiento es la pieza clave inicial. Las terapias de catarsis y liberación emocional están al servicio de sacar afuera ese dolor y rabia acumulados. Es fundamental liberar esa carga de enojo y dolor, pues es la fuente de la explosión plutoniana. Si tienen miedo a desbordarse o a descontrolarse, es recomendable que busquen a terapeutas y especialistas en descarga y liberación emocional, que entreguen un marco de contención terapéutico adecuado.

Tomar esencias florales como *Willow* del sistema Bach y *Mountain Devil* del sistema floral Bush es otra posibilidad. Ambas son excelentes esencias florales para ayudar a liberar y transmutar el exceso de resentimiento acumulado desde la infancia que se filtra en las relaciones de pareja en los adultos. De hecho, *Mountain Devil* es una esencia que le suelo dar a los niños plutonianos que están con mucha rabia, berrinches y enojo con uno o ambos padres y que suelen ser muy demandantes. El efecto en los niños es casi mágico, rápidamente se comienzan a calmar; el resentimiento, el enojo y el drama van desapareciendo. Se abren, por lo tanto, su capacidad de amar y fluir también. *Dagger Hakea* del sistema Bush es muy útil también para detener la rabia y el resentimiento hacia los más queridos. Es importante tener claro que estas esencias florales tienen un efecto muy potente en el adulto, lo más sabio es tomarlas y al mismo tiempo buscar un marco de ayuda terapéutico para saber cómo lidiar con las potentes emociones que se experimentarán.

Dog Rose of The Wild Forces es una esencia del sistema floral Bush que también ayuda en este proceso de liberación, pues permite que las emociones salgan sin que la persona sienta que se va a perder el control. *Golden Ear Drops* y *Echinacea*, ambas del sistema floral California, ayudan a sanar y a liberar las experiencias traumáticas y los dolores emocionales que los plutonianos sintieron en la infancia.

La siguiente etapa del proceso, que también se puede hacer en paralelo, tiene que ver con aprender a mirar a esa parte herida, al

niño *terrible* que está dentro. Profundizar en el estado emocional básico del dolor, experimentarlo, sentirlo y sostenerlo. Las técnicas terapéuticas de Diamond Logos son excelentes herramientas para hacernos sentir esas emociones y poder sostenerlas, pues el milagro de la verdadera liberación emocional se produce cuando nos damos cuenta del gran amor y del estado de conexión que se esconde bajo del vacío de dolor.

Si hay experiencias dolorosas y traumáticas de la infancia (lo cual es muy probable con un plutoniano), es muy recomendable hacer algo para repararlas. Para ello se pueden usar técnicas terapéuticas como las mencionadas Hakomi o Experiencia Somática que han sido especialmente diseñadas para la reparación del trauma.

Lo importante es ir más allá del resentimiento, para luego mirar a la parte interna herida. Si solamente nos ocupamos de soltar el resentimiento, pero sin hacer el trabajo interno, lo más seguro es que después de un tiempo la rabia volverá a surgir, pues no se ha sanado la fuente desde donde brota.

Si ya se ha producido una liberación del resentimiento y se han comenzado a sanar las viejas heridas, podemos pasar a la siguiente etapa. Convertirse en el padre o madre de ese niño y aprender a escucharlo. O aprender a escuchar a nuestra Afrodita atrapada en la experiencia infantil, para empezar a canalizar su fuerte energía sexual creativa, a la vez que entregarnos a nosotros mismos aquello que considera valioso y que la hace sentir bella y deseada. Es importante tener claro que el berrinche emocional va a surgir igual, pero ahora después de todo el proceso de sanación, va a ser más fácil manejarlo; en gran parte porque la intensidad va a ser menor. El diálogo con el niño será entonces mucho más fluido si podemos escuchar el berrinche de dolor que tiene y si somos capaces de contener ese llanto, preguntándole qué es lo que tanto necesita. Una forma de hacerlo es mediante ejercicios de visualización: respirar, sentir las emociones en el cuerpo e imaginar al niño que habita dentro. Se puede producir un diálogo interno para averiguar cuáles son sus necesidades, quizás se siente solo o quiere salir a pasear o simplemente quiere un abrazo. Las demandas van a ser variadas. A veces simplemente el hecho de parar y prestarle atención va a producir un cambio.

Sanar la relación con los padres

Esto es fundamental, porque si no estos conflictos infantiles se van a replicar una y otra vez en las relaciones de pareja.

Si la persona plutoniana se siente enojada con uno o con ambos padres, lo más seguro es que descargue ese resentimiento antiguo

sobre su pareja, aunque esta no sea responsable. La intolerancia hacia los padres es la misma que se tiene hacia la pareja. Si son capaces de curar el vínculo con sus progenitores, eso tendrá un efecto seguro en sus relaciones. También puede ocurrir que, en lo profundo, haya una parte que siente que papá o mamá no los amó, no los valoró o los hirió, así que lo más seguro entonces es que esta persona salga al mundo a buscar una pareja que compense esa falta de amor, con las consecuencias que ello tiene.

En realidad, da lo mismo cómo hayan sido o sean nuestros padres, ellos nos dieron lo mejor que podían con las limitaciones y las heridas que también tenían, en mayor o en menor escala. Entonces, si no sanamos, seguiremos atrapados en ese rencor y en ese dolor repitiendo los mismos patrones.

Mientras más se puede contemplar la propia sombra, más se puede ver la sombra de los padres. Ellos probablemente se sintieron tan solos como sus hijos, porque padres plutonios tienen hijos plutonios. Por lo tanto, si soy un adulto plutonio, lo más seguro es que mi papá o mi mamá también lo haya sido y así vengo de un linaje plutonio. Entonces todos tenemos la misma herida y todos tratamos de hacer lo mejor posible para sostener el abandono y el resentimiento.

Sanar la relación con los padres no significa que los conflictos con ellos tienen que desaparecer o que ellos van a dejar de actuar como nos molesta. No hay que esperar que la relación sea perfecta, porque no lo va a ser. Tampoco que mamá y papá actúen como nosotros queramos o que nos den todo lo que necesitamos. Eso es seguir atrapados en Plutón. Amar a nuestros padres es aceptarlos como son, ser tolerante y lo suficientemente humilde para honrarlos y aceptar el amor de ellos de la forma como lo dan.

Sanar la relación con los padres es aprender a aceptar el amor de ellos tal y como viene, no como queremos que sea. Esto permite dejar atrás el dolor de la herida infantil. Los trabajos de las constelaciones familiares son una herramienta fundamental para curar las heridas en el árbol familiar y para recomponer los vínculos con los padres. Además de ser una excelente herramienta para liberar el resentimiento, el dolor, agradecer, comprender y, a la vez, sanar la historia de dolor plutonio que hay en el linaje.

Aprender a conocer y a amar la sombra

No me puedo amar realmente a mí mismo, si no soy capaz de aceptar mis partes oscuras. Hay que recordar que la sombra plutoniana surge del dolor y del vacío de la soledad. Es como ver a un niño pequeño

que está haciendo un berrinche y manipulando porque se siente solo o no valorado, ¿es malo el niño? No, solamente es un pequeño que se siente terriblemente desesperado y está dispuesto a todo, porque en el fondo hay algo que le duele.

Esa parte celosa, exigente, violenta o manipuladora nació del dolor y va ser necesario amor y compasión para poder calmarla realmente. La compasión hacia la propia sombra, hacia la parte herida es fundamental para poder contenerla y luego aceptarla. La clave está en hacer un viaje con conciencia hacia ella. Mirarla, sintiendo las intensas emociones atrapadas ahí, sin resistencia y sin juicio, para llevarla a la luz de nuestra conciencia. Visualizar qué sentimientos, rabias, miedos, dolores, deseos y angustias tempranos quedaron atrapados en la infancia, sin que pudieran madurar y ser expresados sanamente. Si la persona puede hacer esto, se le abrirá un camino alternativo para poder manifestarla, ya sea mediante la terapia, el arte, la expresión creativa, la comunicación asertiva o cualquier otra forma. La terapia de Gestalt es bastante potente y directa en el proceso de reconocimiento de nuestra sombra y de los patrones que no queremos ver en nosotros.

Hay muchos plutonianos que rechazan su parte intensa y dramática y eso es negar la sombra. Si decimos: "No, yo no soy eso, qué terrible, no, no puedo ser así, no se debe", estoy cayendo en un estado de resistencia y negación.

Scarlet Monkey Flower es una esencia floral del sistema de California que permite conocer la sombra. Es muy útil para aquellos plutonianos que no se sienten plutonianos, pero que atraen parejas dominantes, celosas, controladoras o manipuladoras. Es importante aclarar que no es recomendable tomar esta esencia por cuenta propia. Lo ideal es hacerlo dentro de un marco terapéutico, con alguien que pueda escuchar, contener y guiar.

Rough Bluebell del sistema floral Bush es una muy buena esencia para ayudar a ver y soltar el lado manipulador, egocéntrico y controlador afectivo, ese que intenta mover todos los hilos necesarios para que el otro actúe y haga lo que el plutoniano quiere.

Otra forma de trabajar la sombra es haciendo una lista de las cosas que más nos molestan de otros o de nuestra pareja. El plutoniano tiende a ser muy intolerante y a rechazar múltiples comportamientos en los otros. No se da cuenta de que lo le molesta afuera está muy conectado con sus partes negadas, reprimidas y que no se atreve a expresar. Hacer esa lista y después preguntarse cómo eso lo representa es un muy buen ejercicio. Algunas veces será doloroso reconocer que aquello externo que nos molesta representa a las partes internas que están siendo escondidas. Para trabajar la intolerancia hacia otros y a

hacia las partes reprimidas es recomendable tomar la esencia *Beech* del sistema floral Bach.

Para sanar a Plutón en las relaciones es fundamental incorporar la sombra, aprender a aceptarla y a quererla. Si el plutoniano puede hacerlo, puede entender la sombra en el otro. Eso es amor, poder ver esa parte mía y quererla, comprenderla. No significa que le tengo que dar permiso para que haga todo lo que desea, de hecho, para que esto no ocurra el padre interno sano debe aparecer y poner un límite al niño interno.

De esta forma, nos hacemos cargo de nuestra sombra. Observarnos día a día y aprender a ponernos límites sanos, sabiendo y asumiendo que hay ciertas características que son propias y que no son malas. Si tenemos la tendencia a ser celosos, violentos, agresivos, debemos empezar por asumirlo para poder entenderlo.

“Sí, yo sé que te gustaría enterrarle un cuchillo ahí, pero no. Yo te entiendo, sí, te comprendo, te sientes solo y abandonado, pero la sanación no está en herir al otro... ven para acá y deja que yo contenga tu dolor” y de esta forma nos abrazamos internamente. Ahora, si yo no soy capaz de ver mi sombra y de sostener emocionalmente mi dolor, lo más probablemente es que termine “enterrándole el cuchillo” al otro. Amarnos a nosotros mismos significa amar a todas nuestras caras y facetas.

Observar la necesidad de control y poder

Cuando estamos en una relación y empezamos a ver que hay algo en el otro que no nos gusta, y luego le decimos sutilmente o bien de manera directa: “Por qué no cambias esto o por qué no cambias esto otro. Te haría tan bien”, estamos presos de nuestra necesidad de controlar.

A veces los consejos nacen desde el amor real y son sumamente sanos, pero en ocasiones vienen desde el ego y se relacionan con dominar al otro. Lo que el plutoniano generalmente quiere es moldear al otro, creyendo que la pareja está hecha de arcilla. Ser capaz de mirar el propio lado controlador y reconocerlo, ya es un gran paso. El siguiente tiene que ver con permitir a la pareja ser como quiera ser, darle libertad.

También es importante aprender a ser honesto con uno mismo, pues hay características de la pareja que realmente no nos van a gustar y hay que ponderar qué tan importantes son. Para un plutoniano no resuelto todo es importante. Pero si ya ha ido transitando por un camino de sanación y es capaz de entregarse paulatinamente al

amor, puede evaluar qué es lo fundamental y poner al lado lo que resulta trivial. De esta manera, tolera y ama a la persona tal como es. En caso contrario, tiene la libertad de dejarla ir si sus características o comportamientos no son los que necesita honestamente para ser feliz en la relación. Como ya hemos dicho, soltar puede ser algo muy atemorizante para un plutoniano no resuelto.

Es importante entender que todo este proceso de sanación es por etapas. No hay que esperar resolver todo de golpe. Es necesario tener respeto y amor hacia los propios tiempos internos de cada uno.

Ser consciente de la necesidad de ser necesitado

Cuando estamos con nuestra pareja y empezamos a hacer cosas para que dependa de nosotros, para que nos quiera y sienta que nos necesita, debería prenderse una luz roja de alerta: se está creando una dependencia y eso no va a terminar bien.

Hay que hacer cosas porque nos nacen, porque son expresiones del amor. Si damos y después rápidamente nos sentimos o nos molestamos porque nuestra pareja actuó de una forma que no nos gusta, significa que no dimos desde un amor desinteresado. Menos, si se lo enrostramos para conseguir que esta actúe como queremos.

Si sentimos que esto sucede en nuestros vínculos, sería recomendable tomar la esencia *Chicory* del sistema floral Bach. Esta nos permitirá ver nuestra propia sombra: la necesidad de ser necesitado, de control y de intolerancia si el otro no nos entrega aquello que le pedimos.

También es importante reconocer si somos de las personas que usamos el sexo como una herramienta de control o de manipulación emocional. El sexo es una herramienta del plutoniano, tanto para llenar su sensación de vacío, como para controlar al otro.

Conocer la parte celosa

¿Qué es más plutoniano que ser celoso? Hay veces que un plutoniano es celoso sin ningún motivo, razón o circunstancia. Otras veces lo hace justificadamente y, sin embargo, se queda en la relación, a pesar de los comportamientos de su pareja.

Aprender a contener esa intensidad emocional que producen los celos es importante para preguntarnos si realmente se justifican. Hay que tener claro que la mayoría de las veces no. Al plutoniano los celos le surgen de forma casi automática, aunque no los demuestre. Si en las relaciones anteriores ha habido experiencias de traición o abandono,

habrá una mayor tendencia a ser celoso y posesivo. Por lo tanto, lo más sano es curar esa experiencia antigua, para no *contaminar* la nueva relación con miedos de un pasado.

Entonces, la pregunta es ¿si de verdad el otro nos está dando motivos para ser celoso para qué nos quedamos en la relación? Probablemente porque plutonianamente no queremos soltarla, deseamos que cambie, y como necesitamos que esté con nosotros, aceptamos lo que sea. Ser celoso sin motivo y con motivo es plutoniano. Nuestra parte sabia, aquella que ama de verdad nos diría “¿para qué te quedas en eso? ¿Necesitas a este tipo de persona?”

Sanar el resentimiento o la traición de parte de una expareja.

Si la persona plutoniana se sintió abandonada, traicionada y herida es fundamental que lo resuelva para poder tener una relación sana en el futuro.

Muchos plutonianos que terminan muy heridos, se quedan atrapados meses o años en el resentimiento hacia alguien. Lo interesante es que, por momentos, todo eso se transforma en amor y subliman a la expareja. “Ella era la mejor, la mujer de mi vida, cómo la perdí, qué pasó”, y al rato después la odian por haberlos abandonado y de esta forma se quedan pegados en ese circuito de drama.

Otros plutonianos, como ya hemos visto, deciden quedarse solos y no volver a relacionarse en pareja. Me ha tocado ver personas con Plutón muy activo en las relaciones, que hace años que no tienen pareja. Algunas veces esto se debe a que todavía están atrapados internamente con su expareja y no la pueden soltar. En otros casos, tienen miedo a relacionarse y a volver a sufrir.

No tener relaciones por miedo al drama no es superar la herida plutoniana es simplemente escapar de esta.

No quedarse atrapados en relaciones tóxicas y dramáticas

Si eso pasa, hay que buscar ayuda, hacer un proceso de sanación. Resolver y hacerse cargo de las emociones que no permiten soltar. Mirar el circuito de resentimiento, culpa y apego; de adicción al drama. Muchas veces la clave radica en soltar el apego a la idea de que el otro puede cambiar. Duele mucho hacerlo, pero en este tipo de actos es donde radica el mayor poder del plutoniano: poder renacer como un fénix y reconstruirse.

La esencia floral *Black Cohosh*, del sistema de flores de California, sirve para ayudar a las personas atrapadas en relaciones muy intensas y dramáticas, que incluso llegan a violencia verbal o física.

Los regalos de Plutón en las relaciones

El plutoniano tiene un gigantesco don para amar, para una entrega total, para proteger a quienes ama y para vivir la vida con una pasión gigantesca. Liberar dicho potencial de amor va a depender cien por ciento de si se quiere hacer cargo de su propia nutrición y de su valor propio; lo que va a ayudar a entregar a otros un amor más libre y desinteresado.

Es fundamental que la persona con Plutón en las relaciones reconozca que la frase “quiero una relación tranquila y con calma” no es tan cierta para ella, pues la pasión es lo que los mueve y, si la vida fuera tranquila, no se sentirían satisfechos. Pero hay que tener claro que una cosa es pasión y otra diferente es el drama. Para poder disfrutar de su vida es fundamental que redirijan su gran energía y pasión, expresándola creativamente, ya sea canalizándola mediante el arte, la danza, el deporte o una actividad que los mueva desde las entrañas. El don de vivir la vida con pasión es un regalo de Plutón.

Ayuda mucho tener una conexión más honesta con su sexualidad, dándose permiso para experimentar sus fantasías y sueños. Si tenemos a Plutón conectado con lo que nos da placer, claramente no esperemos que nuestros gustos y que lo que nos excita sea algo muy inocente y angelical. Acá también es clave tener una conexión con la sexualidad más consciente, aprendiendo a relacionarse con el otro, moviendo la energía sexual para llegar a estados de conexión espiritual más alto. Aprender a manejarla es clave para estas personas, pues si no esa energía se puede desbordar. Cursos de tantra o *sexualidad sagrada* son recomendables. Plutón acá promete una vida y una conexión sexual que puede transformar completamente.

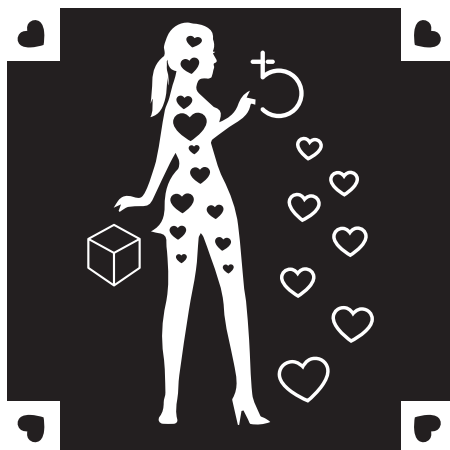
Si tenemos a Plutón asociado a Venus o la Luna, es fundamental que entendamos que mediante las relaciones nos vamos a transformar. En este capítulo hemos estudiado cómo y por qué aparecen el drama y el conflicto, cuando nos resistimos a vivir ese cambio personal en lo que es el amor y el valor propio. Pero esto no tiene por qué ser la única experiencia, pues en la medida en que vamos soltando el control, perdonando y liberándonos del resentimiento, podemos permitir que la relación misma nos transforme en nuestra forma de ser y amar. Una relación plutoniana de este tipo es honesta, sin censura, en ella hablamos sin tapujos de lo que de verdad nos pasa y de lo que

sentimos. Una relación que nos obliga a ver la parte de nosotros y del otro que no queremos ver, permitiendo que el vínculo nos lleve a espacios que normalmente no iríamos. Cultivar este tipo de relación, nos ayuda en nuestro proceso evolutivo, ya que empezamos a mirar y a aceptar con más conciencia nuestras emociones, miedos y deseos, al mismo tiempo que aceptamos que el otro también los tiene. Ya no reaccionamos de forma tan violenta, pues se ha aprendido a contener al niño interno que hace berrinches. Plutón nos lleva a transformarnos mediante el otro.

Plutón también da el don de transformar al otro. Si se vive la relación desde el miedo y el control, queremos manipular y transformar al otro a nuestra conveniencia. En cambio, si vivimos a Plutón con más conciencia, vamos a darnos cuenta de que nuestra pareja no tiene por qué ser cómo queremos. La vamos a amar lo suficiente para ayudarlo a que sea como más le convenga si con ello es feliz, aunque nos duela y no nos guste, pues son este tipo de experiencias las que nos cambian y nos ayudan a llegar a un amor más puro y desinteresado. Esto no solo es bueno para el otro, sino también para el plutoniano, pues podrá amarse a sí mismo de esta forma. Una verdadera transformación para ambas partes que implica morir en el deseo de control y renacer en el deseo de amor.

Hacer este proceso de exploración hacia las profundidades del inconsciente, al lugar donde habitan los peores miedos y demonios, no es un camino fácil. Para hacerlo se necesita ser valientes, pues ahí está el dolor que tanto nos asusta y del cual hemos escapado toda nuestra vida. Es clave tener fe, la vida no está para castigarnos, no hay por qué sufrir. La elección es nuestra, porque Plutón libera y transforma. Ese es su principal regalo.

CAPÍTULO 4



Saturno

Amarme a mí mismo,
para poder amar a otro

*Fallar no es divertido. Pero es necesario.
Fracasar te obliga a deshacerte de lo que no es esencial.
Te enseña cosas que no sabías de ti mismo: te vuelve más fuerte, te hace
más sabio.
Te da un conocimiento que no podrías adquirir de otra forma.
A mí me obligó a dejar de engañarme y a trabajar arduamente
en eso que siempre había querido hacer.
Lo que terminé encontrando fue... maravilloso.*

J.K. Rowling

Para comenzar este capítulo tenemos que plantearnos una pregunta fundamental: si no me amo a mí mismo, ¿cómo voy a tener relaciones sanas?

Esta no es una cuestión trivial, todo lo contrario, es fundamental y muy profunda. Por un simple motivo: si no nos podemos amar y apreciar, si no encontramos que dentro de nosotros hay realmente algo valioso, precioso y que merece ser amado; entonces va a ser muy difícil que nos podamos sentir satisfechos y felices en una relación. No va a haber nadie en el mundo que pueda llenar ese vacío interno. Ninguna pareja compensará por nosotros esa falta de amor. Y no tiene que ver con que no nos quieran, o no nos valoren, sino con que nosotros mismos no seremos capaces de recibir ese amor. Una parte nuestra dudará de la entrega del otro.

Las personas que tienen a Saturno conectado con su vida emocional y afectiva viven esta situación, poseen una profunda herida de autoestima y se preocupan enormemente de no mostrarla, de que nadie note su propia inseguridad.

Este planeta, que para mí es un maestro maravilloso, quiere que aprendamos a desarrollar amor propio y valor en esta vida, que nos hagamos cargo y asumamos la responsabilidad de que nuestra alma trae una tarea pendiente en el área donde se encuentra.

No todas las personas tienen activada la energía de Saturno en las relaciones, pero es usual que un número bastante alto de las que presentan dificultades en sus vínculos sí lo tengan. Veamos a través de las siguientes preguntas el tipo de experiencias que nos muestran si Saturno está activado en el amor. Es importante aclarar que no es necesario contestar afirmativamente a todas, pues existen diferentes niveles de intensidad en los que esta energía puede expresarse.

- *¿Te da vergüenza acercarte a alguien cuando te gusta y te pones incluso a la defensiva?*

- *¿Te cuesta abrirte emocionalmente y mostrar tus sentimientos?*
- *¿Dudas de que tu pareja realmente te ame? ¿Ese miedo es muy sutil, pero presente, profundo y escondido?*
- *¿Hay dentro de ti una inseguridad profunda que hace que tengas miedo de que tu pareja te rechace o te deje?*
- *¿Eres muy exigente con tu pareja o ella lo es contigo? Puede ser que nunca nada sea suficiente ni para ti, ni para ella, ni para ambos. En el fondo, ¿te tiendes a enfocar en lo que falta? (pueden haber muchísimas de cosas buenas, pero no puedes dejar ir ese detalle que no encaja y molesta).*
- *¿Te esfuerzas mucho para que tu pareja te quiera? ¿Haces muchas cosas buscando aprobación, que te premien y que te reconozcan?*
- *¿Crees que la vida no ha sido muy buena contigo en cuanto a las relaciones de pareja? ¿Estas no han sido fáciles o, simplemente, sientes que la vida está en contra tuya? (ese es un efecto claro saturnino: culpar a la vida de la mala suerte en el romance o las relaciones).*

SATURNO, EL GRAN MAESTRO

Hay que tener claro que la perspectiva de Saturno como maestro es relativamente nueva. Para la astrología clásica y medieval Saturno era el gran maléfico. Un planeta sinónimo de limitaciones y mala suerte. Donde estuviera presente Saturno en nuestra carta natal, habría restricciones, sentiríamos que la vida no nos apoyaba, o peor aún que nos ponía las cosas más difíciles y que no podíamos hacer nada al respecto.

Si, por ejemplo, se encontraba en el área de las relaciones de pareja, entonces para la visión de la astrología tradicional tendríamos mala suerte en el amor. Si estaba en área del dinero significaba problemas y limitaciones económicas. Si estaba en un área del ámbito creativo entonces no tendríamos ningún talento o lo que hiciéramos no sería valorado por otros. Si Saturno estaba en el área del éxito y los logros, nunca nos íbamos a destacar. Su reputación era implacable. Es vital tener claro que en esta visión astrológica antigua la carta natal no era vista como un mapa de nuestra evolución, sino simplemente como un destino inexorable que no se podía alterar.

Hoy en día la visión de la astrología ha girado en 180°, la carta natal es entendida como un mapa de algo que va cambiando y evolucionando. El enfoque determinista y negativo con respecto a Saturno se ha ido desarmando; a eso se suma que los mitos pesimistas saturninos han ido perdiendo poder y credibilidad, pues hay muchas personas que han logrado cambiar esos destinos castigadores que Saturno supuestamente aseguraba.

Hace algunas décadas atrás, los astrólogos comenzaron a cuestionarse qué tan cierto era este concepto maligno de Saturno y cuál era su verdadero significado. Desde la astrología psicológica, los planetas de la carta natal tienen un propósito en nuestra evolución personal, así que este planeta malvado debía tener otro sentido más allá de sus limitaciones. Poco a poco, el estudio de Saturno empezó a mostrarnos su grado de maestro, severo sí, pero maestro al fin. Saturno nunca ha querido castigarnos ni condenarnos, lo que busca con su mano firme es que aprendamos algo.

Este aprendizaje tiene que ver con dos cosas:

- Enfocarnos a vivir en esta realidad, tal como es, con lo bueno, malo, bonito o feo, entendiendo los ciclos y los tiempos de la vida.
- Madurar y a crecer. Nos pide ser responsables y hacernos cargo de nosotros mismos, especialmente, en las áreas donde tenemos más miedos y arrastramos inseguridades, desarrollando características como el valor, la fuerza, el realismo, la disciplina, la objetividad y la perseverancia.

Saturno y la realidad

Saturno representa a la realidad en este planeta Tierra. Nos dice cómo funcionan las cosas acá en este mundo. Nos muestra que estamos encarnados en un lugar donde existe el tiempo, donde todo opera de cierta manera, donde tenemos un cuerpo físico que posee determinadas necesidades y, además, donde hay un contexto social.

Imaginemos que queremos un helado. Saturno nos va a decir que, básicamente, para obtener nuestro helado acá en la Tierra podemos, por ejemplo, subir a una montaña con nieve, recoger en el camino alguna fruta de un árbol y luego mezclarla con la nieve y tener nuestro helado; o ir a una tienda donde lo venden en cuyo caso nos aparecen dos alternativas: lo compramos o lo robamos. Si hacemos esto último nos tenemos que atener a las consecuencias si somos descubiertos. Si optamos por comprarlo, pero no tenemos dinero, entonces Saturno nos va a decir que nos pongamos a trabajar. Podemos no movernos, quedarnos esperando y soñando con que el helado vaya a aparecer, pero lo más probable es que eso no ocurra. Por más que muchos libros *new age* nos aseguren que podemos hacerlo sin ningún esfuerzo y solo pensando en ello, acá en la Tierra las cosas no son así, nos guste o no y eso tiene un sentido.

No es un accidente que estemos en este planeta: este es un lugar de aprendizaje y de tremenda evolución personal. Lo duro y muchas veces difícil de la realidad tiene un sentido, porque vinimos aquí a aprender a desarrollar ciertas virtudes como la paciencia, el valor, la perseverancia y la responsabilidad. Si todo fuera fácil, simple o automático (como casi todos anhelamos en el fondo de nuestro ser) no tendríamos la oportunidad de desarrollar estas virtudes. Por ejemplo, si queremos aprender y dominar una técnica artística, hay que trabajar duro. Ningún gran maestro artesano aprendió todo inmediatamente.

Esto tiene un porqué. Casi todos hemos pasado por la experiencia de dominar algo que al principio nos parecía difícil de realizar. ¿Podemos recordar la satisfacción personal que sentimos en ese momento? En especial, si aquello requirió de nuestro esfuerzo, de la tolerancia a la frustración y de vernos obligados a superar nuestras inseguridades. ¿Cuánto sentimos que crecimos, cuánto nos ayudó a empoderarnos, a aumentar nuestra seguridad y autoestima? Bueno, ese es el principio de Saturno en acción y lo que aprendimos gracias a él, nadie nos lo puede quitar.

Saturno está asociado a Cronos, al tiempo. Rige los ciclos y los ritmos. Es la realidad tal como es, no tiene nada personal en contra de nosotros, pero la mayoría de las personas nos vivimos quejando,

la culpamos de nuestras dificultades y problemas. Hay muchos a los que no les gusta el sistema, y lo único que quieren es salir de este lugar. No entendemos que la Tierra es un campo fértil para poder hacer nuestros sueños realidad. Es más fácil quejarse que enfrentar los miedos, los desafíos y las responsabilidades que implica alcanzar lo que tanto anhelamos. Saturno nos invita a cumplir los sueños, a materializarlos y llevarlos a cabo.

Hay una frase del humorista gráfico Quino, el autor de *Mafalda*, que representa nuestra relación con Saturno: "He decidido enfrentar la realidad, así que apenas se ponga linda, me avisan". Esta máxima resume en cierta medida el tema saturnino. Todos tenemos ganas de hacer cambios o de resolver cosas, pero nos quedamos esperando a que algo suceda, que alguna señal aparezca. Entonces, Saturno es esa patada en el trasero que nos hace movernos y ponernos en acción. Es el planeta asociado a la madurez: el problema es que no queremos madurar.

Saturno en la carta natal

En nuestra carta natal, el área de la vida que esté tocada por Saturno será una donde experimentaremos grandes miedos e inseguridades. Estos nos frenarán y nos limitarán a la hora de desarrollar adecuadamente este ámbito de nuestra vida. Sin embargo, Saturno nos va obligar a enfrentar esos temores. ¿Cómo lo hace? Poniéndonos desafíos: la realidad con todo su peso se va a materializar de alguna forma en esa área, empujándonos a crecer. ¿Lo hace por maldad?, en lo más mínimo, simplemente lo hace porque en esas áreas es donde venimos a desarrollar una maestría personal acá en la Tierra.

Por eso la astrología clásica decía que Saturno era un maléfico que nos castigaba, porque casi nadie en este planeta está dispuesto a asumir sus miedos y a enfrentar sus verdaderas inseguridades. Por eso sentimos que la realidad nos limita, que es Saturno quien lo hace.

Este planeta nos dice que todos nosotros somos maestros constructores de la realidad. De hecho, siempre estamos cocreando. No obstante, gran parte de las veces lo estamos haciendo desde nuestros miedos e inseguridades. No nos damos cuenta de que casi todos los seres humanos tenemos una contradicción intrínseca: por un lado, queremos una vida feliz, con amor o éxito; pero en el fondo de nuestro ser, no nos creemos tan buenos o merecedores de eso. Entonces le mandamos un doble mensaje al universo: deseamos algo, pero al mismo tiempo lo negamos. A partir de ahí, cocreamos una realidad con ambos principios.

Saturno nos invita a hacernos maestros de una realidad que realmente nos haga felices. No nos damos cuenta de lo generosa que esta es y cómo premia a los que se atreven.

Si Saturno nos hablara, probablemente nos diría las siguientes frases:

- *Hazte cargo, no escapes de tu responsabilidad.*
- *Es hora de dejar de ser un niño y convertirte en un hombre o en una mujer.*
- *Ahí donde más miedo e inseguridad experimentas, más potencial tienes de crecer, pero nadie lo puede hacer por ti, excepto tú.*

Es importante tener claro que Saturno no nos dice que siempre va a ser todo complejo o difícil porque una vez que se logre la maestría, entonces se contará con todas las herramientas necesarias para poder manejarse y fluir. Un maestro artesano ya no siente las dificultades y los miedos que tuvo cuando estaba aprendiendo, ahora las cosas le salen más fáciles y naturales, aunque sean muy complejas de hacer.

Los miedos saturninos

Comenzamos a experimentar los miedos saturninos durante nuestra infancia. Cuando éramos niños, muchas veces nos sentíamos diminutos frente a esta realidad. Las cosas nos parecían grandes o difíciles. Además, la mayoría de los adultos que nos rodeaban tampoco sabían enfrentar la existencia, veíamos cómo recurrentemente se quejaban, se estresaban, se asustaban, etc. De esta forma, empezó a instalarse en nosotros este susto a la gran realidad.

De a poco fuimos asociando estos miedos a un problema interno, como si hubiese algo dentro de nosotros que estuviese fallado. Surgió entonces una sensación de vergüenza hacia nuestra propia impresión de pequeñez e inseguridad. Si, por ejemplo, Saturno estaba asociado con Venus, nos empezamos a sentir menos bellos y queribles, algo malo había adentro que nos hacía menos valiosos que el resto y no queríamos que los demás lo vieran. Si Saturno estaba relacionado con nuestro Marte (que tiene que ver con el valor, la potencia y la capacidad de luchar por lo que queremos) entonces tuvimos miedos a la hora de actuar, competir; temores que se transformaron en inseguridades y en la creencia de que éramos cobardes, menos capaces o fuertes que los demás.

Estos son miedos que tratamos de ocultar, porque de niños creímos que solo nosotros los teníamos. En el mundo, la gente normalmente no habla de estos o de sus inseguridades, de hecho, ocurre todo

lo contrario: la gran mayoría de los seres humanos tratamos de ocultar estos temores con máscaras. Nadie se atreve a mostrar sus fallas, nos avergonzamos de que nos vean equivocarnos, nadie quiere exponer su vulnerabilidad. La tapamos con caretas que la compensan, mostrándonos distantes, fríos, serios o aparentando total seguridad, cuando en el fondo estamos muertos de miedo, solos e inseguros: "¿por qué nadie más siente lo que yo siento, nadie me puede comprender?", nos preguntamos. La verdad es que todos compartimos miedos parecidos, nuestras mismas inseguridades las tiene muchísima gente. No estamos solos, todos nos parecemos más de lo que podemos llegar a imaginar.

Algunos saturninos compensaron esas inseguridades evitando vivir situaciones donde pudieran ser expuestos, de modo de no correr el riesgo de sentirse menos que los demás. Por ejemplo, alguien que tiene asociado Saturno a Marte puede evitar los deportes de competición, pues así sorteja la posibilidad de perder, de sentirse menos potente que los demás o ver su propia cobardía. Alguien que tiene Saturno relacionado con Venus no quiere mostrarse coqueto y sensual, especialmente con quien le atrae, como una forma de escapar de una situación donde siente que hay un riesgo muy alto a ser rechazado.

Otros saturninos lo compensan de una forma completamente diferente. Construyen personajes que son completamente opuestos a sus miedos, por ejemplo, si tienen temor de su inteligencia, se vuelven los más estudiosos y los que más saben, para que nadie dude de ellos. Si la inseguridad pasa por su belleza o atractivo, lo compensan preocupándose en exceso de su cuerpo, entrenando, arreglándose mucho o vistiéndose de la manera más sensual posible para que los demás no vean lo poco atractivos que se sienten. Si su inseguridad es relativa a su valor y potencia, van a tratar de mostrarse lo más machos y fuertes posibles.

Muchos saturninos se exigen enormemente, buscando destacarse mediante sus logros y éxitos. Construyen una máscara para afuera que aparenta mucha seguridad. Es impresionante ver cómo las cartas natales de personas que logran éxitos, se parecen a las cartas de personas que nada logran, aquellas que la sociedad considera fracasadas. Ambas suelen ser saturninas. Tienen en común el miedo y la inseguridad. En el exitoso, la necesidad de logro y de construir esta máscara potente, lo impulsa una y otra vez a exigirse y cumplir sus objetivos, nunca puede rendirse pues podría notarse que no vale. En el caso de estas personas, el éxito nunca es suficiente, no importa lo que alcancen o cuántas metas logren, nunca se sienten seguros por dentro, porque en vez de hacerse cargo de sus miedos y resolverlos, los tratan de tapar con adornos y medallas externas. Lo mismo para el que no hace el esfuerzo, es mejor no correr el riesgo, es mejor

no intentarlo, porque sería terrible hacerlo y fallar. Dos realidades diferentes, un mismo origen de fondo.

A Saturno no le interesan las medallas. A este planeta le importa que, por sobre todo, superemos nuestros temores y que construyamos una realidad donde podamos ser felices. Que aprendamos a ser honestos, realistas, responsables, valientes y que creemos una vida que realmente nos represente y manifieste nuestra esencia. Que maduremos con honestidad, rescatando quienes somos de verdad y no lo que queremos mostrar para sentirnos valorados externamente.

SATURNO Y LAS RELACIONES DE PAREJA

Cuando se tiene a Saturno vinculado con el mundo emocional y con las relaciones de pareja, la maestría que venimos a desarrollar está asociada al área del amor y a compartir con otro, también con aprender a amarnos a nosotros mismos, construir una base emocional estable, valorarnos y entregarnos a lo que nos hace feliz.

Existen dos formas mediante las cuales Saturno puede estar presente en las relaciones para una persona, conectado con la energía de Luna o de Venus.

Saturno asociado a la Luna

La maestría a desarrollar es la de aprender a hacernos cargo de nuestro niño interno, construyendo un mundo afectivo estable que se pueda sostener sin la dependencia emocional hacia otros.

Desde la temprana infancia se van a vivir limitaciones en el área de la nutrición y contención emocional. Todo esto va a terminar provocando que el adulto con Saturno conectado a su Luna tenga miedo a sentir, que no se vincule con sus sentimientos y menos que los exprese, de esta forma, se genera así una máscara de persona muy autosuficiente y sin mayores necesidades emocionales.

Esta persona tiene a su niño interno extremadamente bloqueado y disociado, pues la parte adulta no le da espacio para que se manifieste. La raíz de ello está en una profunda herida y desconexión interna que se produjo en algún momento de la infancia que, con el correr de los años, hizo al saturnino una persona más bien fría y dura. Su niño interno lleva muchísimo tiempo sintiéndose falto de amor, abandonado y no escuchado.

¿Cómo poder descongelar el mundo emocional para aprender a conectarse y nutrir a ese niño? es la gran pregunta que Saturno nos hace en este caso. La persona tendrá la responsabilidad de construirse a sí misma afectiva y emocionalmente, antes de tener una relación sana con otro; si no lo hace, aparecerán todo tipo de limitaciones en sus relaciones.

Los indicadores astrológicos que nos permiten ver si tenemos a Saturno influyendo en nuestro mundo afectivo lunar son:

- Luna en Capricornio.

- Luna aspectada disarmónicamente⁴⁷ con Saturno.
- Saturno en la Casa IV.

♄♀ *Saturno asociado a Venus*

La maestría a desarrollar es la de construir una autoestima sana, a valorarnos y darnos aquello que nos provee de felicidad, también aprender a compartir y relacionarnos con un otro.

Desde la niñez se van a vivir limitaciones en torno a los vínculos, la persona puede sentir que sus pares o quienes le parecían atractivos la criticaban y rechazaban. El nativo con Venus asociada a Saturno siente que no posee algo dentro de sí que el otro pueda valorar. Tiene un tremendo miedo al rechazo y una mala autoimagen interna, pone a menudo barreras defensivas para alejar a los otros. “¿Cómo me van a querer a mí?”, se pregunta. Siente que hay algo malo en él o ella, algo que está fallado y que si el otro es capaz de percibirlo, entonces lo dejará. Paralelamente, no se da mucho espacio para gozar y disfrutar de la vida, ya sea solo o en sus relaciones. No sabe lo que realmente requiere para ser feliz, más allá de las exigencias o responsabilidades que aprendió a imponerse de pequeño.

Mientras esto no sea resuelto, se tendrán dificultades en los vínculos de pareja o afectivos. Costará abrirse, permanecer satisfecho en una relación y sentirse realmente amado.

Los aspectos astrológicos que indican la existencia de esta situación son:

- Venus en Capricornio.
- Venus aspectada disarmónicamente con Saturno.
- Saturno en la Casa V, VII u VIII⁴⁸.

Plutón y Saturno, aprendizajes diferentes

En el capítulo de Plutón también hablamos del aprendizaje de amarse

⁴⁷ Conjunción, cuadratura, oposición o quincuncio.

⁴⁸ Saturno en la Casa V y VIII no tiene que ver necesariamente con Venus, pero sí tiene un efecto en las relaciones, en la intimidad con el otro y el disfrute.

a sí mismo, nutrirse, valorarse y relacionarse en pareja de forma sana. Sin embargo, en el caso de Saturno, el proceso es diferente. El saturnino bloqueó sus necesidades afectivas, le cuesta mucho desbordarse o descontrolarse y pedir lo que quiere; en la relación pone barreras para que el otro no se acerque demasiado. El plutoniano, en cambio, se desborda y manifiesta exigiendo que otro se haga cargo de sus necesidades; en las relaciones de pareja busca con intensidad un vínculo que llene la sensación de soledad y de vacío interno, cae en la posesividad, los celos y el drama. Al saturnino el drama no le gusta, su forma de amar es más bien austera y limitada en su expresión. El saturnino tiene un niño interno que está encerrado y que es obligado a mantenerse en silencio. El plutoniano tiene un niño interno que hace berrinches y que reclama por el amor de los demás.

Van a haber muchas personas con ambos planetas influyendo en su mundo emocional y en sus relaciones de pareja. En esos casos, ambas energías planetarias están presentes, produciendo una gran tensión interna y un importante conflicto entre dos formas muy distintas de manejar el miedo a la soledad y la falta de valoración interna. Existe una enorme necesidad de ser amado y de estar con otro, que se conjuga con una máscara que pone distancia y se protege para no ser rechazado.

LA RAÍZ DE LA HERIDA SATURNINA

Tenemos que entender que el alma de la persona que tiene a Saturno en el área afectiva trae al nacer una profunda herida de autoestima. Esta herida es tan importante que muchas veces, independiente de cómo sean sus padres, en algún momento de la infancia se activará con potencia, haciendo que el niño se sienta no querido, inseguro y rechazado.

De cierta forma, la carta natal nos habla de los filtros con los cuales vemos la realidad. Por lo tanto, el filtro con el que el saturnino va a ver su realidad estará asociado a una baja autoestima relativa a no creer que merece ser amado. Aunque tenga muchas experiencias positivas en el amor, registrará mucho más las negativas para reafirmar su sensación de rechazo.

Los padres no pueden cambiar el filtro con el que sus hijos ven la vida, pero sí pueden aliviar sus síntomas y heridas, para que la huella no sea tan profunda. Es muy importante tener claro que, cuando el pequeño nace con una fuerte energía saturnina a nivel emocional, uno o ambos padres también la tiene, o bien sus abuelos o algún otro familiar, porque esta es una energía muy presente en el linaje. Es decir, el filtro del niño está conectado con uno que existe en la familia. Por lo tanto, el mejor regalo que le pueden ofrecer los padres es reparar sus propias heridas de autoestima, seguridad, merecimiento y valor propio. Así, el nivel de exigencia consigo mismos y con sus cercanos podrá disminuir, lo que a su vez redundará en un menor nivel de intensidad de la herida en su hijo o hija.

Si Saturno está asociado a la Luna⁴⁹ de un pequeño, la instrucción lunar de seguridad afectiva que este traerá será la no depender emocionalmente de otros. Esto se vinculará fuertemente con su sensación de no merecer amor, pues estas son almas que aprendieron a no ser dependientes, a no pedir, a arreglárselas solas. Tal como explica el astrólogo Eugenio Carutti, este mecanismo de seguridad emocional choca con las necesidades intrínsecas de un pequeño: cuidado, protección y nutrición. Todos los bebés y niños pequeños necesitan que los nutran y los protejan, pero las personas que tienen las energías de Saturno y la Luna vinculadas rechazan los cuidados sin darse cuenta, o bien no manifiestan abiertamente dichas necesidades. Es muy común ver niños con Luna en Capricornio que no lloran, que no hacen berrinches y que no molestan. Los padres creen que están muy bien porque no se quejan, pero en realidad esto

⁴⁹ O si Saturno se encuentra en la Casa IV.

no es así, porque por dentro los pequeños muchas veces no lo están pasando bien. Simplemente no están expresando sus necesidades.

Cuando trabajo con niños en la consulta he visto que en los pequeños que tienen activas estas heridas, su cuarto chakra⁵⁰ suele estar bloqueado. Este centro energético se relaciona con la capacidad de amar y de sentirse amado. No es fácil que a los niños se les cierren los chakras, pues en esta etapa del desarrollo lo natural es que estén abiertos y fluyendo sin problemas. Por lo tanto, si ello ocurre es porque están viviendo emociones extremadamente dolorosas: rechazo, abandono o falta de amor. La estrategia con Saturno será desconectarse de esos sentimientos.

Dichas heridas o bloqueos se pueden dar desde el nacimiento o durante los primeros años de vida. A veces ni siquiera ocurren por sucesos traumáticos o extremadamente fuertes. En otros casos sí, niños abandonados por uno o incluso ambos padres, otros que a muy temprana edad tienen que hacerse cargo de muchas cosas, ya que sus padres trabajan mucho y se encuentran ausentes la mayor parte del tiempo. Lo más común es que el niño saturnino tenga padres que pueden ser fríos, críticos y/o exigentes, ya vimos que suelen pertenecer a familias donde la energía saturnina está presente y algún grado de restricción en el amor existe en el hogar. Familias frías, serias y exigentes, donde no se expresa abiertamente el cariño o este está muy condicionado a un buen comportamiento o a la obtención de logros. Obviamente existen excepciones, hay niños que nacen en familias alegres y relajadas, pero ellos mismos son serios y se exigen solos: "nació siendo un viejo chico", dicen sus padres.

Lo que sucede con la mayoría de los niños es que comienzan a sentirse solos, no queridos y no apoyados. El pequeño no expresa lo que le pasa; los padres o los adultos que lo rodean no saben por qué tiene esa tristeza. A los niños les cuesta mucho mostrar lo que sienten y necesitan. Se lo guardan. Pero al mismo tiempo les duele profundamente que los demás no hagan algo al respecto. Ahí está la contradicción clave que después el adulto también vivirá. No expresará lo que le afecta, pero al mismo tiempo le dolerá profundamente que el otro no lo vea. El dolor queda guardado y asociado, sin darse cuenta, al hecho de "no me ven, porque no me quieren". No obstante, también acá hay excepciones, casos en que sí se buscó ayuda y no se la dieron, lo que fortalecerá aún más la idea de no ser querido.

⁵⁰ Los chakras son centros de energía situados en el cuerpo humano. Son siete los principales.

Dentro del mundo interno de estos pequeños, se comienza a instalar la idea de que no se es amado porque hay algo dentro de sí que está mal, algo que está fallado y que por eso mismo no lo merece. Recuerden la herida que trae el alma. Esto es extremadamente doloroso y muy difícil de tolerar.

Además, como en la mayoría de los casos estos niños nacen en medioambientes exigentes, es muy común que sientan que cuando se portan bien, cuando satisfacen las expectativas de la familia o tienen logros, ahí es cuando lo valoran y lo premian. Si cumplen con las exigencias o con las responsabilidades que mamá o papá piden, entonces se abre la posibilidad de sentirse querido. El problema es que el pequeño comienza a pensar que no lo aman por ser quien es, sino por lo que puede lograr y hacer: "¡El amor se puede ganar si soy bueno, responsable y cumplo con lo que me piden!"

Hay un dilema: por un lado, dolor y tristeza; y por el otro una zanahoria que promete amor. No se puede salir a lograr cosas con tanta tristeza y dolor dentro de uno. Por lo tanto, el pequeño toma una decisión: bloquea sus emociones y todo lo que le duele; es como si decidiera no sentir más. De esta forma, cuenta con la energía y la determinación para comportarse adecuadamente y lograr las metas que le harán ganar el amor de papá o mamá.

En ese momento, se produce el congelamiento del mundo interno y la negación del dolor y la pena. Podríamos decir que el niño interno, en algún minuto de la infancia, es amordazado para que no llore y no se exprese, es amarrado para que no haga berrinches. Por lo tanto, la capacidad de conectarse con las emociones quedará extremadamente limitada y restringida. Insisto, es demasiado el dolor interno que se estaba sintiendo por sentirse no amado que debe bloquearlo para poder sobrevivir. Además, a esto se suma el mecanismo de arreglárselas solo a nivel afectivo y la mejor forma de hacerlo es simplemente no tener mayores necesidades emocionales. De esta manera, disminuye el anhelo de depender de otros, simplemente porque así no siente tanto.

El niño crece y se vuelve un adolescente que no se conecta mucho con sus emociones y es muy autoexigente consigo mismo. Muchos esperan ganar el amor de los padres cumpliendo las expectativas familiares; puede pasar en algunos casos que no importa lo que logren, sentirán que sus padres nunca los querrán. Esto suele ocurrir en casos de padres extremadamente exigentes y críticos, que jamás se sienten satisfechos con sus hijos. No ven todos los esfuerzos que estos hacen para ser queridos y valorados. Entonces, los niños más se exigen y estresan.

Si asociamos Saturno a Venus, le herida tiene que ver con no haberse sentido visto, ni valorado por los padres. Estos quizás no se dieron cuenta de sus esfuerzos para ser apreciado, no vieron sus demostraciones de afecto o simplemente estaban preocupados de otras cosas y no tuvieron tanto tiempo para sus pequeños. En algunos casos, hay niños de cinco o seis años que traen la herida saturnina porque se sintieron rechazados por los compañeros o por alguna niña o niño que les gustó cuando estaban en el colegio. Algo ocurrió en la infancia y se activó desde muy temprano la sensación de baja autoestima. Estas personas sienten que no tienen algo que los demás puedan querer o valorar y dudan de su capacidad de atraer a otros. Lo mismo probablemente les pasó cuando eran adolescentes, época en la cual quizás fueron rechazados por sus pares; o bien en el colegio pueden haber sufrido *bullying* o humillaciones. No importa lo que haya ocurrido, poco a poco fueron construyendo una barrera para relacionarse con otros. Un saturnino, entre más inseguro se siente, más duro se muestra y más distancia afectiva pone.

Esto afecta especialmente a las mujeres que tienen estas configuraciones. A ellas les puede costar más conectarse con su parte femenina más sensual, tienen una potente inseguridad con respecto a su propia belleza y atractivo. También les resulta difícil permitirse espacios para sentir placer y gozar.

En algunos casos, si Saturno está asociado a Venus se suelen evidenciar potentes inseguridades con respecto a las habilidades creativas y artísticas. Estas personas piensan que lo hacen o crean no es bello, se comparan constantemente con los demás y se sienten inferiores. La idea de no poder crear cosas lindas tiene que ver con la impresión interna de falta de atractivo y belleza.

En el siguiente ejemplo se muestra cómo se configura la estructura saturnina en la infancia. Veremos ahora la historia de Carola, la hermana mayor de Javiera, a quien ya conocimos en el capítulo sobre Plutón.

Carola nació con Saturno conectado fuertemente con su Luna y Venus. Fue una bebé bastante tranquila: “no molesta en nada, se porta tan bien”, decía su madre, Inés, cuando la pequeña tenía apenas cinco meses. En ese momento y para su sorpresa, quedó embarazada de su segunda hija, Javiera. El embarazo no fue fácil, Inés se sintió muy mal desde un comienzo y tuvo notorios síntomas de pérdida. Debido a esto, no pudo prestarle tanta atención como quería a Carola. Sin embargo, esto aparentemente no pareció molestar a la pequeña, que no dio ninguna señal de incomodidad o de dolor.

Cuando Carola tenía un año y dos meses, nació su hermana menor. Ahí las cosas comenzaron a cambiar aún más para ella. Su hermana era lo contrario a ella: lloraba mucho y siempre parecía necesitar la atención de mamá. Con el paso de los meses y luego de los años esto fue aumentando. Su mamá ya no estaba cuando Carola la necesitaba. Si tenía tristeza, ella no aparecía. Cuando dibujaba o hacía algo artístico, mamá no le podía poner atención, pues su hermana menor parecía hacer más escándalos en esos momentos. Su papá trabajaba mucho, por lo tanto, la pequeña se acostumbró a estar sola y a intentar molestar a su madre lo menos posible, pues ya parecía tener suficientes complicaciones con Javiera.

De a poco la pequeña fue aprendiendo a arreglárselas por sí misma y a ocultar la tristeza que sentía por no sentirse cuidada y amada. Dolía mucho esa soledad, pero ella se fue desconectando de sus emociones, las que se fueron *congelando*. Sin embargo, había algo que alegraba a la pequeña y la hacía sentir muy querida. Los momentos en los cuales su mamá le sonreía y la felicitaba: “eres una niña tan buena, no me das ninguna preocupación, solo alegrías”. De a poco, la pequeña fue aprendiendo que entre más alegrías le diera a su madre, más contenta parecía estar ella y, a su vez, más amada se sentía.

Empezó a ayudar con las tareas de la casa, también se preocupó de que le fuera bien en la escuela. No quería tener bajas calificaciones, pues su mamá no la iba a querer si eso pasaba. Por otro lado, su papá siempre le preguntaba por sus pruebas y exámenes, diciéndole que tenía que ser de los mejores del curso. Carola de a poco fue generando un miedo al fracaso enorme. Su autoestima también era baja, pues una parte de ella sentía que no la podían querer por ser quien era, sino que por lo que lograba. Esto la obligaba a presionarse muchísimo y, a los 12 años, se acostumbró a tener una pesada sensación de estrés.

Podríamos culpar a Inés de la dolorosa situación de su hija y estaríamos en parte en lo correcto, pero la madre no es la culpable del todo. Su hija vino al mundo con esa dolorosa instrucción saturnina. Esta le impedía demostrar sus emociones y exigir tal como lo hacía su hermana. De hecho, Carola en más de una ocasión rechazó la ayuda de su madre. Había algo en ella que la hacía sentir muy incómoda cuando sentía que le daban (su instrucción le decía “arréglatelas sola”). Inés se sorprendía al ver las reacciones de la pequeña y rápidamente se daba cuenta de que su hija era muy autosuficiente y parecía estar mejor si ella no se metía o la ayudaba con sus asuntos.

Con sus compañeros de escuela era más bien tímida e insegura; especialmente con los muchachos que le gustaban o con aquellos

que coqueteaban con ella. Carola de pequeña amaba crear y hacer cosas artísticas, pero sus inseguridades y las dudas con sus habilidades fueron aumentando hasta que, cuando tenía 14 años, dejó de practicar actividades creativas.

Profunda desconexión de sus emociones

Saturno asociado al mundo emocional pide desarrollar madurez y la capacidad de autosostenerse, pero un niño no tiene las herramientas para hacerlo, de hecho, es al revés: cuando somos pequeños todos necesitamos cuidados y protección. De ahí que la instrucción de autosostenerse se pueda haber confundido con no sentir nada, lo que llevó a estas personas a transformarse en verdaderos robots emocionales. La vida los expone a situaciones de dolor y ellos no conectan con sus sentimientos, siguen avanzando como si nada hubiera pasado, afirman que no sienten nada y que “no era para tanto”. Por supuesto que esto no es así, debajo de esa rigidez, escondidas en la profundidad del mundo emocional están todas esas emociones dolorosas. El niño interno llora por dentro, pero la persona no lo escucha.

Recuerdo un caso que llegó a mi consulta. Tenía Saturno completamente conectado a su mundo emocional y afectivo: Luna en Capricornio y Venus en aspecto disarmónico con Saturno⁵¹. Me contó que en el mismo año se había divorciado y su padre se había muerto, pero él no había llorado ninguna vez, de hecho, dijo que no sentía nada. Pero ¿cómo puede ocurrir semejante nivel de bloqueo? La bioenergética nos da una respuesta; las personas desde que somos pequeños construimos capas o corazas de protección, las que vamos armando dentro de nuestro cuerpo. Las personas saturninas ponen una *coraza de metal* en el cuarto chakra (corazón) para no sentir nada. Una verdadera barrera físico-emocional.

El niño saturnino aprendió que tenía que crecer rápidamente para ser querido, descubrió que debía que ponerse un traje de robot para lograr sus metas. Sin embargo, este traje los hace pagar un precio, ciertas emociones que el adulto conoce a la perfección. Primero, el látigo de la culpa, clave para obtener logros. Estas personas quieren descansar, hacer otras cosas, pero no pueden, necesitan enfocarse solo en lograr sus objetivos. Segundo, el miedo y la exigencia. Muchos saturninos cuando funcionan en el día a día, sobre todo en el mundo laboral, no se sienten felices y, de hecho, no disfrutan de lo que hacen,

⁵¹ Una cuadratura entre Venus y Saturno.

porque al traje de robot no le interesa disfrutar, le interesa cumplir. El traje obliga a estas personas a usar máscaras frías, duras y exigentes.

Destacar este hecho no significa que las personas saturninas no tengan que lograr cosas en la vida, más bien todo lo contrario: Saturno les dice que construyan algo en la realidad. El problema es que su afán de logro está condicionado por el vacío interno y no por una genuina ambición, por eso quizás las cosas que obtengan no son necesariamente las que quieren. Como están congelados, no logran hablar con su parte sabia que los puede aconsejar: su propio corazón. Tienen que construir, pero cosas que les den placer, con las que disfruten y que les brinden un sano sentido de identidad, no por el reconocimiento; otros saturninos le tienen tanto terror al fracaso, que esto los inmoviliza en la vida. Todas estas personas deben aprender a tratarse con amor, a ser menos exigentes y a preguntarse realmente qué metas quieren lograr.

EFFECTOS EN LAS RELACIONES DE ADULTO

Conozcamos entonces cuáles son los principales efectos que ocurren cuando Saturno está fuertemente conectado a las relaciones y al amor.

La bolsita del amor está rota

Todos tenemos una *bolsita de amor*, que es una metáfora del lugar donde guardamos el amor propio y el amor de los demás. Las personas saturninas la tienen rota, esta simplemente viene con un hoyito, su alma la trae así, no es culpa de sus padres; las experiencias de su infancia solo abrieron aún más los agujeros.

Dos son los efectos de la bolsita de amor rota. Primero, cuando el saturnino logra alcanzar sus objetivos y metas no se siente ni satisfecho ni tranquilo. Se embarca en un proyecto, muy motivado porque una parte de sí mismo le dice que será muy feliz, amado, seguro y valioso si lo logra. Después de mucho esfuerzo y de un alto nivel de autoexigencia consigue la meta y mete *fichas* de triunfo en la bolsita de amor. Sin embargo, estas se caen por lo agujeros, ya que como decíamos está rota. Incluso la persona se puede sentir incómoda cuando los demás la felicitan y la aplauden y por ello siente vergüenza y se refuerza la sensación de que hay algo malo en él. Al aparecer nuevamente la sensación de vacío e inseguridad, la necesidad de plantearse nuevos objetivos surgirá de nuevo y, de esta forma, nunca se podrá sentir satisfecho consigo mismo.

Segundo, la dificultad para sentir, apreciar y contentarse con las fichas de amor que le entrega su pareja. Esta puede realmente preocuparse, ser cariñosa, cuidarlo, pero el saturnino muchas veces no siente o no valora lo que esta persona le da, porque las fichas entregadas se fueron por el agujero. Este es el motivo por el cual nunca se siente del todo amado por la otra persona, no importa si la pareja se cuelga un cartel con letras mayúsculas que diga ¡Te amo!, no llegará a su corazón. Hay demasiada falta de confianza y actitudes defensivas como para creer que algo así pueda suceder.

El vaso medio vacío

La bolsita del amor rota conecta directamente con una sensación de carencia interna. Eso hace que el saturnino siempre sienta que le falta algo para ser feliz, lo que se traduce en una falta de gratitud ante la vida.

Puede tener una pareja maravillosa, vivir una situación emocional muy buena, pero la persona saturnina tendrá la tendencia inconsciente de buscar qué es lo que falta o lo que le molesta. Y ahí se quedará pegada, cumpliendo de este modo su propia profecía. Le cuesta valorar lo bueno de una relación, no logra relajarse y disfrutar, lo que finalmente puede hacer que su pareja se harte y se aleje.

Esta mirada la tiene no solo hacia las relaciones afectivas, sino hacia la vida en general. Se queja de lo que le falta, de su trabajo, de la familia, del dinero, del hogar, da lo mismo; incluso se percibe a sí mismo de igual manera. No puede tratarse de forma amorosa y apreciar las virtudes que tiene, suele ser muy crítico y castigarse por los defectos que puede encontrar. La relación con el otro es un reflejo de cómo se relaciona con él o con ella misma.

Todo esto impide que puedan gozar y disfrutar de su vida, viendo lo bueno que hay, tomándose las cosas de manera menos seria y grave.

El amor es exigencia

De pequeñas, las personas saturninas aprendieron que el amor era exigencia, dado que su madre o padre les exigían constantemente y ellos sentían que debían cumplir con ello para sentirse queridos. Por lo tanto, de adultos pueden buscar una pareja que les exija tanto como uno de sus padres. Una pareja que puede ser o volverse muy seria y que también tenga problemas para amar fluidamente. Personas que los limitarán de alguna forma, parejas frías o exigentes, que seguramente proveen estabilidad, pero que no permiten la expresión real o espontánea del afecto. Alguien a quien no le importa lo que se haga o se dé, siempre dirá que algo falta y las criticará. Pueden incluso llegar a estar con personas abusivas, dependientes y poca merecedoras de afecto. En el caso de los hombres, pueden buscar mujeres dominantes y duras. En el caso de las mujeres, hombres no expresivos y fríos.

Algunas de estas personas tienen tan integrada la sensación de que amor es sacrificio y esfuerzo, que se desviven tratando de satisfacer al otro para ganar su aprecio. En el fondo, esperan que este algún día los valore y les dé el afecto que tanto añoran. Repiten, de esta forma, el mismo patrón que vivieron en la infancia con sus padres, época en la que se esforzaban sin cesar esperando que les dijeran que los querían por lo buenos que eran.

La otra posibilidad es que los mismos saturninos se vuelvan exigentes con sus parejas y demasiado serios en el amor. En este caso, se ponen en el lugar de sus padres y no saben amar sin demandar, algunos ni siquiera lo verbalizan, pero por dentro se sienten insatisfechos por los defectos de su pareja.

Si ambos miembros se comportan de la misma manera, tendrán importantes problemas para relajarse y disfrutar de la relación.

Cuando la madre de un niño con muchos temas saturninos llega a mi consulta, le explico del significado de Saturno y la exigencia. Ellas generalmente reaccionan sintiéndose culpables y diciendo que son malas madres por demandar tanto del niño, no saben que en sus propias cartas natales también tienen factores saturninos muy parecidos a los de sus hijos. Es decir, ellas aprendieron este comportamiento de sus propios padres, sin embargo, no se dan cuenta de que estas exigencias son una forma de demostrar el amor hacia ellos. Dentro de sí, una parte de ellas cree que a uno se le ama por las metas y logros que alcanza en la vida, de ahí que quieran que su hijo o hija logre cosas. Lo que deben hacer, en el fondo, es modificar su visión del amor para así expresarlo de otra forma. Esa madre tiene que sanar su propia autoexigencia para no proyectarla sobre su familia.

No es poco frecuente, que ambos comportamientos saturninos oscilen dentro de una relación. Los miembros de la pareja pueden cubrirse con una máscara dura, fría e insensible y luego sacársela para actuar de manera crítica y exigente. Liz Greene lo explica muy bien en su libro *Saturno, un nuevo enfoque para un viejo diablo*, donde afirma que lo que muchos confunden con amor es una actitud exigente, posesiva, insatisfecha, dolorosamente sensible y vulnerable. Algo muy similar a lo que sienten los niños de tres o cuatro años cuando no se sienten amados⁵².

Las personas con Saturno aspectando el área de sus relaciones quieren desesperadamente que se las quiera, pero no muestran sus necesidades afectivas, ni menos aquella parte de sí mismas que es vulnerable y necesita cariño. Por ello cuando se ponen la máscara de dureza, hacen creer a los demás que no tienen este tipo de necesidades, se comportan de manera taimada y molesta.

Falta de empatía

Es muy difícil tener una relación sana si no somos capaces de hacernos cargo y mostrar nuestra propia vulnerabilidad. La desconexión con la parte interna frágil hace que a los saturninos les cueste ser empáticos con las necesidades emocionales de los otros, no pueden comprender que los demás sean sensibles y se vean afectados por las cosas.

⁵² Liz Greene, *Saturno, un nuevo enfoque para un viejo diablo*. Buenos Aires: Obelisco.

En general, estas personas se suelen sentir muy incómodas con aquellos que expresan mucho sus emociones, que son muy sensibles o que se desbordan. Ello se debe a la desconexión que tienen con su interior, como no soportan ver su propia fragilidad, tampoco quieren percibir la vulnerabilidad y sensibilidad en el otro. De ahí que, frente a las necesidades emocionales de su pareja, se comporten de manera fría, racional, poco empática y, en algunos casos, castigadora. Esto es muy propio en hombres que tienen a Saturno vinculado con la Luna, donde la desconexión con las necesidades afectivas es fuerte. Son personas que no suelen cuestionarse acerca de sus emociones, pueden llegar a creer que no las tienen, esta falta de empatía hacia los demás es solo reflejo de la falta de empatía hacia su niño interno.

La desconexión emocional, junto con el hecho de estar acostumbrados autosostenerse sin depender de otros, hace que a los saturninos les cueste mucho pedir ayuda. No solo a su pareja, sino en todo orden de cosas.

Relaciones seguras y miedo a conectarse con el otro

Otra de las características de estas personas es la falta de apertura emocional hacia sus parejas, son expertos en poner barreras y límites, por medio de los cuales se protegen de llegar a niveles de intimidad más profundos donde pueden ser rechazados. Esto se suma a su terror a la dependencia afectiva. Obviamente, no es raro que ello dificulte la expresión física de sus sentimientos y su vida sexual, o a mostrar un lado más romántico hacia las relaciones.

Los saturninos en vez de buscar relaciones que los hagan felices y que sean más activas, dinámicas y apasionadas, tienden a las que les resultan estables y seguras, parejas con las cuales no se corran riesgos, aunque el precio sea la propia felicidad personal. Esto contribuye a que las relaciones se estanquen y se vuelvan aburridas.

A pesar de que muchos saturninos no están satisfechos con sus relaciones, no hacen nada por terminarlas. Ello tiene una explicación: dudan de que puedan llegar a ser amados por otras personas. No quieren finalizar una relación porque su perspectiva más bien pesimista les dice que quizás no vuelvan a encontrar a nadie nunca más y que se quedarán solos, así que es mejor permanecer a pesar de la insatisfacción.

Para que todo esto quede más claro, continuaremos con el ejemplo de Carola. Incluimos ahora algunos acontecimientos relacionados con su vida de pareja como mujer adulta.

Carola ha construido una historia bastante diferente a la de su hermana Javiera. Lleva seis años casada con Roberto y tienen dos hijos: Ignacio de cinco y Karen de dos. Carola sigue siendo extremadamente autoexigente, tiene un buen puesto en una empresa multinacional, que le demanda constantemente el cumplimiento de importantes metas y trabajo durante horas. Dice que vive corriendo todo el día, en el trabajo no se detiene y en la casa menos; ahí incluso debe hacer más cosas. Piensa que su marido no la ayuda mucho en la casa ni con los niños, se siente poco valorada por él y muy sola. Le encantaría que su pareja la apoyara más en la casa o que fuera un hombre más ordenado y proactivo. En su opinión ella, Roberto está más enfocado en su trabajo y en hacer sus cosas. Además, siempre que le pide algo, él nunca lo hace bien y ella se tiene que meter. Al final se aburría y dejó de pedirle ayuda, así que ahora ella se encarga de todo. Eso sí, reconoce que es un hombre cariñoso con sus hijos, al que le gusta mucho jugar con ellos y consentirlos. El problema es que ella ordena y Roberto y sus hijos desordenan. Ella pone reglas, estructuras y Roberto las desarma. Muchas veces Carola siente que tiene tres hijos en vez de dos. Por lo que debe comportarse firme con todos en el hogar, ya que cree que las cosas no saldrían perfectas como a ella le gustan. Se siente agotada, estresada y no valorada, pero en vez de expresar sus verdaderas emociones, tiende más bien a callarse y a taimarse, castigando a su marido por unas horas o días.

El problema es que ella no se ha dado cuenta de que su propia autoexigencia le está jugando en contra. Al comienzo, él intentaba ayudarla y asumir más responsabilidades, pero ella terminaba criticándolo por no hacer las cosas de la manera correcta. Lo corregía siempre y al final terminaba haciendo todo otra vez. Él le decía que se relajara, que no todo tenía que ser perfecto, pero ella no lo escuchaba. Para calmarla, Roberto se preocupaba de invitarla a comer o de repetirle una y otra vez que la amaba. Le pedía que hicieran cosas entretenidas y la buscaba mucho sexualmente, pero ella parecía no escucharlo. O estaba muy cansada o simplemente ya no tenía ganas de tanta intimidad, menos con el nacimiento de su primer hijo.

Roberto se fue cansando de tanta exigencia, se sentía poco apreciado y querido. No importaba lo que hiciera, nunca lograba cumplir con las expectativas de su pareja. Obviamente, Carola no se daba cuenta de esto, ni de cómo las críticas y la falta de vida sexual lo hacían sentir poco valorado. Con el paso del tiempo Roberto se fue volviendo cada vez más cómodo y prefirió no involucrarse tanto en los asuntos del hogar y enfocar su energía en el trabajo. Esto lo hizo porque su esposa prefería asumir la mayoría de las

responsabilidades, antes que ver que estas no se hacían de la forma adecuada. Paralelamente, se fue volviendo cada día menos cariñoso con ella. Hoy, él está bastante insatisfecho con la relación y se siente muy poco amado.

La instrucción saturnina de Carola hizo que ella asociara el amor con cumplir metas y ser exigente. Sin darse cuenta, al demandarle a Roberto, ella le está expresando su amor, aunque claramente no de una forma muy sana para la autoestima de su pareja y la relación. La baja autoestima que ella acarrea desde la infancia sigue igual, en el fondo una parte de sí cree que no merece ser querida y feliz. Esto complica bastante que pueda recibir el amor del otro o sentirse apreciada. También su necesidad de logro no ha disminuido, lo que no permite que se relaje y que se tome las cosas con más calma.

A su vez Roberto, no es para nada inocente en esta situación. Él tiene a Venus conectada con Saturno de forma disarmónica. Su madre también era muy exigente con él y poco demostrativa. Por lo que él también asumió el concepto de amor con exigencias. Ahora está con Carola, una mujer severa, que le expresa amor de la forma que inconscientemente necesita, pero que obviamente a él no le gusta.

SANAR PARA AMARSE Y AMAR AL OTRO

La verdad es que el saturnino no está condenado a tener relaciones infelices y a sentirse no querido por su pareja. Las limitaciones que experimenta en el amor están asociadas a su propio aprendizaje en la vida. La gran pregunta es si están dispuestos a hacerse cargo de esto o si solo permanecerán sintiéndose insatisfechos o solos. Saturno les dice que dentro de ellos está la responsabilidad de construirse afectivamente y mejorar su autoestima. Nadie lo puede hacer por ellos, nada externo va a compensar sus sensaciones internas.

No se han dado cuenta del precioso don que poseen dentro. El hecho de que tengan a Saturno asociado al área afectiva es un indicador que dentro de sí tienen una gran capacidad: el poder de autosostenerse y amarse a sí mismos. No obstante, debido a sus experiencias infantiles, no fueron capaces de incorporar este don de forma sana. Autosostenerse se confundió con no vincularse con sus emociones, bloquearse, desconectarse de sus propias necesidades, al punto de no sentir nada, pero su don real es una enorme capacidad de poder contener, sostener y abrazar a sus partes emocionales frágiles y sensibles. Un don para cuidar y nutrir a ese niño interno dentro sí, sin depender de otros. Es decir, una gran habilidad para amarse a sí mismos.

También para darse lo que necesitan para gozar y disfrutar de la vida. Así como un tremendo don creativo. Manifestar esto va a tomar tiempo, pues primero necesitan sanar su imagen personal y darse permiso para pasarlo bien, rompiendo con la idea de que no merecen ser felices. Para ello, tendrán que atreverse a sentir y a desbloquear esa parte que congelaron cuando pequeños. No es fácil, pero es una tarea que se puede lograr con paciencia, amor y perseverancia, tal como lo pide Saturno. Hay que zurcir la bolsita del amor y para lograrlo es recomendable un proceso de sanación interno, muy amoroso y profundo. A continuación, daremos varios consejos para poder comenzar.

Descongelar y desbloquear la barrera emocional

Es muy recomendable hacer algún tipo de trabajo de desbloqueo y liberación emocional para soltar las corazas emocionales y atreverse a ir al punto de dolor; idealmente este trabajo debe ser acompañado por algún tipo de proceso terapéutico, porque si no es muy difícil de ejecutar. Hay que entender que existe todo un mecanismo construido para protegerse de las emociones y que estas se encuentran profundamente guardadas. En la infancia, estas personas le pusieron un verdadero tapón al mundo emocional y la mejor forma de sacarlo

es haciendo algún tipo de terapia de catarsis y de liberación que las lleve directamente a estas heridas y les permita soltar y liberar el bloqueo, para luego comenzar a sanarlo.

Existen diversas técnicas que se pueden recomendar, todas tienen utilidad y cumplen sanando en diversos niveles:

- Para soltar directamente las capas rígidas puede ser recomendable tomar sesiones de bioenergética. Esta es una técnica de sanación que permite, en un nivel físico, desbloquear y expresar las emociones que están guardadas.
- Para poder ir a mirar, expresar y sanar las heridas de soledad relativas a no haberse sentido querido y apoyado, son recomendables las técnicas terapéuticas como como Hakomi y la Experiencia Somática. Estas también permiten sanar la baja autoestima y la creencia de no ser merecedores de amor.
- Para poder confrontar los miedos profundos y hacerse consciente de las emociones guardadas, puede ser muy útil tomar sesiones de Gestalt. Estas muchas veces, mediante la confrontación y la liberación, permiten hacer fuertes descargas de emociones guardadas en el interior.

Algo muy aconsejable y que muchas veces es fundamental para que el proceso de sanación resulte, es comunicar lo que están haciendo, viviendo y buscando sanar a su medio afectivo cercano, ya sea pareja, familia o amigos más íntimos. Todas estas técnicas irán provocando que el saturnino se vaya conectado con sus emociones y se descongele. Un efecto es que se van a sentir más sensibles y vulnerables. Esta es normalmente una persona más bien fría y dura, desconectada de su mundo emocional, por lo que nunca ha querido ver con conciencia su tristeza interna. Tampoco suele pedir ayuda. No sabe expresar asertivamente lo que le pasa o siente. Al comenzar la terapia, lo más probable es que se empiece a sentir cada vez más sensible. El tapón está siendo removido, por lo que una potente carga emocional comenzará a salir y no es raro que inicialmente se sientan desbordados. Su parte vulnerable surgirá y esta sentirá que necesita ayuda y contención de las personas significativas que la rodean.

Podemos imaginarnos la confusión en el medioambiente más cercano que no entiende cómo esta persona más bien fría se ha vuelto muy emocional. El medio seguramente no va a saber qué hacer. Eugenio Carutti, en el capítulo de Capricornio de su libro *Las Lunas, un refugio de la memoria*, habla de los resultados negativos que se pueden tener cuando el trabajo de liberación emocional y de sanación profunda se lleva a cabo sin antes haber informado al medio cercano de lo que se está haciendo.

Por lo tanto, un paso inicial fundamental es reconocer que hay que pedir ayuda. El saturnino suele ser muy autosuficiente y no quiere depender de otros. Si se va a hacer un trabajo que realmente cause un impacto, tiene que atreverse a hablar de su vulnerabilidad con su pareja, amigos, etc., expresar lo que le pasa y atreverse a pedir.

Sentirse muy sensible o desbordado es una experiencia inicial absolutamente normal, especialmente cuando la fuerte carga emocional guardada se manifiesta. Luego descubrirá sus herramientas naturales para modular estas emociones y sostenerlas.

En mi experiencia clínica, resulta muy efectivo que antes de liberar emociones e iniciar procesos terapéuticos, tomar esencias florales de amor y sanación interna. Esto tiene un sentido porque ayudan a disminuir la intensidad del dolor antes de conectarse con él y permiten que sea menos intenso y que la persona no sienta que pierde el control de sus emociones.

- Para reparar la herida de la soledad y la tristeza de no sentirse querido son recomendables esencias florales como *Star of Bethlehem* del sistema floral Bach, *Sturt Desert Pea* del sistema floral Bush y *Arnica* del sistema floral California. Todas estas esencias tienen un fuerte efecto en sanar y disminuir el dolor guardado en el corazón o cuarto chakra.
- Para conectar con los sentimientos, sin temer caer en el descontrol, son adecuadas *Dog Rose of the Wild Forces* del sistema floral Bush y/o *Cherry Plum* del sistema Bach.

Para trabajar la rigidez emocional y la desconexión afectiva, las siguientes flores son recomendables:

- *Rock Water* de Bach y *Bluebell* del sistema Bush. Ambas se enfocan en la dureza afectiva, la autoexigencia y la falta de conexión con las emociones, actúan como catalizadoras para sentir. *Dogwood* de California es muy buena para el endurecimiento emocional que se produce por las experiencias de dolor. *Nasturtium* del sistema floral California es muy buena si hay un comportamiento excesivamente mental que tiende mucho a la disociación e intelectualización como mecanismo de defensa.

Ahora, si lo que se busca es conectar directamente con las emociones dolorosas infantiles, de manera de empezar a procesarlas y descargarlas son recomendables las siguientes esencias:

- *Golden Ear Drops* del sistema California que ayuda con las heridas y traumas infantiles, de los que no se suele tener conciencia, pero que dominan el mundo afectivo.

- *Evening Primrose* del sistema California. Esta poderosa esencia trabaja con la sensación de rechazo que surge de la relación con los padres o de otras personas como compañeros de colegio, parejas, etc. Hace caer las barreras que construimos por miedo al rechazo durante la infancia y la adolescencia, que actúan como una suerte de guardia defensiva. Suele tener un efecto en el entorno afectivo y en las amistades, quienes se dan cuenta del cambio en el saturnino. Este comienza a andar menos defensivo y distante. Lo que a su vez permite que se dé cuenta de que no necesariamente son los otros quienes lo rechazan, sino que es él mismo el que pone una barrera para que los demás no se acerquen.
- Si se vivió una sensación de abandono de parte de la mamá o la herida es no sentirse querido por ella, es recomendable tomar la esencia *Mariposa Lily* del sistema floral California. En cambio, si la distancia y la falta de amor provino del papá es adecuado tomar *Sunflower* de California. Ahora si lo que existió fue una total desconexión con la energía del padre, la esencia recomendada es *Baby Blue Eyes* de California.

Conectarse con el niño interno y aprender a sostenerlo

Un paso fundamental en el proceso de sanación interna y de aprender a amarnos es tomar conciencia de esa parte sensible y vulnerable que habita dentro de nosotros, para luego ser capaces de contenerla, valorarla y escucharla. Esto tendrá un potente efecto en la autoestima personal y en el aumento del amor propio, lo que a su vez afectará nuestras relaciones, permitiéndonos sentir que podemos ser amados y aceptar el amor del otro con mayor gratitud. La conexión también nos hará descubrir a una parte muy amorosa y sensible que habita en el interior y que quiere compartir y entregar cariño a los que quiere.

Hoy en día existen múltiples terapias, talleres, meditaciones guiadas y ejercicios que permiten ver, conectarse y sanar al niño interno^{53 y 54}.

⁵³ Personalmente, la que más me gusta, es la técnica que aprendí en el Centro Alma Sur de la Escuela Chilena de Desarrollo Personal y Terapia Gestalt. Ahí el profesor y maestro Patricio Varas Santander enseña una técnica extremadamente amorosa y compasiva para ir a rescatar al niño dentro de uno y, al mismo tiempo, sanar las potentes heridas que pudo tener en la infancia. Si estás en Chile, te recomiendo que tomes una sesión con él o con algún terapeuta de la escuela. Si vives en otro país, te invito a investigar y buscar, lo más seguro es que haya bastantes posibilidades de encontrar terapias de sanación de este tipo (gestaltydesarrollpersonal.cl).

⁵⁴ En el capítulo 1 del libro, en la sección "Sanar la Luna", se explicó cómo es el trabajo personal que recomiendo para cuidarlo.

En la medida en que empezamos a querer a este niño, algo cambia. Saturno nos dice que seamos nuestros propios padres y madres, así que lo que tenemos que hacer es escucharlo, solo de esta forma surgirá el don de poder sostenernos emocionalmente. El adulto saturnino tiene que ser capaz de dar contención a las emociones que siente su niño interno y no hacerse el loco.

Es importante entender que acá la clave es no racionalizar la experiencia, pues desde un punto de vista intelectual, no tiene ninguna lógica. De hecho, puede parecer bastante poco racional contener a un niño dentro de nosotros. Sin embargo, las emociones no son lógicas y ha sido la misma racionalización la que ha llevado al bloqueo. Cuando empezamos cuidar de esa parte sensible, la emoción interna dolorosa interna disminuye. De esta forma, la persona saturnina aprende a autosostenerse y a volverse un verdadero padre o madre de sí misma.

¿Cuánta gente a la hora de dormir se siente sola o tiene tristeza? La verdad es que mucha. Hagan un experimento, cierren los ojos e imagínense a ese pequeño a su lado. Si tiene tristeza, dejen que se exprese, permítanse llorar y liberar las emociones. Luego entreguen su amor y contención.

Para activar la energía saturnina de autosostén es importante estar consciente de las emociones que se tienen. Como hemos dicho, el saturnino normalmente se desconecta o se rigidiza para no sentir. Acá la clave es justamente hacer lo contrario. Cuando se da cuenta de que algo realmente lo afecta mucho, debe abrir un espacio para sentir, ver qué le pasa y poder sostener esa emoción. Insisto, ese es el don de Saturno. Obviamente, esto no se puede hacer en cualquier parte, hay que buscar el momento adecuado y un lugar donde se pueda tener intimidad con uno mismo.

Un efecto secundario de hacerse cargo del mundo emocional es el de un aumento de la autoestima y que haya menos exigencia. Cuando se desarrolla esa conexión interna, aparece una parte bella e inocente dentro de nosotros: no podemos ser tan poco queribles o merecedores de amor, si tenemos algo tan lindo dentro nuestro. Si la persona se logra dar cuenta de que ese niño se merece lo mejor del mundo, entonces ocurrirá el milagro y sentirá que puede ser feliz.

He visto que, cuando las heridas saturninas de baja autoestima son muy grandes en la infancia, algunas personas no puedan encontrar algo bello en ese pequeño. En estos casos, con mayor razón será necesario hacer un trabajo de reparación, con algunas de las técnicas recomendadas en el punto anterior.

Las esencias florales que ayudan en este proceso y con las cuales a mí me gusta trabajar son las siguientes:

- *Illawara Flame Tree* del sistema Bush es muy recomendable para la sensación profunda de no merecer y de baja autoestima. *Five Corners* de Bush y *Larch* de Bach también ayudan mucho a trabajar la confianza y el amor propio. *Buttercup* de California se relaciona con la seguridad, confianza y la sensación de sentirse menos que los demás.
- *Flannel Flower* del sistema Bush también ayuda con la autoestima y permite abrirse hacia los demás.
- *Cotton* del sistema California sirve mucho para conectarse con esa parte infantil para darle una energía amorosa y de contención.

Un momento particularmente importante para contener al niño interno es cuando tiene miedo, se siente inseguro y no se atreve a actuar. Esto corre para los saturninos en general, independiente de si tienen a Saturno conectado con la Luna o no. Es decir, cuando estamos asustados ante una situación compleja o tenemos temor de fracasar. Estas emociones vienen de una sensación de incapacidad interna para enfrentar una determinada situación. La mayoría de los miedos e inseguridades de este tipo nacieron en la niñez pues en ese momento teníamos menos capacidades. Si lo analizamos bien, muchos de estos miedos ya no deberían tener validez en el adulto. Primero, porque sus capacidades son muy superiores a las de un niño. Segundo, porque normalmente el adulto ya ha pasado por muchos momentos difíciles y de alguna forma u otra ha salido adelante.

Cuando se tenga este tipo de miedo, hay que respirar para bajar la ansiedad. Luego imaginar a esa parte vulnerable asustada. Tomar distancia de esa sensación. El adulto no tiene miedo, es el niño el que lo tiene. En ese minuto se activa la posibilidad real de calmarlo, ya sea empoderándolo y diciéndole que no está solo, que nosotros estamos con él y podremos actuar. Así el miedo y la inseguridad disminuyen. No es un proceso lógico y racional, como hemos dicho, es algo que sencillamente empieza a suceder.

- Para trabajar el miedo al fracaso es muy recomendable la esencia *Gentian* del sistema Bach. Sobre todo, cuando nos ponemos negativos y no nos atrevemos a actuar.
- *Dog Rose* del sistema Bush ayuda a frenar la inseguridad y los miedos que nos impiden atrevernos a salir a cumplir nuestros sueños.

La sanación de la relación con los padres

Tal como se explicó durante el capítulo, si somos un adulto saturnino, lo más seguro es que nuestros padres también lo sean. El linaje trae una herida de autoestima, exigencia, miedo al fracaso, desconexión o frialdad. Para ayudar a cortar con estos patrones, son muy recomendables, como ya se ha dicho anteriormente, las constelaciones familiares, pues estas están diseñadas especialmente para liberar muchas de las estructuras, cargas y exigencias presentes en la familia. Así se pueden dejar atrás miedos y exigencias que se heredan de nuestros progenitores. Recomiendo mucho que las personas saturninas, tomen sesiones de constelaciones, tanto individuales como grupales.

Hay que aprender a no juzgar a los padres y, más aún, no creerse mejor que ellos. Esto tiene una lógica. El niño o la niña saturnina no se sintió contenido por sus papás, todo lo contrario, se vio solo y desprotegido. La clave para producir una sanación en el adulto está en que esa parte infantil interior se sienta conectada y protegida por estos. Ellos y los ancestros son nuestros pilares en el mundo. Un adulto que se siente desconectado de sus progenitores se sentirá solo, desprotegido y tendrá mucho miedo a la hora de vivir su vida. Si nos sentimos superiores a nuestros padres, nunca podremos realmente percibirnos amparados. Ellos lo hicieron lo mejor posible. La sanación con uno mismo comienza con aprender a ser compasivo también con las experiencias de dolor de ellos, para así poder apreciarlos y quererlos tal cual son, con sus luces y sombras.

A continuación, quisiera recomendar un bello y poderoso ejercicio de constelaciones que se puede realizar por cuenta propia. No toma más de cinco minutos diarios. Este me lo enseñó mi profesor de ancestrología Pedro Engel⁵⁵. Permite modificar la realidad, haciendo que el niño interno se sienta apoyado por sus padres.

Primero hay que hacer un altar en la pieza o casa donde poner una foto del papá y otra de la mamá. El altar se puede adornar de la forma que quieran. Acá es importante tener claro que se está hablando de los padres biológicos, no de los padres adoptivos. Si llega a ocurrir que no se conoce a uno o ambos padres biológicos y, por lo tanto, no hay ninguna foto, entonces simplemente se hace un dibujo y se los puede imaginar cómo se desee.

⁵⁵ Pedro Engel es un constelador y ancestrologo chileno, con muchos años de experiencia y un excelente terapeuta.

Ahora por 40 días, se realiza el siguiente ritual de conexión familiar. Es muy relevante que mientras se hace, nos imaginemos y nos sintamos un niño pequeño, y visualicemos a nuestros padres más grandes que nosotros.

1. Se toma la foto de mamá, se le mira con atención y se dicen en voz alta todas las virtudes que ella tiene. Si no se nos ocurren, las inventamos. Si nos acordamos de cosas que nos dan rabia o nos causan dolor, las dejamos pasar y no las expresamos.
2. Después decimos en voz alta una oración parecida a esta (cada uno puede modificarla, de manera que le salga más natural, lo importante es respetar el sentido).

“MADRE, tú eres grande y yo soy pequeño. Tú das y yo recibo. No vi tu dolor ni tu historia. Te doy las gracias porque me has dado la vida. La recibo de ti como un gran regalo, con todo lo que conlleva. Te agradezco el precio que pagaste por ello, yo también lo estoy pagando. Utilizaré esta vida para honrarte, para que no haya sido en vano. Eres la MADRE adecuada para mí y yo soy el hijo adecuado para ti. Tú eres grande y yo soy pequeño. Tú das y yo recibo. TE AMO y te DOY LAS GRACIAS, ponme en tu corazón mamá”.

3. Luego nos imaginamos que nuestra mamá se pone detrás de nuestro hombro izquierdo. No hay que olvidarse de que ella es grande y yo soy pequeño. Nos permitimos sentir todo el amor y contención que ella nos entrega. Dejamos que ese amor fluya y nos llene el corazón.
4. Ahora se toma la foto del papá, la miramos con atención y decimos en voz alta todas las virtudes que él tiene. Si no se nos ocurren, las inventamos. Si nos acordamos de cosas que nos dan rabia o nos causan dolor, las dejamos pasar y no las expresamos.
5. Después decimos en voz alta una oración parecida a esta (cada uno puede modificarla, de manera que le salga más natural, lo importante es respetar el sentido).

“PADRE, tú eres grande y yo soy pequeño. Tú das y yo recibo. No vi tu dolor ni tu historia. Te doy las gracias porque me has dado la vida. La recibo de ti como un gran regalo, con todo lo que conlleva. Te agradezco el precio que pagaste por ello, yo también lo estoy pagando. Utilizaré esta vida para honrarte, para que no haya sido en vano. Eres el PADRE adecuado para mí y yo soy el hijo adecuado para ti. Tú eres grande y yo soy pequeño. Tú das y yo recibo. TE AMO y te DOY LAS GRACIAS, ponme en tu corazón papá”.

6. Luego nos imaginamos que nuestro padre se pone detrás de nuestro hombro derecho. No hay que olvidarse de que él es

grande y nosotros pequeños. Nos permitimos sentir toda la fuerza masculina, la confianza, el valor y la libertad que tiene hacia nosotros. Permitimos que nos llene de confianza y nos empodere.

7. Para finalizar, nos quedamos un minuto sintiendo detrás la potencia de papá y el amor nutritivo de mamá. Permitimos que nuestro niño se sienta cuidado, querido y que sepa que tiene apoyos. De hecho, de la misma forma podemos conectar con nuestros abuelos o con ancestros más lejanos, sintiendo que todo nuestro linaje está detrás conteniéndonos.

Es importante tener claro que durante este ejercicio no se está trabajando con la imagen real de papá o mamá. Lo más seguro es que se sienta que la mamá real no es una figura tan contenedora, amorosa o nutritiva; que el padre no apoyó, porque no era tan valiente, tan masculino o protector; o bien era una figura demasiado fuerte, dura e incluso agresiva. Para efectos de esta dinámica, da lo mismo como ellos son en el mundo real. Este es un ejercicio de sanación del niño interno, que tampoco es un personaje real. Para que esto funcione, hay que conectar con la madre sana y el padre sano que habitan en el interior de cada uno, esas partes amorosas y contenedoras que ellos que no pudieron expresar, debido a sus propias historias, dolores o limitaciones afectivas.

Si este ejercicio se realiza por 40 días, se tienen resultados muy sanadores. El miedo, la inseguridad y la sensación de soledad comienzan a disminuir.

Tratarse con amor

Hay que dejar de ser tan exigente con uno mismo, es importante aprender a descansar, cuidarse y a no sobrecargarse. La sanación del niño interno llevará a la persona saturnina a tener un trato más amoroso hacia sí.

También es importante descubrir lo que nos gusta y da placer. Generalmente, los saturninos viven muy ocupados y no se dan espacio de relajación, disfrute y amor, tanto así que les cuesta mucho saber lo que valoran.

Conectarse con el niño interno sano y creativo, que quiere pasarlo bien, jugar, reírse y disfrutar es muy importante. Esa parte nos muestra lo que más nos gusta, nos da placer y divierte. Si le damos permiso y tiempo para manifestarse, estamos entregándonos un regalo de amor a nosotros mismos. Es importante hacer esto independiente de logros y resultados, el amor debe ser incondicional, pues es lo que realmente permite sanar la autoestima y el valor propio.

Para aprender a escuchar lo que realmente queremos y necesitamos, recomiendo el siguiente ejercicio. Para hacerlo necesitaremos un lápiz y un papel.

1. En un espacio de tranquilidad y donde podamos tener intimidad, cerremos los ojos y respiremos por unos instantes, buscando una conexión interna. Imaginemos a ese niño dentro de nuestro que quiere disfrutar y ser feliz.
2. Permitimos que se exprese a través nuestro, conectándonos con lo que siente.
3. Ahora tomamos el lápiz y anotamos todas las cosas que le gustaría empezar a hacer o que quisiera que le regalaran. Puede ser que simplemente nos pida más tiempo para descansar o que quiera que salgamos más seguido a pasarlo bien, que nos demos espacio para disfrutar o ir al cine. Quizás que estudiemos algo que tenemos muchas ganas de aprender, pero que no nos habíamos dado el tiempo de hacer. Tal vez quiera que desarrollemos un hobby o que hagamos algún tipo de deporte. A lo mejor desea que nos compremos algo o que nos vayamos de un viaje de aventura. En cada persona esto es diferente. Hay que aprender a regalarse cosas simplemente porque nos las merecemos.

Las siguientes flores permiten no sentirnos culpables por tratarnos de forma más amorosa. Especialmente si nuestro sentido de la exigencia y responsabilidad no nos lo permite.

- *Sturt Desert Rose* del sistema Bush trabaja la autoexigencia y autocrítica. *Pine* del sistema Bach ayuda mucho con la culpa.
- *Oak* del sistema Bach trabaja la sobreexigencia y el cargarnos de responsabilidades.
- *Little Flannel Flower* del sistema Bush permite ayudar a rescatar la parte más infantil, juguetona y lúdica. Ideal para las personas muy serias, que no se dan espacio para disfrutar.

Desarrollar la creatividad

En general, muchos saturninos dudan de sus habilidades creativas y artísticas, especialmente si Venus está afectada. Hay que entender que la herida de autoestima bloquea el potencial creativo, además que hace dudar de la capacidad de crear cosas bellas.

Por lo tanto, la invitación es justamente a confrontar esos miedos y darse espacios creativos, ya sea pintando, dibujando, bailando o tocando un instrumento. Hay que tener en cuenta que la tendencia

automática será muchas veces comenzar a dudar de uno mismo, quedarse en que no lo estamos haciendo bien, sentir vergüenza y detenernos.

No importa, aunque salgan todas esas emociones, hay que seguir haciéndolo. Permitirse disfrutar y dejar que nuestra parte interna creativa se exprese, que el niño pueda jugar sin miedo a ser juzgado. Hacerlo para pasarlo bien, no porque sea obligación. No puede salir ni bien ni mal.

El equilibrio entre preocuparse por los demás y por uno mismo

Muchos saturninos tienden a preocuparse mucho por los demás, suelen atender a los que quieren y a hacerse cargo de todo. Frecuentemente lo hacen con mucho esfuerzo y no se permiten disfrutar. Una posible consecuencia de este comportamiento es sentir que estos no valoran todo el esfuerzo que hacen, lo que causa que se sientan poco queridos y apreciados.

Para poder encontrar la felicidad, es muy importante que un saturnino se dé cuenta que de hecho le gusta y le causa placer ver a otros felices y disfrutando. Especialmente si Saturno está conectado con Venus o la Luna. Atender y preocuparse de los demás es algo que al saturnino le hace bien, independientemente de lo la valoración que estos hagan.

Una recomendación es que cuando tengan invitados en su casa, se den permiso para disfrutar del hecho de atenderlos. No lo hagan por los otros, por deber, por exigencia, háganlo por sí mismos, como un regalo que cambiará la disposición con la cual realizan las cosas. De esta forma, también se van a liberar de la necesidad de que los otros valoren lo que hacen, lo más probable es que sientan más contentos consigo mismos.

No obstante, es muy importante llegar a una armonía entre el dar y recibir. Aprender a amarse a sí mismos depende de encontrar un equilibrio entre preocuparse por los demás y hacerlo por uno. Esto significa que hay un momento donde deben delegar, pedir ayuda y simplemente darse permiso para no hacer nada, disfrutando.

Un espacio ideal para poder relajarse y no exigirse, además de ser un momento en el cual es fácil delegar en otros, es el día del cumpleaños de un saturnino. En general, a ellos no le gusta celebrar su cumpleaños. Por su tendencia a atender a otros, terminan preocupados de todos los detalles y trabajando sin parar durante toda la celebración, luego de lo cual acaban el día sintiéndose muchas veces cansados y sin poder disfrutar realmente. Además, se sienten muy incómodos y les da una

vergüenza gigantesca cuando alguien llega con un pastel a cantarles el *Cumpleaños Feliz*. Esto se debe a que una parte interna cree que no merece tanta atención y se siente vulnerable al ser el centro de ella. He ahí la gran contradicción, por un lado, lo único que quiere es que los demás le den mucho afecto, pero cuando esto realmente ocurre, se muere de vergüenza y prefieren no exponerse.

Entonces, el próximo cumpleaños es una excelente oportunidad para hacerse un regalo y cambiar un patrón de comportamiento. Primero pedir ayuda. Hablar con la pareja, los hijos, amigos o sus personas más queridas y decirles que se lo organicen. Delegar y no se hacerse responsables de la organización, ni de los detalles. De esta manera, se permitirán disfrutar de su cumpleaños. Segundo, cuando llegue la torta, conectarse con el niño interno y permitirse que este tome el control de la situación. Esto significa darse permiso para disfrutar, gozar y absorber todo ese amor que el medio afectivo da en ese momento. Es una oportunidad maravillosa para darse permiso para recibir.

El placer de crear y materializar sus sueños

Al saturnino también le gusta hacer cosas. Tiene que aprender a conectarse con el placer de hacer y de lograr cumplir sus metas. Esto lo puede llevar a embarcarse en proyectos y desafíos, pero insisto, no por exigencia, ni por sentirse valorado, sino porque está escogiendo bien qué desafíos elegir y cuáles no.

Ir sanando su autoestima, conectarse con el niño interno y aprender a disfrutar va a permitir que no se estrese o se preocupe tanto por el resultado de sus acciones. El placer está en la acción y en ir avanzando paso a paso.

Agradecer y darse cuenta cuando se vuelve serio

Esperamos que la abundancia sea algo grande y no nos damos cuenta de que en realidad es la suma de muchos detalles. Si se puede valorar esas cosas pequeñas, se empieza realmente a disfrutar de una mayor cantidad de momentos en la vida.

Una esencia floral que ayuda a soltar la negatividad y dejar de victimizarse con la vida, para conectarse con la gratitud es *Southern Cross* del sistema Bush.

Cuando nos empezamos a amar a nosotros mismos, nos tratamos de forma más amorosa, nos volvemos más tolerantes con nuestros

propios defectos. De esta manera, también se aceptamos mejor los defectos de los demás. Además, como se puede mostrar la propia vulnerabilidad, es más fácil entender la vulnerabilidad del otro, porque comprendemos que muchos de los comportamientos de los demás también son mecanismos de protección. Al dejar de exigirse tanto a uno mismo y a la pareja, aparece un mayor espacio para la espontaneidad y el disfrute. De esta manera, la persona saturnina comenzará a ver no solamente las cosas malas alrededor, sino también las buenas y el vaso ya no estará medio vacío, sino que más lleno de amor.

Deben darse cuenta cuándo se vuelven serias o cómo muchas veces se boicotean para no disfrutar. Cuando lo hagan, ríanse de sí mismas, no se lo tomen de forma grave o se sientan culpables, porque solo lograrán ponerse más serias.

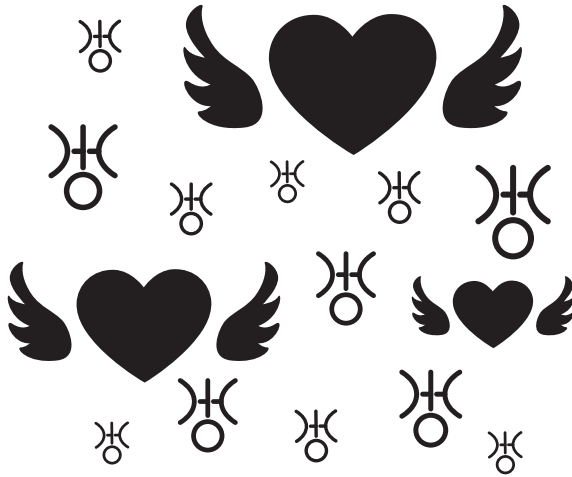
El don de la estabilidad y la responsabilidad en las relaciones

Una persona con Saturno conectado con el amor es alguien que tiene el don de proveer estabilidad y compromiso a sus relaciones. Un saturnino no se involucra con cualquiera y menos va a tener una relación porque sí. Para ellos, estar con otro es algo serio, no trivial.

Su amor es generoso, se hace cargo de los que quiere, se preocupa de crearles un ambiente lo más seguro posible. Además, aporta realismo a la vida, lo cual es muy bueno, especialmente cuando se desea que la relación se pueda construir de forma concreta y duradera.

Estos dones se van a potenciar cuando el saturnino también aprenda a hacerse cargo de sus temas. Se ame y se acepte. Esto va a implicar un cambio profundo su vida y sus relaciones porque en ese momento se puede abrir a amar a otro y a recibir. La bolsita del amor empezará entonces a repararse y a llenarse de fichas. Y es ahí cuando comienza a producirse el regalo de este viejo y sabio maestro: construir vínculos de pareja más felices, más honestos, más humanos y verdaderamente satisfactorios.

CAPÍTULO 5



Urano

Libertad y desapego en
las relaciones

Ninguna persona involucrada en una relación debería sentir que, para hacerla viable, necesita renunciar a una parte esencial de sí misma.

May Sarton

El planeta Urano se vincula con la libertad, con el desapego en las relaciones, con cómo estar con otro sin perder la identidad, el espacio propio y la individualidad. Para algunas personas esto no es tema, mientras que para otras es algo crucial que los afecta al punto de impedir la formación de vínculos estables o duraderos.

Para saber qué tan activa tenemos la energía de Urano en el ámbito de las relaciones, examinemos las siguientes preguntas:

- *¿Sientes miedo al compromiso y a la estabilidad?*
- *¿Temor a perder la propia libertad?*
- *Cuando la relación se está volviendo más seria y estable, ¿te dan ganas de salir corriendo o distanciarte?*
- *¿Tienes la necesidad de tener relaciones diferentes que se salgan de las normas y en las cuales puedas experimentar?*
- *¿Buscas la libertad en los vínculos y en la forma de amar?*
- *¿Prefieres no relacionarte con nadie de manera seria, y mantener cierta distancia sin asumir compromisos de largo plazo?*
- *¿No te gusta la rutina, te aburres y quieres cambios constantes en la relación?*
- *Cuando está todo muy bien, estable y te sientes contento, ¿aparece el miedo de que algo malo pueda suceder? ¿O quizás percibes una leve angustia o ansiedad que nace de la idea de que la relación está tan bien que puede terminar abruptamente?*

Cuando la respuesta es afirmativa para la mayoría de estas preguntas, lo más probable que Urano esté en una posición dominante en el mundo afectivo-emocional en nuestra carta natal.

URANO Y LAS RELACIONES

Urano es un planeta que invita a la evolución personal, nos pide que aprendamos a sacar lo original y único que existe en cada uno de nosotros, quiere que nos diferenciamos del resto y rescatemos nuestra propia individualidad.

Si Urano nos escaneara nos diría que tenemos mucho potencial y que podemos hacer muchas cosas que nos gustan. Sin embargo, solemos limitarnos porque permanecemos aferrados a ciertas estructuras y condicionamientos que nos impiden soltarnos y avanzar. Tenemos miedo al rechazo, al fracaso, a lo que dirán los demás o a perder la estabilidad o la seguridad que hemos erigido a lo largo de los años.

Estamos sobreidentificados con estas estructuras, ya sea porque las hemos construido solos en el tiempo o las heredamos de nuestros padres y ya no podemos vivir sin ellas. Hay una parte nuestra que anhela pertenecer, ser aceptada y apreciada por el medioambiente social y es justamente esta la que niega la energía de Urano.

Este planeta nos dice que nos atrevamos a mostrarnos tal como somos, que tomemos nuestro propio camino en la vida y que seamos capaces de dejar atrás estructuras que alguna vez nos sirvieron, pero que hoy solamente nos limitan. Es decir, Urano quiere que seamos libres y que nos atrevamos a hacer cambios, por ejemplo, que dejemos un trabajo aburrido y nada motivante y nos dediquemos a algo que realmente nos apasione y que se vincule con nuestra vocación, o bien que terminemos una relación en la que ya no somos felices y que no se corresponde a quienes somos en estos momentos.

Urano no es un planeta fácil de experimentar porque en la Tierra su energía tiene que convivir con la de Saturno (el que ya exploramos en el capítulo anterior) y que refiere a la necesidad de dar forma, estructurar y trabajar por la estabilidad y seguridad en esta realidad. Todos nosotros nos movemos en una especie de baile entre Saturno y Urano porque hay momentos en los cuales es necesario echar raíces y consolidar un proyecto personal, un trabajo, una relación, comprar una casa, etc.; mientras que en otras épocas lo relevante es renovarnos y experimentar cosas nuevas. Urano se relaciona con el principio del cambio. Si observamos la vida con detenimiento nos daremos cuenta de que siempre está en movimiento: ya no somos los mismos que éramos antes y lo que tenemos y hemos construido hasta ahora no necesariamente nos será útil en el futuro.

¿Estabilidad o libertad? Esta es una pregunta fundamental que nos cruza a todos los seres humanos. Quienes tienen un predominio de la energía de Saturno tienden a ser más conservadores, estables, menos fluctuantes y más maduros (desde un punto de vista social);

mientras que las personas con predominancia de la energía de Urano tienden a ser más libres, impredecibles, más cambiantes e inmaduras, en el sentido de que muchas veces no quieren crecer o asumir responsabilidades por miedo a perder la propia libertad o porque no están dispuestas a transar con el sistema. Es necesario llegar a un equilibrio entre ambos planetas y la vida nos va a empujar a ello.

Si nos enfocamos en el tema de las relaciones de pareja, cuando Plutón o Saturno están presentes hacemos todo lo posible para que nuestro compañero o compañera no nos abandone para así no sentirnos solos. Urano funciona al revés, nos dice que no podemos hipotecarnos a nosotros mismos con tal de mantener la seguridad emocional y que no vale la pena perder nuestra individualidad a la hora de formar una pareja.

Urano nos invita a no dejar de lado lo singular que hay dentro de nosotros por miedo al rechazo o al abandono. El amor es algo diferente para cada persona y es necesario liberarnos de la imagen o de los conceptos que impone la sociedad al respecto. Por eso, es importante conocer cuáles son las propias necesidades y gustos para saber cuál es nuestra forma única de relacionarnos en pareja.

Urano y el aprendizaje creativo en el amor

Cuando se tiene a Urano conectado con el mundo emocional y las relaciones de pareja, el aprendizaje que venimos a desarrollar se relaciona con cómo integrar el amor, el apego, la intimidad y la estabilidad en los vínculos, con la necesidad de cambio, el espacio para la originalidad, con salir de la rutina y no perder nuestra esencia individual.

Existen dos formas mediante las cuales Urano puede estar presente en las relaciones para una persona: conectado con la energía de Luna o de Venus.

Urano asociado a la Luna

Acá el aprendizaje radica en cómo conciliar un apego sano y equilibrado entre dos personas que respetan su propia individualidad con una vinculación emocional profunda. La persona uraniana generalmente tendrá dificultades con esto y preferirá no relacionarse o huir de los compromisos, o bien permanecer en una relación, pero de manera inestable percibiendo que el amor que sienten por el otro desaparece a ratos.

Las personas con Urano asociado al mundo lunar tienen el don de soltar fácilmente y desapegarse de sus emociones o experiencias. Este es un planeta de aire que entrega la posibilidad de mirar las emociones con cierta distancia y analizarlas de manera objetiva. Una persona con este aspecto muy polarizado tenderá a disociar de sus necesidades lunares de nutrición, amor, seguridad y pertenencia. Tenderá a racionalizar e intelectualizar lo que le ocurre, usando su don como una forma de escape para no sentir dolor. Lo que quiero decir es que, en vez de profundizar en sus emociones, miedos y/o experiencias dolorosas, los uranianos preferirán simplemente desconectarse de ellas, lo cual generará patrones de boicot cuando sientan mucho amor por su pareja.

La raíz de este comportamiento se ubica en la infancia, época en la cual probablemente hayan vivido fuertes experiencias de cambio y abandono, que les generaron miedo a conectar con el amor profundo hacia otros.

Es importante tener claro que vivir un amor más libre, no es lo mismo que no vincularse o tener miedo a la intimidad emocional.

Urano asociado a la Luna también nos habla de la necesidad interna de realizar cambios en la propia vida para ir soltando estructuras y vivir experiencias nuevas y creativas. Muchas personas con esta configuración se negarán a esta libertad en su vida, ya sea por miedo al cambio o porque sienten que pierden el control. Esto hace que la energía de Urano se estanque y genere una gran inestabilidad emocional, al punto que la persona puede incluso sentir que sus sentimientos la vuelven loca. Como esta es una instrucción lunar de aire, lo que produce es un exceso de pensamiento el cual hace que los uranianos sientan que su sistema nervioso va a colapsar.

Los indicadores astrológicos que nos permiten ver si tenemos a Urano influyendo de forma potente y compleja en nuestro mundo afectivo lunar son:

- Luna en Acuario.
- Luna aspectada disarmónicamente con Urano.
- Urano en la Casa IV.

Urano asociado a Venus

Las personas que en su carta natal tienen la unión de estos dos planetas vienen a aprender cómo tener relaciones más libres, originales, que no sigan las normas que la sociedad normalmente considera correctas. Uniones donde haya espontaneidad, libertad, donde se respeten los espacios de cada uno, dinámicas y abiertas al cambio.

Para quien tiene a Urano ligado a su mundo venusino, integrar la estabilidad de una relación con la libertad individual es algo difícil. Es probable que de pequeños hayan vivido abandonos y cambios forzados producto de las decisiones o inestabilidades de sus padres o de sus primeros amores. Esto contribuyó a que, en su adultez, estas personas le tengan rechazo al compromiso. Además, es posible que muchas creen que las relaciones las llevarán a perder su amada libertad e individualidad, y por eso a menudo se sienten ahogadas o amarradas por otros y prefieren no involucrarse en uniones serias, o bien tienden a dejar a sus parejas cuando el compromiso se torna muy profundo para ir en pos de nuevas experiencias.

Venus asociado a Urano también nos habla de aprender a valorarnos, querernos y aceptarnos tal como somos, con las características únicas y diferentes que nos hacen especiales; sin tener que aislarnos o alejarnos de los demás por miedo a sentirnos rechazados por ser diferentes.

Quienes tienen una fuerte combinación de estos planetas pueden haber experimentado muchas experiencias de rechazo por parte de grupos de amigos, compañeros de escuela u otras personas que los rodearon. Quizás sintieron que se les juzgaba, criticaba o se les *apuntaba con el dedo* por ser diferentes. Esto generó en ellas una profunda sensación de aislamiento y de soledad, profundizando en el sentido de no pertenencia. En algunas esto provocó resentimiento y rebeldía hacia lo que la sociedad considera normal o hacia el sistema, haciendo que extremaran sus conductas o actuaran de manera opositora, sin preguntarse qué realmente querían o encontraban importante.

Ahora bien, cuando Venus y Urano están aspectados en una carta natal, la persona valora y aprecia el contacto social, especialmente disfruta de estar en cerca de grupos con los que comparte intereses. Sanar las experiencias sociales dolorosas que vivieron en la infancia y juventud es fundamental para que se conecten con esta parte de sí mismos que tan feliz los puede hacer.

Venus-Urano es una Afrodita que disfruta de las experiencias nuevas, se interesa en los temas humanitarios y vibra con las causas sociales que buscan hacer de este mundo un lugar mejor. No obstante, también habrá uranianos que no toleran bien los cambios, ni buscan la originalidad, ni están motivados hacia temas globales. Ello suele ocurrir cuando en la carta existen muchas energías que buscan la estabilidad, la rutina, la seguridad y el control (exceso de Saturno o signos de tierra).

Los aspectos astrológicos que indican la presencia de Urano en el mundo de Venus son:

- Venus en Acuario.
- Venus aspectada disarmónicamente con Urano.
- Urano en la Casa I, V, VII u VIII⁵⁶.

Los desafíos de Urano en los vínculos

Todas estas personas tienen el desafío de integrar la energía de Urano de forma sana en sus relaciones, de modo que puedan desarrollar vínculos en los cuales cada miembro de la pareja se acepta como alguien diferente y respeta el derecho del otro a tener su propio mundo personal y emocional. En una relación uraniana sana, esos dos espacios se intersectan, pero no se fusionan. Ninguno toma el control del otro y ambos miembros de la pareja pueden ser libres, construir un vínculo estable y a la vez flexible, creativo y no rutinario.

Lamentablemente para quienes tienen a Urano en cualquiera de las configuraciones astrológicas nombradas no siempre es tan fácil llegar a ese punto de equilibrio, ya que antes deben resolver otros temas:

- *¿Cómo tener libertad personal en una relación y al mismo tiempo estabilidad?*
- *¿Cómo llegar a un equilibrio entre la necesidad de estar en pareja versus permanecer solo?*
- *¿Cuándo la necesidad de libertad personal traspasa o pasa a llevar los límites del otro?*

⁵⁶ Urano en las casas I, V y VIII no se relaciona necesariamente con Venus, pero sí tiene un efecto uraniano en las relaciones y en los vínculos.

- *¿El miedo al apego y a conectarse con la pareja se camufla como temor a perder la independencia?*
- *¿Cómo desapegarse de las emociones sin desconectarse de estas?*

Muchos uranianos tienen una visión idealizada e incluso infantil acerca de cómo deberían ser sus relaciones; otros se desconectan de sus propias necesidades afectivas, negándolas ante la bandera de la libertad y la experimentación; mientras que otros se olvidan de que los seres humanos tenemos sentimientos y probablemente heridas provenientes de la infancia y que es normal apegarnos a un otro cuando nos comenzamos a vincular fuertemente a nivel emocional y sexual.

Aunque parezca contradictorio, la principal dificultad para integrar el principio uranio en las relaciones es el miedo a sufrir si la relación o el vínculo se pierde o cambia de estatus. Inconscientemente existe terror de alcanzar una intimidad profunda y amar al otro, para después sufrir si la relación se acaba por un motivo que escapa de su control, viviendo un "abandono" forzado. Amar y luego perder lo amado cala hondo en el corazón del uranio y, a diferencia de los plutonianos, prefieren no pasar por la experiencia. Por eso es que muchas personas con Urano en sus vínculos suelen estar con un pie adentro y otro afuera de sus relaciones, aunque estas sean muy estables y seguras; o bien optan por estar solas y permanecer en uniones superficiales y sin mayor intimidad.

Como es obvio, el miedo al vínculo profundo, sobre todo a la intimidad sexual, es una barrera para el compromiso. No nos referimos al vínculo sexual pasajero o esporádico, sino a la posibilidad de conectarse realmente con el otro, a experimentar la cercanía y la fusión emocional a través de este tipo de encuentros. Suele ocurrir que estas personas se sienten ahogadas después de la intimidad y buscan escabullirse lo más rápido posible, más aún si ven que su pareja desea relacionarse más seriamente.

Ahora bien, es importante tener claro que los uranianos no viven estos temas solo en el marco de las relaciones de pareja, sino también en todos los ámbitos de la vida: su mundo laboral, familiar, de entretenimiento, etc. Por ejemplo, encuentran un trabajo, les gusta, logran una cierta estabilidad y al poco tiempo ya se quieren cambiar porque sienten que se aburren o que este los limita. Empiezan a practicar un deporte o una actividad artística y rápidamente se aburren y lo dejan.

Al igual como ocurre con los otros planetas que hemos estudiado, para comprender este comportamiento es necesario hacer un viaje al pasado hasta la infancia del uranio que es donde todo empezó.

EL ORIGEN DEL MIEDO AL COMPROMISO

Para los niños con Urano asociado a su mundo afectivo y vincular, la principal sensación experimentada durante la infancia y adolescencia fue la inestabilidad y el cambio. Es común que se hayan sentido seguros, contenidos, queridos y valorados en algún momento... y de repente, sin previo aviso, todo ello desapareció de golpe.

Si bien no se puede generalizar, existen algunos escenarios que muestran cómo pudo haberse expresado esta energía, por ejemplo: cambios de casa, de escuela o de ciudad; o bien experiencias muy puntuales que dejaron una huella traumática en el niño como la separación de los padres o el abandono de uno de estos. También pudo haber pasado que cualquier movimiento haya producido una especie de terremoto y el pequeño se haya visto muy afectado porque perdió la solidez y la tranquilidad en la que estaba; o bien que se haya criado en un hogar muy oscilante donde los estados de calma y tranquilidad no se sostenían en el tiempo. Uno de los padres (o ambos) pudo haber sido percibido como una figura inconsistente, cambiante, inestable o loca, cuyo comportamiento impredecible no permitía un apego seguro o una rutina que lo contuviera. Independientemente de la escena, lo importante es que el niño o niña uraniano tiene la sensación de que cuando se está bien, estable y tranquilo algo ocurre que lo saca de ese estado de manera abrupta. Algunos pudieron sentir que sus padres estaban más preocupados de sus propios temas que de cuidarlos, amarlos y sostenerlos; “la libertad de mi mamá (o papá) atentó contra del amor que ella me tenía y de la seguridad que me podía entregar”. Muchos experimentaron la falta de bases sólidas en las cuales confiar y se sintieron abandonados a su suerte. Todas estas posibles situaciones conllevan importantes efectos en el mundo emocional de estos niños y, por supuesto, en su vida de pareja como adultos.

Tener raíces sanas en la infancia implica mayor seguridad y sentido de pertenencia, lo cual permite construir un yo sano y estable. Sin embargo, a estos niños uranianos eso no les pasó. A modo de analogía podemos decir que cada vez que empezaban a echar raíces, algo ocurría que los sacaba de la tierra. En consulta me he dado cuenta de que los pequeños uranianos tienen cerrado o bloqueado el primer chakra, el cual está conectado con el sentido de pertenencia al mundo, con la seguridad y la confianza en la vida. Esta inestabilidad afectiva les genera una fuerte sensación de abandono y también de soledad, emociones de las que prefieren desconectarse cuando son adultos.

Urano es un planeta relativo a la energía de la diferenciación, a sacar lo único y original dentro de nosotros. El desafío para un niño con

esto sumamente activado está en que durante la infancia es muy difícil conciliar su impulso por la singularidad con la necesidad de pertenencia y apego afectivo.

Si la Luna está vinculada con Urano, especialmente de forma disarmónica, tendrá la necesidad inconsciente de ser diferente y experimentar cambios, el problema es que esto traerá consigo el hecho de no calzar en la familia o en el medio, o la sensación de haber nacido en el tiempo y lugar equivocado. Estos niños se pueden sentir casi extraterrestres, ajenos al tipo de vida que les toca vivir, solos o rechazados por su forma original de ser, lo que redundará en que no logran percibir todo el amor que está a su disposición y en una gran y dolorosa sensación de soledad.

Si Venus está asociada a Urano, también especialmente de forma disarmónica, la originalidad propia de estas personas pudo haber sido foco de rechazo (incluso de *bullying*) de parte de sus pares, especialmente durante la infancia o adolescencia. Recordemos que Venus se relaciona con lo que encontramos valioso y nos atrae y no es raro que estas personas se sientan cautivadas por cosas poco comunes o que no son de gusto masivo, porque Urano se interesa por lo diferente y novedoso. Incluso alguien con esta configuración se pudo haber sentido menos bello o pudo haber sido juzgado por su apariencia o su forma de vestirse o verse, o por alguna característica física que lo hacía único y diferente a sus pares.

Muchos niños y adolescentes con estas configuraciones uranianas disarmónicas (tanto lunares como venusinas) aprendieron a aislarse de los demás y quedarse solos, escondiendo su dolor interno bajo una máscara de arrogancia y superioridad que camufla el resentimiento hacia los demás. Estos uranianos suelen justificar el hecho de ser diferentes, creyéndose superiores, aunque esto sea más bien una estrategia de protección frente a su sentimiento de inadecuación y soledad.

Venus también se relaciona con las primeras experiencias de seducción, en particular, con aquellas hacia nuestros padres y con el resultado que obtuvimos. Cuando ambos planetas están aspectados disarmónicamente hay intermitencias o inestabilidad en estos vínculos, lo que suele provocar miedo ante la posibilidad de no sentirse valorado o querido. De adolescente, la persona uraniana también pudo sentir que sus primeros amores o relaciones acabaron de forma abrupta, lo que le hizo revivir la sensación de abandono.

Es común que muchos adultos con Urano en una posición dominante a nivel emocional digan que prefieren estar solos, lo que denota una contradicción: internamente se sienten muy abandonados, pero en lugar de buscar compañía, prefieren permanecer solitarios. Hacerlo

es a menudo una forma de evitar el vínculo y la posibilidad de sufrir un desapego doloroso. También puede ser una manera de protegerse ante un eventual rechazo por parte de los demás y la sensación de inadecuación que los acompaña, porque en lo profundo, es muy doloroso para estas personas sentir que no pertenecen a los grupos.

Por el contrario, existen otros uranianos que tienen esta energía muy activa y que son muy sociales y aman vincularse con muchas personas, no obstante, estas relaciones no son profundas ni mucho menos íntimas. Los podemos ver rodeados de amigos, pero son pocos los realmente cercanos. El exceso de sociabilidad actúa en este caso como una forma de evitar el apego.

En cambio, si Urano está aspectado armónicamente⁵⁷ con Venus o la Luna, el temor a la cercanía afectiva y a la estabilidad en los vínculos no es tan profundo, y si bien la persona pudo haber experimentado cambios importantes en su vida, estos no provocaron una herida en ella. Por esta razón tiene menos miedo a la hora de establecer relaciones, generando de forma natural vínculos con más libertad y espacio, y apostando por los afectos no esclavizantes. Cuando hay configuraciones armónicas en la carta astral, la singularidad propia del uranio no causó rechazo o exclusión por parte de su familia o de grupos de pertenencia, de ahí que estas personas hayan aceptado de buena manera su forma original y única de ser.

⁵⁷ Aspectos armónicos como el trígono o el sextil.

EL EFECTO DE URANO EN LAS RELACIONES DE PAREJA

A continuación, analizaremos en detalle cuáles son los principales efectos que genera tener a Urano asociado de modo conflictivo con el mundo emocional-afectivo y de los vínculos de pareja.

Miedo a la estabilidad y a la conexión emocional profunda

De adultos, para no correr el riesgo de volver a sufrir, estas personas comenzarán a rehuir de situaciones donde haya mucha conexión y estabilidad emocional. Sin darse cuenta, van a evitar compromisos o no querrán involucrarse profundamente con aquellos que les gusten o les atraigan. Como se verá más adelante, esto puede variar de persona en persona y no en todos los casos se llega a situaciones tan extremas.

En todo caso, escapar de las relaciones profundas se traduce en una forma de autodefensa inconsciente que los protege de volver a vivir la experiencia de apego y la posterior pérdida dolorosa. Todo ello tiene un fuerte efecto en sus relaciones de pareja, pues sin darse cuenta, estas personas han generado un sistema de protección que les prohíbe llegar a tener mucha estabilidad y relacionarse de modo íntimo y profundo por un periodo prolongado.

Si analizamos las historias de muchos uranianos, vemos que quizás las barreras no eran tan sólidas en la adolescencia o en las primeras relaciones importantes. Muchos se entregaron y se conectaron fuertemente con su pareja, lo que no quita que de niños hayan vivido situaciones complejas de desapego forzado. Es decir, estaban estables y contentos en sus relaciones, pero luego algo ocurrió y la sensación de abandono volvió a aparecer y con ella la soledad. De ahí que en el futuro estas personas tengan mucho miedo a la hora de involucrarse y abrirse con alguien.

El miedo al abandono es tan grande en algunos uranianos que prefieren no exponerse y se alejan al menor indicio de que la relación está transitando hacia una mayor intimidad y vinculación afectiva.

Como dice el astrólogo argentino Eugenio Carutti, en su libro *Las Lunas*:

Después que este circuito se establece, cada vez que surjan la emoción, el contacto, la intimidad, al mismo tiempo aparecerá la angustia provocada por la certeza del corte inminente⁵⁸.

Estas personas conocen a alguien, comienzan a relacionarse, nace la profundidad, la conexión sexual y la felicidad. No hay ningún indicio de que algo malo vaya a pasar, pero de repente se activa en ellas el miedo y la angustia. Inmediatamente les dan ganas poner un límite, de distanciarse o, en algunos casos más extremos, salir corriendo y alejarse de ese compañero que los hace sentir tanto.

Los uranianos no son conscientes de este mecanismo de defensa, pues este se activa de manera automática cuando se exponen a vínculos más profundos. No tienen idea de que esta angustia e incomodidad se relaciona con sus heridas de abandono antiguas, cuando aprendieron a desconectarse de sus emociones y a bloquearlas. Esto hace que pierdan la capacidad de comprender por qué sienten lo que sienten.

Como ya vimos, Urano es un planeta de aire, cuya principal característica es el desapego emocional y la objetividad mental. Esto significa que cuando un uranio siente algo incómodo, se quiere escapar de esa emoción llevándola al plano mental y justificándola de cualquier forma que le parezca racional. Urano además es un planeta al que le encanta el futuro, lo que unido al factor mental, hace que muchos de ellos sean expertos en inventarse escenarios futuros de pérdida de libertad e independencia como excusa para alejarse y no comprometerse del todo. Cuando surge la angustia por la cercanía emocional, inmediatamente se disparan las ideas de ahogo y pérdida de espacio. Por lo tanto, su principal excusa para terminar las relaciones tendrá que ver con la idea de que en un futuro van a hipotecar su independencia y la capacidad de hacer cambios en su vida. No se dan cuenta de que el factor principal que los obliga a alejarse es su miedo a ser abandonados.

Pueden terminar su relación o distanciarse de su pareja con total tranquilidad y sin mayor dolor, pues su desconexión emocional les bloquea incluso el hecho de darse cuenta de lo que realmente sienten por el otro. Muchas veces, este mecanismo ha hecho que uranianos terminen relaciones que quizás los hubiesen hecho felices. No se dan cuenta de lo que perdieron porque se produce en ellos una escisión total con lo que sienten y simplemente salen corriendo.

Veamos algunos ejemplos para entender cómo funciona este sistema defensivo.

⁵⁸ Eugenio Carutti, *Las Lunas, el refugio de la memoria*. Buenos Aires: Editorial Kier, 2003, p. 200.

Primero analicemos el caso de persona con el sistema defensivo uraniano altamente activado y que evita las relaciones estables:

Diego es un hombre de 33 años, con una fuerte conexión entre Urano y su mundo emocional-afectivo. Por lo general no le gusta vincularse seriamente y prefiere las relaciones más libres o que duran a lo más unas cuantas salidas. Sin embargo, todo eso cambió desde que conoció a Francisca, ella tiene algo que le atrae de sobremanera y que la hace única.

Para su sorpresa, tiene muchísimas ganas de estar con ella. De hecho, se han visto dos o tres veces a la semana por casi un par de meses. Con ella ha tenido una intimidad sexual bastante potente, como no la tenía desde hace años. Además, él se ha abierto, se ha expuesto y le ha mostrado un lado íntimo que casi nadie conoce. Se podría decir que se siente realmente feliz y conectado con ella.

No obstante, algo en él empezó a cambiar durante el último tiempo. Comenzó a sentir dentro de sí una sensación de incomodidad que no le gusta para nada. Inmediatamente se puso a pensar en su futuro y en todos los planes que quiere llevar a cabo. ¿Cómo los concretará si está con Francisca? Por algún motivo que desconoce, ya no le gusta tanto que ella lo llame. Se siente un poco invadido y ahogado.

Luego de unos días, la sensación de estar perdiendo la libertad se ha vuelto tan alta que ya simplemente no tiene ganas de estar con ella. Así que una noche cualquiera toma la decisión y le dice que la relación no puede seguir. Ella no entiende nada, ya que pensaba que todo estaba bien entre ellos. Él en cambio sale aliviado después de terminar, no se da cuenta cómo su miedo al abandono lo hizo boicotear una relación que lo habría hecho bastante feliz.

En este caso el mecanismo defensivo está altamente activado, esto se produce cuando existen fuertes heridas de abandono y una parte inconsciente de la persona queda totalmente convencida de que si se apega a otro va a salir dañada. Por lo tanto, la defensa boicotea cualquier exposición a una mayor conexión y cercanía.

Hay casos extremos y las personas viven de esta forma durante toda su vida. En estas situaciones se suelen mezclar los temas uranianos con otros factores, por ejemplo, fuertes heridas saturninas que levantan mayores barreras e impiden abrirse por miedo a ser rechazados; o factores plutonianos, donde además de la necesidad de libertad uraniana, hay un miedo a ser devorado o destruido por otro si el vínculo se estrecha. Para otras personas, esta dinámica solo se activa por periodos de tiempo acotados, como algunos años, en forma de ciclos donde no se quiere tener ningún tipo de compromiso.

Este tipo de uranianos también prefiere relaciones que no se puedan formalizar, por ejemplo, salen con alguien que vive en otra ciudad o que viaja mucho para asegurarse, de esta forma, que el encuentro sea puntual y no se pueda hacer permanente.

En todos estos casos, la persona priorizará por el factor libertad en desmedro de la estabilidad⁵⁹. El problema está en que todos los seres humanos del planeta, incluso los más uranianos, tienen dentro una parte que quiere sentirse emocionalmente conectada, nutrida y que busca seguridad afectiva. Los uranianos que llegan a estos extremos, aprendieron a desvincularse completamente de esta necesidad fundamental. El único indicio que tienen es una profunda sensación de soledad, que arrastran desde la infancia y que se generó por la desconexión de las figuras afectivas familiares, por sentirse diferentes e incapaces de pertenecer, sumado a las experiencias de abandono.

Es esta sensación de soledad profunda, que se activa cada cierto tiempo, la que los lleva en algunos casos a una búsqueda incesante de romances. De esta forma, conocen a alguien, se involucran, empieza la cercanía, pero en ese instante se asustan y se alejan. Una parte de ellos se alegra de recuperar la libertad, pero después de un tiempo aparece nuevamente la soledad y salen otra vez en pos de alguien. Si estas personas no toman conciencia de esta dinámica, la pueden repetir una y otra vez a lo largo de sus vidas.

Lo otro que puede ocurrir es que, sin darse cuenta, tiendan a atraer a personas que quieren mucho compromiso, apego y estabilidad, parejas que hacen el juego más plutoniano de intensidad y fusión en los vínculos. Esto ocurre porque el uranio al negar su parte que busca apego y conexión, la proyecta y acerca a personas que experimentan solamente su necesidad de compromiso y que, a su vez, están desconectadas del lado que busca más espacio y diferenciación. Sin darse cuenta, este tipo de uranio tiende a atraer parejas ahogantes y dependientes, cuando en realidad el tipo de compañero que le va a resultar más atractivo es completamente el contrario: personas mucho más independientes. Es su propio miedo al compromiso, además su incapacidad de equilibrar las necesidades de libertad y estabilidad lo que le impide encontrar personas más autónomas.

Muchas veces cuando los uranianos se han sentido rechazados o abandonados mientras estaban en una relación, el comportamiento futuro será mostrarse fríos y desapegados como una estrategia para ocultar su herida y no volver a exponerse. No se involucran del todo:

⁵⁹ El juego de la estabilidad versus la libertad está maravillosamente presentado por Howard Sasportas en sus libros *Los Luminares* y *Planetas interiores*.

están, pero al mismo tiempo no. Otro efecto de la defensa uraniana, es que la distancia y el exceso de libertad terminan por enfriar la relación, pues la fuerza de la conexión inicial se va perdiendo con el tiempo y, al final, cada miembro de la pareja se va por su lado.

Veamos ahora un segundo ejemplo. Este es el caso de una persona con el sistema defensivo uraniano activado, pero que mantiene relaciones estables:

Valeria tiene 27 años y tiene un aspecto disarmónico entre su Luna y Urano. Hace un par de años vivió un quiebre muy doloroso con una pareja que la engañó. Estuvo casi dos años soltera, rehuendo de cualquier compromiso, pero hace un año esto cambió y comenzó una relación con Rodrigo.

Esta relación es muy diferente a la anterior. Algo dentro de Valeria está muy a la defensiva y hace que no quiera abrirse, lo que no le ha permitido alcanzar una mayor conexión emocional. En momentos de mucha intimidad o felicidad, una sensación de incomodidad suele aparecer y rápidamente ella se vuelve a replegar, se distancia o se preocupa más de sus cosas o de salir con sus amigas. Sin embargo, ha logrado mantenerse emocionalmente alejada sin que eso le genere conflictos en su relación.

En los últimos meses, el vínculo de pareja ha comenzado a distanciarse y a enfriarse. Cada uno parece ir por un camino separado, donde cada vez hay menos espacio de conexión e intimidad profunda.

Si el compañero o compañera del uraniano tiene algún tema afectivo vinculado con la energía de Plutón, entonces no va a reaccionar de la mejor forma a este desapego. Probablemente querrá amarrar al uraniano para sentirse seguro, lo que hará obviamente que este se sienta ahogado y busque alejarse más o termine la relación.

Comportamientos individualistas y autocentrados

A los uranianos les puede costar ceder en lo que ellos consideran su libertad porque son muy centrados en sí mismos y en su propia individualidad. Son demasiado libres, tanto así que pueden llegar a ser egoístas y no ver las necesidades de su pareja y forman vínculos donde constantemente están defendiendo su propio espacio. Fácilmente se pueden sentir invadidos y tienden a marcar los límites y a poner distancia. Con este escenario, no es fácil armar una relación sana en la cual ambos cedan para que aprendan a convivir.

Dificultades para pedir ayuda y consuelo

Al igual que todos los seres humanos, los uranianos también necesitan apoyo y cercanía, especialmente de los que más quieren, pero muchos se niegan la posibilidad de apoyarse en otros, nuevamente por el miedo a depender y conectarse con su parte vulnerable. De hecho, muchas veces las parejas ni sospechan los temores y necesidades de los uranianos, los ven como personas muy independientes y autosuficientes.

Alejarse antes de ser rechazados

¿Qué ocurre cuando un uraniano se siente rechazado por su pareja?

Cuando esto le pasa a un plutoniano, la reacción inmediata es amarrarla, tirándose encima para no dejarla ir por ningún motivo; el uraniano, en cambio, se desconecta, se dice a sí mismo que no la necesita y se comporta entonces de manera fría y distante.

Lo más probable es que no vea su propio mecanismo, o quizás se dé cuenta después cuando ya es tarde. Su pareja, por su parte, no entiende qué está ocurriendo y qué hizo que el otro se alejara, ante lo cual lo más probable es que se sienta rechazada y eso haga que la distancia entre ellos aumente al punto de terminar la relación. En los casos más extremos, el uraniano finaliza la relación en cuanto siente el rechazo de su pareja y se aleja antes de ser abandonado. El miedo de estas personas a ser heridas termina haciendo que las relaciones se apaguen. “Me alejo para no sufrir abandono”.

Dificultad para construir raíces afectivas

Ya hemos visto que suelen desestabilizar sus propios vínculos. Se niegan a sí mismos la posibilidad de construir hogares más estables y en los cuales sientan pertenencia. Es importante tener claro que un uraniano, por más desapegado y libre que nos parezca, en el fondo de su ser también quiere construir raíces. Hay una gran necesidad, pero al mismo tiempo un enorme miedo que se lo impide.

URANIANOS ANTILIBERTAD

Existen personas que tienen una fuerte presencia de Urano en el ámbito emocional, pero reniegan por completo de esta energía y se comportan de forma completamente contraria: buscan a toda costa la estabilidad en sus vínculos, la rutina (incluso la monotonía) y no están interesadas en defender su espacio ni su individualidad. Rechazan los cambios y no desean mayor libertad.

¿Cómo puede ser que un planeta, que es propio de personas libres que escapan del apego, también aparezca en la carta de alguien que lo único que quiere es estabilidad?

La respuesta nos la da la astrología. Cuando la Luna está en un signo de tierra o agua, la persona tiene una necesidad afectiva básica asociada a la estabilidad, continuidad y apego; tener a Venus en estos mismos elementos nos dice que lo que queremos atraer a nuestra vida y lo que valoramos son las relaciones estables, concretas, seguras y de gran cercanía afectiva. Si estos planetas están vinculados con Urano por aspectos disarmónicos, la persona tendrá también una tremenda necesidad de cambio y libertad. Por lo tanto, dos tipos de deseos conviven en ella, sin embargo, astrológicamente los que se buscan satisfacer con más fuerza son los de compromiso y seguridad (dado que tanto la Luna como Venus son planetas personales y están más cerca de la conciencia).

Ahora bien, es probable que esta contradicción se haya expresado desde la infancia. Cuando esta persona era niña, quizás que haya vivido experiencias de cambio y abandono (Urano) que le dolieron enormemente, dada la naturaleza de los signos de la Luna y Venus (tierra o agua). Esto hizo que las vivencias de cambio y libertad fueran significadas como la pérdida total de la anhelada seguridad y que se forjara la idea de que lo nuevo, lo libre o independiente era sinónimo de perder la estabilidad. Hay niños que tienen estas características, sienten que ser libres provoca el rechazo de sus madres y la potencialidad de quedarse solos; o quizás en su medioambiente afectivo hay personas muy estables que conviven con otras uranianas que crean inestabilidad. Independientemente de lo que haya ocurrido, estas personas cortan sus propias alas y también las de su pareja porque sienten que la libertad es amenazante.

De esta forma, tienden a establecer relaciones estáticas, monótonas y rutinarias. Cualquier cosa que huela a independencia será rechazada. Pero como Urano sigue estando dentro, lo más seguro es que aparezca proyectado. Se rodean así de gente que se les escapa, que se siente aburrida o encerrada o bien compañeros que a primera vista parecen estables, pero que después de un tiempo (quizás años de

relación) se alejan de improviso, obligando a este tipo de uranianos a experimentar los cambios a los que se niegan. Esta dinámica muestra el mismo tipo de dilema: estabilidad versus libertad, la diferencia es que la persona va a tomar partido por lo seguro y rechazará lo nuevo.

Hay quienes oscilan entre estos dos polos. Se mantienen solteros y libres por un tiempo, escapando del compromiso, pero luego arman pareja y caen en relaciones que se vuelven muy estables, pero aburridas y rutinarias.

Esto ocurre cuando en la carta natal existen tanto indicadores uranianos de libertad como indicadores de estabilidad. La persona no sabe cómo incorporarlos al mismo tiempo y, sin darse cuenta, siempre toma partido por uno de los dos. Como está dividida, obviamente se siente atraída por personas divididas: si se identifica con el polo estable le gustarán personas libres, originales y espontáneas que no tienen activada la capacidad de comprometerse y aceptar la rutina y que, por tanto, se escapan; si, por el contrario, están identificadas en el polo independiente atraerán a personas seguras y la relación caerá en la monotonía y en el aburrimiento. No es raro que, frente a esto, el uranio culpe a los otros: “Los demás son los libres y poco comprometidos, o estables, pero aburridos”. No se dan cuenta de que esto tiene que ver con ellos.

CÓMO ESTABLECER RELACIONES LIBRES Y ESTABLES

Tener a Urano en las relaciones representa a la vez una oportunidad y un desafío: cómo equilibrar la necesidad de libertad con la de estabilidad. Para resolverlo es necesario que la persona se atreva a mirar sus heridas de abandono, de rechazo e inadecuación.

Sanar el miedo al apego

Como ya hemos visto, la mayoría de los problemas que los uranianos tienen en las relaciones provienen de temas pendientes que datan de su infancia y están asociados al abandono forzado y a los cambios vividos. Muchas veces para poder tener vínculos sanos en el presente, hay que liberarse de fantasmas del pasado. No es obligación quedarse atrapado en esa sensación de soledad, sobre todo, cuando la herida del abandono está muy activa y boicotea los vínculos. Es necesario explorar esas emociones dolorosas.

Ahora bien, es muy posible que muchos uranianos no quieran hacerlo, pues sus propias estructuras mentales rehúyen el encuentro con sus emociones, pero si no logran reparar la experiencia de abandono, seguirán actuando de la misma forma inconscientemente. Lo mismo ocurre para el uraniano que está en una relación estable y que le teme a los cambios. Es muy importante que vaya al pasado y sane la herida donde relacionó libertad y cambio con abandono, sino será muy difícil que pueda evolucionar y encontrar plena satisfacción en sus vínculos de pareja.

Es importante que dentro de sí reconozcan que hay un niño interno que necesita amor, nutrición y estabilidad, pero que al mismo tiempo está aterrado de volver a vivir un abandono forzado. Entre más puedan conectarse con esta parte interna, más podrán reconocer cuando su mecanismo de escape uraniano se activa, pues en lugar de refugiarse en sus pensamientos futuristas, en su necesidad de libertad o en su deseo de escapar, podrán darse cuenta de que es simplemente su niño interno el que está protegiéndose de esta forma. Si conectan con esta parte infantil, podrán darle la nutrición y estabilidad que esta necesita, liberándose del miedo a perder el amor y de su tendencia al boicot cuando lo experimentan.

Para adentrarse en estas experiencias dolorosas es ideal tener acompañamiento especializado, las mismas terapias que he recomendado en los capítulos anteriores son válidas para estos casos, ya que están orientadas a reparar traumas infantiles y buscan

sanar al niño interno. Las constelaciones familiares también son recomendables porque la mayoría de las veces estos patrones de abandono e inestabilidad se repiten dentro de las familias. Estas ayudan a trabajarlos a nivel familiar para que el sabotaje pueda disminuir. En cuanto a las esencias florales, las más propicias para estos temas son:

- Para reparar la herida de la soledad y la tristeza del abandono, las esencias florales: *Star of Bethlehem* del sistema Bach y *Sturt Desert Pea* del sistema Bush.
- Para el arraigo emocional, la sensación de pertenencia al mundo y la conexión con la vida: *Shooting Star* del sistema California y *Tall Yellow Top* del sistema Bush. Ambas esencias florales son maravillosas para ayudar al primer chakra a abrirse y a enraizarse con la tierra, lo que disminuye la sensación de soledad. En adultos y niños tienen un afecto de enraizamiento muy potente. Nos permiten sentir que pertenecemos y somos parte de este mundo y ayudan a generar arraigo.
- Si la persona siente que fue su mamá quien la abandonó, las flores recomendadas son: *Mariposa Lily* del sistema California y *Clematis* del sistema Bach.
- La esencia *Pink Mulla Mulla* del sistema Bush está especialmente hecha para las almas que traen y vivieron en la infancia fuertes experiencias de abandono forzado, las cuales no les permiten vincularse afectivamente hoy en día.
- *Water Violet* del sistema floral Bach también es una excelente esencia para aquellos que sienten con miedo al compromiso y que tienden a ahogarse en las relaciones, manteniéndose muchas veces alejados de los otros.

Cualquiera de estas terapias puede ayudar a un uraniano a ser más feliz y a encontrar mayor estabilidad en su vida, pues mientras la herida de abandono esté activa es muy probable que sigan dejando a su pareja.

Es importante recordar que la tendencia al abandono no solo se plasma en las relaciones, las personas muy polarizadas en el extremo uraniano suelen dejar a medias sus proyectos, sus trabajos o las actividades de interés, ya que su sensación de aburrimiento y estancamiento les impide continuar.

Asumir su desconexión emocional

Los uranianos tienen que aprender a ver su dinámica interna, esa que los lleva a escindirse cuando alcanzan un nivel de estabilidad y compromiso en la relación. La desconexión provocada por la sensación de angustia ante la intimidad debe manejarse de forma consciente. Es decir cuando aparece, la persona se tiene que dar cuenta de lo que está ocurriendo y no alejarse, para no caer en el patrón automático.

Deben tener presente el mecanismo mental que les dice *tengo que salir o pierdo libertad*, para conectarse con lo que realmente sienten y preguntarse derechamente si arrancar es lo que quieren hacer. Por otro lado, los uranianos suelen ser bastante inteligentes, por lo mismo son especialistas en darse justificaciones para salir de sus relaciones de manera *totalmente razonable*. Además, como hemos dicho, Urano contiene una fuerte instrucción de aire que nos aleja de nuestras verdaderas emociones y hace que realmente no tengamos idea de qué sentimos.

Para romper con esta tendencia, deben dejar de escuchar la mente y conectarse con lo que desean y para ello tienen que aprender a escuchar a su cuerpo porque el corazón habla a través de él. Incluso, cuando mentalmente no queremos estar con alguien, nuestro cuerpo nos da claras señales físicas-emocionales de lo que realmente ocurre en nuestro interior, basta con poner atención y leerlas.

Normalmente cuando surgen las ganas de huir, estas van acompañadas de una sensación de incomodidad. El uranio no quiere sentirla, por lo que se aferra con fuerza a lo que dice su mente. Si en lugar de ello permaneciera para explorarla, se abriría la llave para que lo que realmente habita en su interior surja y tendría claridad acerca de lo que realmente siente por el otro.

Una forma de ejercitarse en este tipo de escucha es la meditación, idealmente a través de una técnica que ponga atención en el cuerpo físico. Aunque parezca complejo lo cierto es que es bastante simple. Muchas personas no meditan porque creen que es necesario *poner la mente en blanco* lo que se les hace difícil, pero la verdad es que es muy complejo que alguien que está aprendiendo a meditar pueda *apagar* la mente. Sería equivalente a pedirle a quien no hace nada de deporte que suba el Everest. Una locura. Para escalar cualquier montaña primero hay que empezar por entrenarse, cambiar la dieta; luego subir cerros de baja o mediana dificultad, para ir poco a poco poniendo metas más difíciles. Quizás luego de meses de entrenamiento se esté capacitado para subir al Everest.

Lo mismo pasa con la meditación. La meta no puede ser poner la mente en blanco, porque eso es prácticamente imposible para alguien que

está recién comenzando. De hecho, el objetivo inicial de la meditación no es ese, sino que aprender a ver todo el ruido mental que tenemos, además del tipo de pensamientos que aparecen y aquellos con los que nos identificamos. Es más bien un entrenamiento para conocer el funcionamiento de nuestra propia mente. De hecho, cuando comenzamos a meditar esta se activa mucho más y nos vamos dando cuenta del *mono saltarín* que tenemos dentro. Poner atención en ello constituye un gran paso, porque la mayoría de nosotros vivimos con la mente completamente disociada del cuerpo, inconscientes del torrente de pensamientos que nos inunda. Así que lo primero es tomar conciencia de ellos para luego aprender a soltarlos.

Para los uranianos es muy recomendable una meditación centrada en las sensaciones físicas del cuerpo, por ejemplo, concentrarse en el pecho y en sentir cómo el aire entra y sale de los pulmones, etc. Estas meditaciones se pueden llevar a cabo inicialmente durante periodos cortos: 5 o 10 minutos son suficientes, no importa si al comienzo la mente se arranca a los pensamientos y no permanece en la respiración, esto es normal; a medida que se vaya ganando tiempo de práctica esta tendencia irá disminuyendo. Después será más fácil tomar conciencia de que la mente se escapó a los pensamientos y hacerla volver amablemente a la respiración y al movimiento del pecho todas las veces que sea necesario. Acá no hay errores, nada se puede hacer mal.

Uno de los beneficios de la meditación es darnos cuenta de los diálogos, justificaciones y patrones mentales. Cuando tomamos conciencia de ellos ocurre el *milagro*, podemos constatar que no siempre lo que pensamos es lo que sentimos, la conexión con el cuerpo comienza a aumentar y de esta forma es más fácil leer las señales que nos indican que qué quiere nuestro corazón.

La meditación también permite calmar el sistema nervioso del uranio que suele alterarse y electrificarse fácilmente.

Otra cosa que puede ayudar a conectarse con las emociones físicas y a perder el miedo a sentir es asistir a alguna terapia que use la técnica del Focusing⁶⁰. Esta es una herramienta que permite unir nuestros pensamientos, con las emociones y sensaciones físicas del cuerpo.

También existen esencias florales que son ideales para acompañar al uranio en este proceso de conexión emocional de unir la mente con el corazón. Por ejemplo: *Cerato* del sistema floral Bach, *Nasturtium* del sistema California, *Bluebell* y *Bush Fuchsia* del sistema Bush, así

⁶⁰ Hay muchas terapias diferentes que utilizan Focusing, recomiendo investigar más al respecto y buscar alguna alternativa que acomode.

como *White Chesnut* del sistema Bach que ayuda a calmar la mente a quienes tienen mucho ruido en ella.

Integrar libertad y estabilidad

Para integrar la libertad con la estabilidad lo primero que los uranianos deben hacer es dejar de culpar al otro de sus problemas de pareja. No importa si se es demasiado estable o demasiado libre, lo importante es que se den cuenta de que cualquiera sea el caso están proyectando su propio conflicto interno: son ellos quienes tienen estas necesidades en pleno combate y la pareja con la que están lo único que hace es reflejarlo.

Para poder tener una relación estable y libre al mismo tiempo es necesario aprender a integrarse, así será mucho más fácil atraer a la vida a personas también más completas. De esta forma, los uranianos podrán construir una relación que sea a la vez comprometida, espontánea, poco rutinaria, donde ambos se puedan desarrollar y tener tanto un espacio propio, así como uno compartido.

¿Cómo lograrlo?

Primero entender que este conflicto es interno. Para hacerlo, podemos imaginarnos que dentro nuestro tenemos a dos personajes en batalla⁶¹ y que cada uno quiere tomar el control: uno busca amor, conexión, compromiso y seguridad; y otro libertad total, cambios y originalidad. Cada uno desea algo diferente y no está dispuesto a ceder ni a conciliar con el otro.

Este conflicto de extremos es lo que en psicología Gestalt se llama un conflicto de polaridades. La persona se identifica fuertemente con una de ellas y rechaza la otra, creando una fuerte polarización que dificulta aún más la integración y afianza el conflicto. Es importante tener claro que las polaridades sí se pueden integrar y, de hecho, están ahí justamente para que podamos hacer el trabajo de armonizarlas en nuestro interior.

A continuación, propongo una sencilla dinámica de Gestalt que puede ayudar a conciliar y a integrar sanamente ambas áreas en conflicto.

⁶¹ Para visualizar esta dinámica les recomiendo la película de animación *Intensamente* de Pixar (en España es conocida como *Del revés*). En ella se muestra cómo dentro de nosotros conviven diversos personajes (cada uno asociado a una emoción), que manejan el centro de mando que está en nuestro cerebro, algunos personajes se llevan bien entre ellos, otros no.

Es recomendable que se tomen por lo menos noventa minutos de tiempo para realizarla.

Pongan dos sillas frente a frente. Una representa a su lado estable que quiere vínculos profundos y compromiso (lo llamaremos personaje A). La otra representa el lado que busca la libertad, que escapa de la rutina y de los vínculos profundos (lo llamaremos personaje B). Además de eso van a necesitar algunas hojas de papel y lápiz. Les recomiendo que mediten un rato antes de iniciar esta actividad para que estén lo más calmados y conectados posible.

Paso 1

Siéntense en la silla que representa la estabilidad (A). Cierren los ojos, respiren unos segundos y conéctense con la parte dentro de ustedes que se siente sola y que busca a otro, pues tiene muchísimas ganas de tener una relación feliz. Vuélvanse uno con ella. Escriban en un papel las razones por qué A quiere una relación de pareja. Fíjense en cómo se van sintiendo al escribirlo.

Ahora pídasle a A que escriba en el mismo papel todo lo que opina y siente por B, esa parte libre y con miedo al compromiso, que boicotea una y otra vez sus intentos de formar relaciones estables. Dejen que se libere y se desahogue completamente, hay libertad total de expresión y pueden usar las palabras que quieran.

Es muy importante que se hagan conscientes de las sensaciones y emociones que van sintiendo mientras hacen el ejercicio de escritura.

Paso 2

Cambien de personaje y de ubicación, y siéntense en la silla del frente donde está B. Cierren los ojos, respiren unos segundos y conéctense con la parte libre dentro de ustedes. Este es el lado que no quiere ningún compromiso, que desea salir con más personas o que simplemente no le gusta sentirse amarrado. Escriban en un papel (diferente al anterior) por qué B no quiere una relación de pareja estable. Fíjense cómo se van sintiendo al escribirlo.

Ahora, escriban en el papel todo lo que opinan y sienten acerca de la otra parte que anhela comprometerse y que busca apegarse a otro (A), negándole su libertad. Se permite franqueza, así que pueden decirle lo que quieran, sin censura.

Es muy importante que se hagan conscientes de las sensaciones y emociones que van sintiendo mientras hacen el ejercicio de escritura.

Paso 3

Volvemos a cambiar de personaje. Trasládense de silla y siéntanse ahora en la silla de A. Cierren los ojos, respiren unos segundos y conéctense. Dejen que A lea las críticas que le hizo B en el paso 2 y fíjense en cómo se sienten al leerlas. Luego escriban en un papel respondiendo a las críticas, de modo que A le explique con argumentos a B el porqué de sus deseos, qué es lo que busca, por qué actúa de esa manera, por qué anhela tanto una relación, qué es lo que siente y ¡lo más importante!, qué es lo que quiere para que ustedes (como seres humanos completos) alcancen la felicidad en la vida. Profundicen, tómense el tiempo necesario. La respuesta no es una crítica, solo se trata de esgrimir los argumentos que defienden su actuar y lo que A quiere para ustedes.

Es muy importante que se hagan conscientes de las sensaciones y emociones que van sintiendo mientras hacen el ejercicio de escritura.

Paso 4

Volvemos a cambiar de personaje. Siéntense en la silla de B. Cierren los ojos, respiren unos segundos y conéctense. Dejen que B lea las críticas que le hizo A en el paso 1, fíjense en cómo se siente al leerlas. Luego escriban en un papel respondiendo a las críticas, de modo que B le explique a A por qué necesita libertad, qué tiene miedo de perder, qué quiere ganar, por qué desea esa independencia, qué busca, por qué actúa de esa manera, qué es lo que siente y ¡lo más importante!, qué es lo que quiere para que ustedes (como seres humanos completos) alcancen la felicidad en la vida. Profundicen, tómense el tiempo necesario. La respuesta no es una crítica, solo se trata de esgrimir los argumentos que defiendan su actuar y lo que quiere B para ustedes.

Es muy importante que se hagan conscientes de las sensaciones y emociones que van sintiendo mientras hacen el ejercicio de escritura.

Paso 5

Salgan de las sillas y vuelvan a ser ustedes, sin caer en ninguno de los dos personajes. Ahora lean lo que escribieron en el paso 3 y 4. Fíjense si hay algo en común, si de alguna manera A y B tienen algo que los una más allá de sus diferencias.

Es muy importante que se hagan conscientes de las sensaciones y emociones que van sintiendo mientras hacen el ejercicio de escritura.

Paso 6

Ahora vuelvan a sentarse en la silla de A. Cierren los ojos, respiren unos segundos y conéctense. Escriban en un papel, siendo lo más amables posible, qué le pediría A cambiar a B para poder vincularse con otro, qué tipo de comportamientos o actitudes le gustaría ver en este. Pídanle ayuda, siendo muy claros con tus peticiones.

Es muy importante que se hagan conscientes de las sensaciones y emociones que van sintiendo mientras hacen el ejercicio de escritura.

Paso 7

Ahora, cámbiense a la silla de B. Cierren los ojos, respiren unos segundos y conéctense. Escriban en un papel, siendo lo más amables posible, qué le pediría B cambiar a A para no tener tanto miedo al compromiso y no poner dificultades para relacionarse con otro, qué tipo de comportamientos o actitudes le gustaría ver en él. Pídanle ayuda, siendo muy claros con sus peticiones.

Es muy importante que se hagan conscientes de las sensaciones y emociones que van sintiendo mientras hacen el ejercicio de escritura.

Paso 8

Cámbiense a la silla de A. Cierren los ojos, respiren unos segundos y conéctense. Lean lo que pidió B en el paso 7. ¿Puede A aceptar lo que le solicita B? ¿Todo o al menos una parte? Sí es así, escriban en un papel un compromiso donde se especifique aquello que A crea que puede cumplir, aunque le implique un desafío.

Paso 9

Cámbiense a la silla de B. Cierren los ojos, respiren unos segundos y conéctense. Lean lo que pidió A en el punto 6. ¿Puede B aceptar lo que le solicita A? ¿Todo o al menos una parte? Sí es así, escriban en un papel un compromiso donde se especifique aquello que B crea que puede cumplir, aunque le implique un desafío.

Paso 10

Salgan de las sillas y siéntense al frente de ambos personajes. Cierren los ojos, hagan ejercicios de relajación haciéndose conscientes de su respiración, de su inhalación y exhalación. Ahora imaginen que frente a ustedes están parados los dos personajes, A y B, vean las diferencias físicas entre ambos. Ya se han hecho los compromisos en papel. Fíjense si se pueden llevar bien ahora que tienen un acuerdo. Sí es así, pídanles que se den la mano o que se abracen.

¿Cómo se sienten al observar esto?

Este es un ejercicio muy útil para tomar conciencia de ambas polaridades, para conocer a fondo las distintas necesidades y de ver por qué se comportan como lo hacen. Además, permite ayudarlas a llegar a un acuerdo para alcanzar una mayor estabilidad en las relaciones sin perder la libertad, de esta forma cada parte sentirá que ganó y que ambas nos ayudarán a ser más felices.

Rebelarse a las convenciones de lo que es una pareja

El uranio tiene que entender que lo que funciona para todos no tiene por qué funcionar para él. Se trata de ser honesto consigo mismo, comprendiendo que el arquetipo de pareja o de relación socialmente aceptada no es necesariamente lo que le entrega dicha. Urano dice que nos liberemos y nos rebelemos a las estructuras, ya sea de la sociedad o de la familia que no respondan a nuestra propia identidad. Lo que Disney y las películas de Hollywood nos mostraron que era la relación de pareja típica, de seguro no necesariamente nos representa si somos uranios. Por ejemplo, a algunos de ellos les puede hacer bien tener piezas separadas, o vivir en casas diferentes, compartiendo solo ciertos días a la semana, o estar en una relación donde haya bastante espacio e independencia para poder realizar ciertas actividades solo. O quizás se necesita respetar que cada cierto tiempo cada uno pueda viajar o hacer cosas por su cuenta. No hay normas y todas las parejas deben descubrir su camino. También tienen que atreverse a buscar personas diferentes y originales, compañeros que traigan espontaneidad y novedad a sus vidas, el lado uranio lo agradecerá.

Si esto se combina con la reparación de la herida de abandono, lo que vamos a tener es una potente capacidad para conectarse y vincularse que, en lugar de escaparse del otro, respeta la propia necesidad de libertad personal.

No caer en la rutina

Esto es fundamental para mantener la relación entretenida y dinámica. Las parejas que tienen energía de Urano deben tratar de hacer cosas diferentes en conjunto: salir, experimentar, innovar en todas las áreas, pasatiempos, distracciones, viajes incluso en la vida sexual. No puede ser que toda la semana hagan lo mismo, estas personas necesitan realizar cosas diferentes con su pareja o si no se va a aburrir.

Muchas veces son los mismos uranianos los que caen en la monotonía en sus relaciones sin darse cuenta y después se sienten ahogados o culpan a su pareja.

También es fundamental que aprendan a darle libertad a su compañero para que este salga, se relacione con otros y desarrolle su propia individualidad; así como encontrar esos espacios propios, solo así se irá enriqueciendo la relación. Si les cuesta hacer esto, lo más seguro es que aun permanezca el miedo al abandono; por lo tanto, sería recomendable hacerse cargo de esas emociones buscando ayuda, tal como hablamos en el primer punto.

Libertad sin pasar a llevar al otro

Ya hemos visto que los uranianos pueden ser muy autocentrados e individualistas, por lo tanto, es importante que logren llegar a acuerdos con su pareja. No pueden tener una unión equilibrada si ponen siempre sus necesidades personales por sobre las de la relación. Hay que aprender a ceder. Entre más capaces sean de hacer esto, lo más probable es que tengan una pareja que también pueda hacerlo, es decir, alguien capaz de ver sus necesidades y respetarlas.

Es importante que se den cuenta de la contradicción que implica siempre defender la propia individualidad como un derecho, sin reconocer que el otro también tiene la propia. En las relaciones son dos los individuos que se vinculan, el equilibrio está en respetar el hecho que ambos tienen que dar y recibir, ceder y entregar. Vivir las relaciones de esta manera ya es una forma muy original y creativa de estar juntos.

Respetar la originalidad y la necesidad de diferenciación

Urano asociado tanto a la Luna como a Venus nos habla de la necesidad de ser sumamente originales y auténticos. Muchas personas con estas configuraciones reprimen o niegan esto, comportándose, actuando o mostrándose igual que el resto de la gente. O bien rechazan las ganas de producir cambios en su vida, probar cosas nuevas, innovar y comenzar nuevos caminos. Entre más bloqueen a Urano, más uranianas serán sus parejas y probablemente esa originalidad que inicialmente le atrajo de ellas, después de un tiempo los terminará desesperando o angustiando.

Si Venus está vinculada a Urano, la persona debe respetar sus ganas de verse diferente, de buscar una apariencia que refleje lo única que es, así como sus gustos originales y que rompen con las convenciones. Esto irá aumentando su autoestima enormemente. Si se sintió

rechazada por verse diferente a los demás, es importante que haga un proceso de sanación de esa Afrodita, pues no se es simplemente "él o la diferente", hay mucho más que eso. Existe una esencia única que es importante atreverse a mostrar y es bueno que asuma que tienen a una diosa muy independiente, que disfruta de hacer cosas sola sin la ayuda de otros.

Por el otro lado, si la persona tiene a Urano muy activo y muestra constantemente lo diferente que es, lo más seguro es que esté apegada inconscientemente a esa forma de pararse en el mundo. Si todos se peinan para el lado, ella se peina para arriba; si todos andan de rojo, y ella se viste de verde. Es posible que su forma de comportarse no esté conectada con quien realmente es y lo que busque es simplemente llevar la contra; inconscientemente funciona de forma reactiva a lo que los demás hacen, apegada la imagen del rebelde. Urano pide originalidad, pero el desafío de esa originalidad está en aprender a escuchar lo que nuestro corazón y esencia piden. Qué es lo que realmente queremos hacer o valoramos más allá de una actitud opositora. Con un Urano muy activo podemos perder la conexión con nuestra propia Venus o con la Luna y con lo que realmente ambos planetas quieren. Quizás un día de estos el yo interno realmente desee andar de rojo o peinarse para el lado... quién sabe, solo cada uno tiene esa respuesta.

Sanar el dolor de la inadecuación y la falta de pertenencia

Un uraniano es extremadamente libre y tiene la capacidad y el don de relacionarse con todo tipo de personas, pero esto tiene un precio: si nuestra esencia implica poder vincularnos con la humanidad en su globalidad, no podemos calzar o pertenecer a ningún grupo en específico. La mayor parte de la gente se identifica fuertemente con algún colectivo y tiende a rechazar a quienes son diferentes, a quienes no calzan en un contexto más global. El exceso de pertenencia limita las posibilidades de libertad creativa en vínculos. Para el uraniano no tener una pertenencia específica es lo que le permite relacionarse con todos de forma creativa y libre, pero es el precio que se paga por ser capaz de vincularse con gente muy diferente entre sí.

Es muy importante que los uranianos sanen las experiencias de dolor, rechazo y resentimiento hacia los demás, así como que aprendan a dejar atrás el sufrimiento de sentir que no tienen tribu. No hay una tribu específica para estas personas porque todos los humanos y el planeta son la tribu del uraniano. Sostener a su niño interno les va a ir ayudando a sanar el dolor de la falta de pertenencia y abandono, permitiéndoles desarrollar raíces afectivas. Si bien no van a calzar nunca del todo, dejarán de sufrir por ello pues tendrán una mayor estabilidad y arraigo interno.

Si una persona con esta energía vive aislada de los demás, no se está conectando con su carácter social y colectivo. Hay una parte de ella que necesita reunirse con otros, especialmente con aquellos con los que se tienen ideales en común. Juntarse para luchar por causas humanitarias o que consideren justas, de manera de producir un cambio en el sistema, es esencial en ella. Si una persona uraniana se tiende a aislar de los demás, la esencia *Water Violet* del sistema Bach es muy recomendable.

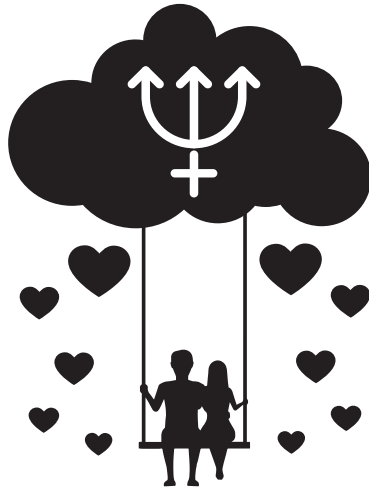
Los regalos de Urano

Quien tenga la energía uraniana sanamente integrada a su mundo emocional es alguien que no siente miedo a sentir lo que su niño interno experimenta, pero que al mismo tiempo es capaz de mirarlo de forma objetiva. Si puede observar lo que duele, como el miedo al abandono, podrá entonces entenderlo, sostenerlo e integrarlo sanamente; soltando el temor a amar, aprendiendo a escuchar la propia necesidad de vivir un amor profundo, pero libre.

Urano en las relaciones nos pide vincularnos de una forma más desapegada e independiente, donde ambas partes tengan espacio para ser quienes son, se potencien y puedan desarrollarse como individuos por derecho propio, teniendo cada uno su espacio para experimentar su propia vida. Esto no tiene nada que ver con que no haya unión, conexión emocional o compromiso, menos con escaparse constantemente de los vínculos más profundos.

En su nivel más alto, Urano exige la libertad de cualquier apego que nos impida relacionarnos de forma espontánea y auténtica. Algunas veces son las convenciones sociales y las formas con las cuales nos sentimos identificados las que lo impiden; otras veces nuestro propio miedo al abandono o nuestro apego a la libertad. Con Urano tenemos que aprender a dejar atrás todo esto, de manera que podamos descubrir nuestra propia y original forma de construir pareja.

CAPÍTULO 6



Neptuno y el amor romántico

*El amor no se mira,
se siente.*

Pablo Neruda

En este capítulo estudiaremos el vínculo que hay entre Neptuno y las relaciones de pareja. Este planeta tiene efectos muy diferentes a los de Plutón, Saturno y Urano, debido a que la naturaleza de Neptuno está mucho más sintonizada con la energía de Venus y la Luna. Los tres son arquetipos femeninos de energía yin; quieren cercanía, vínculo e intimidad y niegan cualquier emoción que desarme o rompa lo mágico y bello de la relación.

Neptuno es un planeta extremadamente espiritual, las personas que nacen con una fuerte presencia de este planeta en su carta natal⁶² tienen una conexión muy grande con algo que trasciende completamente a este mundo sólido y saturnino en el que vivimos. Estas personas vienen a la vida sintiendo que hay algo mágico y enorme más allá de esta realidad, y son capaces de percibirlo y conectar con ello. Un lugar de amor infinito, donde todo es posible, donde el dolor, el rechazo, el conflicto, la violencia, la escasez, las dificultades y el tiempo no existen. Para algunos neptunianos este lugar es como un recuerdo, para otros simplemente un espacio hacia donde se van o escapan, mientras que para otros es solo una sensación; lo importante es que todos perciben e intuyen que más allá de esta realidad algo así existe.

Este lugar neptuniano tiene otra característica: en él no hay separación. El concepto de estar solo y separado no cabe aquí. En él la individualidad desaparece completamente y nos volvemos parte de algo más grande. Neptuno nos dice que estar separados es solo una ilusión en esta realidad. Todos estamos conectados, todos somos parte de lo mismo; lo que le afecta a uno, nos afecta a todos. El impulso de Neptuno en la carta natal es de disolver las barreras que hemos construido como individuos aislados, es decir, los límites del ego que tan preocupados están de la seguridad individual, de manera de convertirnos en seres humanos con conciencia colectiva. Esto hace

⁶² Neptuno está muy activo en la carta natal si:

- Hay planetas personales (Sol, Luna, Mercurio, Venus o Marte) en el signo Piscis.
- Los planetas personales están aspectados en conjunción, oposición, cuadratura, quincuncio o trígono a Neptuno.
- Neptuno está en las Casas I, IV, VII, X o XII.
- El Ascendente está en Piscis.

que los neptunianos tengan un fuerte deseo de conectarse con ese Todo espiritual. Es como una gota de agua que añora regresar al mar, a fin de acabar con la separación, volviéndose una con el océano.

Todos los humanos hemos vivido la experiencia de perder la conciencia de separación y, por unos instantes, hacernos parte de algo más grande. Un ejemplo es contemplar una bella puesta de Sol, este es un momento mágico donde nos sentimos completamente unidos a ese espacio. La percepción de nuestra individualidad desaparece: somos el todo. También lo sentimos cuando estamos bailando o escuchando aquella música que toca lo más profundo de nuestro ser. Los artistas conocen muy bien esta percepción, pues entran en un estado creativo, donde el yo parece desaparecer y simplemente se vuelven un canal por donde algo mucho más grande fluye.

NEPTUNO Y LAS RELACIONES, EL AMOR MÁGICO QUE NUNCA LLEGA

Las personas con la energía de Neptuno presente en su mundo emocional y de las relaciones de pareja suelen ser muy románticas y sueñan con vivir un amor mágico e idealizado. Una relación que sea una entrega total, donde los límites se disuelvan hasta fundirse en una unión perfecta con un otro.

En el fondo añoran estar con alguien que sea un ser perfecto y que logre satisfacer todas las idealizaciones que tienen acerca del amor. Esperan que la relación se mantenga en un tono romántico y de entrega total siempre.

El problema está en que estamos encarnados en la Tierra y esa perfección idealizada no existe, pues en este mundo dual, todas las experiencias, vivencias y hechos tienen algo tanto bueno como malo. No hay nada que tenga solo virtudes o cosas agradables. Ni un ser humano ni una relación pueden sostener una expectativa tan alta e irreal. Esto hace que los neptunianos en el amor tiendan a decepcionarse o desilusionarse de su pareja o de sus relaciones. No encuentran en la Tierra un amor tan mágico como el que anhelan.

Lo que también suele ocurrir es que muchos confunden el amor romántico y de entrega, con cuidar y salvar a otros. Muchos tienden a entregarse totalmente y convertirse en verdaderos salvadores que cuidan y se hacen cargo de sus parejas, las cuales suelen ser complicadas o tener algo que hace que necesiten ser salvadas: ya sea problemas de salud, económicos, emocionales, de alcoholismo, drogas, etc. El amor romántico se confunde con una entrega absolutamente abnegada hacia el otro donde la persona termina sacrificándose a sí misma.

Para saber qué tan activa tenemos la energía de Neptuno en el ámbito de las relaciones, examinemos las siguientes preguntas:

- *¿Tiendes a ilusionarte en el amor, para después de un tiempo terminar decepcionándote de la relación?*
- *¿Te pasa que tu pareja termina siendo una persona muy diferente a quien pensaste que eras?*
- *¿Terminas salvando y cuidando a tu pareja?*
- *¿Buscas una persona que te entregue un amor que te libere de todo el dolor y del sufrimiento de este mundo?*

- *¿Sueñas mucho tiempo despierto o despierta, imaginando y fantaseando con una pareja con la cual tener una unión mágica de amor?*
- *¿Tiendes a sobreadaptarte a tu pareja, hasta llegar a un punto en que ya no sabes qué es tuyo y qué es del otro?*
- *¿Te tiendes a enamorar de personas con las que por algún motivo no puedes estar, generando un amor platónico o una relación romántica extremadamente idealizada?*
- *¿Prefieres no tener relaciones rutinarias y normales?*
- *¿Si el amor no va a ser perfecto, entonces prefieres estar solo o sola?*

Si respondes afirmativamente a varias de estas preguntas, entonces lo más probable es que tengas la energía de Neptuno muy presente dentro de ti y de tu mundo vincular.

Estudiemos cuáles son las principales configuraciones que unen a Neptuno en el ámbito las relaciones, entendiendo qué representan y cómo se originaron en nuestra vida.

Neptuno asociado a la Luna

Cuando la Luna está conectada con Neptuno, el mundo emocional interno necesita sentir que está protegido por una matriz de infinito amor y nutrición. Son personas extremadamente sensibles y vulnerables, que perciben con demasiada fuerza todo lo que ocurre a su alrededor y a los demás. El mundo real es muy duro para ellas, pues sienten que no pueden protegerse o separarse de lo que los afecta del medioambiente. Por lo que su seguridad emocional va a estar en disociarse de la realidad y escaparse, soñando despiertos, desplazándose a lugares mágicos o neptunianos.

Al mismo tiempo, tienen una necesidad constante de sentirse conectadas y protegidas por esa matriz de amor total. Esperan que sus parejas les entreguen la nutrición afectiva y el cariño que tanto añoran. Inconscientemente buscan un compañero y una relación idealizada que le dé nutrición a su niño interno.

Las personas con la configuración Luna Neptuno tienen una enorme necesidad de sentir ese amor abnegado. Algunas veces esperando que un otro llegue a sus vidas y les entregue cuidados infinitos. Otras, siendo ellas mismas las que dan nutrición total a su pareja, disolviendo su individualidad en el otro.

Tienen terror a sentir emociones dolorosas o conectarse con la sensación de abandono interior, que se originó cuando se sintieron expulsadas de ese espacio neptuniano de amor total para caer en la Tierra.

No se dan cuenta de que en su interior todavía existe la conexión hacia ese espacio neptuniano. Que dentro de sí hay una puerta que las une con el amor total, que podría darles la sensación de protección que tanto añoran y que esperan que llegue desde afuera.

Las configuraciones astrológicas que muestran una conexión entre Neptuno y el mundo lunar son las siguientes:

- Luna en Piscis.
- Luna en Casa XII.
- Neptuno aspectado a la Luna, en cualquier aspecto, ya sea armónico o disarmónico.
- Neptuno en la Casa IV.

Neptuno asociado a Venus

Cuando se une Venus con Neptuno lo que tenemos es una Afrodita súper romántica que añora una relación de amor total, que la saque y libere del dolor de esta realidad. Perderse a sí misma en un vínculo romántico y mágico con una pareja que les permita sentirse valoradas, queridas y especiales. Están enamoradas del concepto del amor romántico y, seguramente, van a sufrir porque es difícil encontrar algo tan perfecto acá en la Tierra.

Su idealización de lo que debe ser el amor las lleva a sufrir si su pareja no se comporta como desean o esperan. O se van a decepcionar de la rutina y la falta de magia que suele ocurrir cuando las relaciones caen en la inercia del día a día.

Estas personas tienen enormes capacidades creativas y artísticas. Neptuno les entrega una tremenda sensibilidad y la conexión con una fuente prácticamente infinita de ideas y mundos creativos. Si este potencial no es utilizado de forma consciente en su vida, a través de algún tipo de trabajo plástico, escritura, expresión musical, etc., esta energía solo será vivida a través de la imaginación y la tendencia

será escapar hacia mundos fantásticos, disociándose con fuerza de la realidad, para luego decepcionarse porque esta no es tan creativa, maravillosa y original como en sus sueños.

Neptuno y Venus conectados proveen la necesidad de atraer y de buscar en esta vida experiencias que trasciendan esta realidad. El sentido de valor personal y de disfrute no se puede conseguir solo mediante cosas concretas como el dinero, las posesiones y los objetos materiales. Hay una búsqueda por trascender el cuerpo y lo concreto, en pos de algo más mágico y espiritual. No debe sorprendernos que en una gran cantidad de profesores de yoga o amantes de la meditación se encuentren estos dos planetas asociados. Los que les gusta, valoran y atrae es algo que les hace ir más allá de la experiencia de cuerpo físico, conectándolos con algo trascendental.

Esta es una Venus abnegada, que siente el dolor de los demás y que busca muchas veces pallear el sufrimiento de los otros. Es común que terminen siendo salvadoras de sus parejas y que se pierdan a sí mismas en esto, confundiendo romance con un amor sufrido que les pide todo.

Las configuraciones astrológicas que muestran una conexión entre Neptuno y el mundo venusino son las siguientes:

- Venus en Piscis.
- Venus en Casa XII.
- Neptuno aspectado a Venus, en cualquier aspecto ya sea armónico o disarmónico.
- Neptuno en la casa VII u VIII⁶³.

⁶³ Neptuno en la Casa VIII no se relaciona necesariamente con Venus, pero sí tiene un efecto neptuniano en las relaciones y en los vínculos.

EL ORIGEN DEL DOLOR DE VIVIR EN ESTA REALIDAD

Cuando alguien nace con la energía de Neptuno conectada con su mundo emocional lunar, su sentido de seguridad y protección infantil está en vivir ese mundo mágico neptuniano aquí en la realidad. Por un lado, esperan que su medio afectivo les entregue y provea las mismas cualidades de amor incondicional, de nutrición y entrega total que existen en ese lugar neptuniano con el que están conectados. Quieren una madre y una familia que los proteja de cualquier sensación de dolor y dificultad, que sea capaz de saber y entregarles todo lo que necesitan. Es decir, esperan nacer en un medio afectivo totalmente amoroso y contenedor.

Los niños neptunianos nacen esperando que sus madres y sus familias les entreguen solo emociones agradables, de amor, contención y felicidad. Que esta intuya todas sus necesidades, adelantándose a ellos y dándoselas sin que haya necesidad de pedir o usar palabras. Obviamente esto no va a ocurrir todo el tiempo, pues sus padres son solo seres humanos y no deidades mágicas amorosas. Por ello, en algún minuto, estos niños se terminarán decepcionando y desilusionando de la propia humanidad de los padres. En algunos casos ello puede ocurrir temprano en la infancia, en otros durante la adolescencia. Hay niños que se van a negar a aceptar que sus progenitores son solo seres de carne y hueso, y que por lo mismo experimentan emociones no agradables que los llevan, muchas veces, a actuar de forma completamente contraria a lo que esperan de ellos.

Muchos niños con estas configuraciones sintieron que sus madres no los nutrieron y vieron sus necesidades fueron sacrificadas. Algunos percibieron que estas sufrían mucho o estaban en un estado constante de melancolía. Otros que esta se victimizaba o no podía cumplir el rol maternal, siendo ellos quienes terminaban haciéndose cargo de ella. En otros casos, la madre estaba presente, pero emocionalmente se encontraba disociada de la realidad. Este es un planeta que tiende a ser difuso y poco claro, y eso puede provocar que a veces el niño neptuniano haya sentido que uno o ambos progenitores estaban muy presentes, para luego percibirlos completamente ausentes, es decir, que hayan experimentado una falta de consistencia en el amor humano que le entregaron los padres. Todo esto impidió que sintieran que su madre los protegía del todo y les diera la nutrición que añoraban, provocando una fuerte sensación de abandono.

La necesidad de sentir esa nutrición perfecta y de negarse a aceptar la humanidad de sus padres, hace que algunos tiendan a sobreidealizarlos y a construir una imagen ficticia alrededor de ellos. "Mi madre era la mejor del mundo, la más abnegada que nunca hizo nada que me causara dolor". Sin embargo, esta fantasía se puede

destruir en algún momento de la vida, causando un gran sufrimiento y una fuerte decepción.

Cuando Neptuno está asociado a Venus, la persona anhela que sus padres la valoren, la quieran y le entreguen toda la contención que necesita. Que la hagan sentir especial y la provean de todo lo necesario para sentirse en un lugar mágico y especial que trascienda la realidad. Como ocurre con la Luna, lo usual es que este deseo no se vea satisfecho y que el pequeño neptuniano se haya desilusionado de ellos. Lo cual hace que en la adultez espere que sean sus parejas quienes le entreguen ese amor mágico y romántico.

Ahora bien, puede haber niños que sí tuvieron la experiencia de un vínculo especial y tendrán, por lo tanto, una imagen muy idealizada de sus padres y esperarán que sus parejas los amen en igual medida. "Mi madre (o padre) me lo entregaba todo, no había límite para su amor, por lo que espero lo mismo de ti". Normalmente esto ocurre si la Luna o Venus tiene instrucciones armónicas a Neptuno (como el trígono)⁶⁴. Los niños sí sintieron una conexión total con mamá y una enorme contención, amor, creatividad y magia del ambiente, lo cual hace que asocien el amor a la entrega total y que el otro siempre sea capaz de intuir lo que les pasa.

En cualquier caso, estas personas tenderán a buscar una pareja que los lleve a trascender la propia individualidad y los transporte hacia mundos idealizados y románticos, de éxtasis y amor. Desean un vínculo que deje atrás el dolor de estar vivo y que le dé sentido a esta experiencia humana, quieren lograr la conexión con el Todo espiritual neptuniano mediante una pareja. Sienten que todos los problemas de la vida se pueden resolver mediante esta experiencia de amor romántico.

La verdad es que el cine y la televisión son especialistas en mostrarnos esta unión entre Venus y Neptuno: dos personas se aman y todos sus problemas desaparecen al estar juntas. El niño y adolescente neptuniano gozan y vibran viendo esto, lloran de felicidad y anhelan ese tipo de unión.

El imaginario colectivo también ha asociado el dolor a este tipo de romance, pues muchas veces esas parejas que tanto se amaban no podían estar juntas, lo que hacía de la experiencia algo sufrido y doloroso. Muchos neptunianos, sin darse cuenta, pueden tener la

⁶⁴ Esto también puede ocurrir si la Luna o Venus están en el signo de Piscis y tienen mayoritariamente aspectos armónicos a otros planetas. Si tienen un aspecto disarmónico a Saturno, los niños sintieron que la realidad no les dio eso que añoraban.

idea de que la vida no permite que esa unión ocurra, por eso asocian amor a tragedia y sacrificio.

Hipersensibilidad y resonancia

Cuando la Luna está conectada con Neptuno también se tiene la necesidad y el apego de simbiotizarse con todo lo que los rodea. Es decir, sentir dentro de sí y hacer propio lo que les pasa a las personas que están a su alrededor. Hemos estudiado que el mayor dolor lunar que todos los humanos vivimos está en sentirnos seres solos y separados. La solución que la Luna y Neptuno dan a esto, está en conectarse con todo, pues si me conecto ya no estoy separado, si no que unido a algo más grande que el yo.

Los niños viven esa búsqueda de conexión total disolviéndose completamente en su madre o en sus seres más amados. El yo no quiere estar separado y para sentirse seguro a nivel emocional tenderá a simbiotizarse con los que más quiere, para dejar atrás así su individualidad.

Con Venus y Neptuno también tenemos algo parecido, pues la persona inconscientemente asocia placer y disfrute con simbiosis y con perder los propios límites es decir: *perderse en el amor del otro*.

Los neptunianos tienen un don especial para lograrlo. Esto es posible gracias a una gran capacidad de conexión energética. Se podría decir que el campo áurico de un neptuniano no tiene una frontera clara o límite de separación. Esto hace que su yo no esté claramente delimitado y separado, por lo tanto, cuando está cerca de otros, este tiende a traslaparse con el de aquellos que están a su alrededor, facilitando la unión tan anhelada. Una persona que no tiene mayor presencia de esta energía en su carta natal, suele tener un campo áurico muy delimitado, como una pared dura que la separa del resto, por lo que no se producirá tan fácilmente esta conexión con los demás y la sensación de separación permanecerá intacta.

Esta cualidad neptuniana hace que quienes tienen un Neptuno fuerte se conecten con todo lo que está a su alrededor: las personas, los animales, las plantas, etc. Justamente cuando Neptuno está asociado al mundo lunar, el mecanismo de seguridad les pedirá a que busquen esa conexión de forma constante. Es decir, que sientan y experimenten los sentimientos y sensaciones de su ambiente familiar, de las personas que lo componen, así como de los espacios físicos donde se encuentren. Gracias a ello, el neptuniano percibe dentro de sí las emociones de quienes están a su alrededor, las siente incluso a nivel

físico y las hace completamente suyas, aun cuando los padres hagan lo posible para que esto no ocurra.

Estas personas tienen una enorme empatía que nace de su gran capacidad de resonancia con las emociones ajenas. "Sé que algo te pasa, estás triste, lo puedo sentir".

Esto no es algo fácil de vivir, pues en esta realidad, todos tenemos un cuerpo físico que se encuentra separado del resto. Cada persona posee su propio ego y personalidad, pero si el deseo de unión nos lleva a conectarnos y a perdernos en el otro, no es raro que comiencen las confusiones. Interrogantes como ¿qué emociones son del niño, qué emociones son las de los padres y cuáles pertenecen al medio afectivo?, ¿cómo se puede distinguir lo que proviene de la persona de lo que proviene de afuera?, ¿lo que se desea, es realmente lo que se quiere o es lo que el otro quiere?, ¿nuestras emociones son realmente nuestras o son de otros?, ¿quiénes somos realmente? Estas confusiones son habituales para quienes tienen una fuerte presencia de Neptuno.

Esta necesidad de conexión con los otros genera una fuerte tendencia a la sobreadaptación, lo que les dificulta poner límites, decirles que no a los padres y a los que más quiere, pues Neptuno pide una simbiosis en la que se trascienda el yo.

El deseo de conexión total con el entorno genera otro problema para el niño y el adulto neptuniano: sentir dentro de sí las emociones que no dan seguridad emocional. Entendamos que acá hay dos necesidades al mismo tiempo, experimentar solo emociones amorosas, mágicas e idealizadas; y sentir y conectar con todo lo que está alrededor. El problema está en que formamos parte de una realidad donde los seres humanos no vivimos siempre emociones agradables. Estas existen, las podemos experimentar, pero son muy difíciles, por no decir casi imposibles de sostener todo el tiempo, pues en este plano, sí hay dolor, hay sufrimiento, abandono, egoísmo, rabia, etc.

Estas emociones más complejas (no mágicas ni amorosas) estarán presentes a su alrededor, y la persona se sentirá invadida por energías muy desagradables. Su necesidad de fundirse con lo externo y de perder su propia individualidad, le impide poner un límite a lo que experimenta desde afuera y es, por este motivo, que los neptunianos tienden a sentirse muy incómodos en lugares con mucha gente, pues sienten demasiadas emociones dentro de sí. Tanto así que muchas veces terminan cargándose con estas energías.

En cambio, si están en lugares con gente que está vibrando en amor, alegría o disfrute, los neptunianos se sentirán completamente extasiados. Les va a gustar estar en conciertos, ceremonias o ambientes donde una energía agradable reine.

Básicamente la instrucción Luna Neptuno solo pide vivir emociones agradables, por lo tanto, cada vez que sientan en el ambiente algo distinto a esto, habrá mucha angustia y dolor emocional. La energía de Neptuno es extremadamente yin y femenina, es muy vulnerable y frágil. Es una instrucción relativa al elemento agua, que pide sentir en exceso y no ser objetivo al respecto. Cuando un neptuniano se siente invadido por las emociones externas no puede separarse de ellas. Lo ahogan, lo paralizan y aparece un miedo cercano al pánico.

Para cualquier tipo de neptuniano la realidad tal como es, le va a provocar un dolor muy grande pues no encuentra en el mundo real lo que añora en su mundo interno. Es complejo estar conectado con un lugar tan mágico y estar viviendo al mismo tiempo en una realidad tan poco mágica. Esto hace que muchos experimenten una fuerte sensación de melancolía y nostalgia. Se sienten abandonados en este mundo doloroso.

La experiencia de vivir en una familia o en un lugar que no cumple con sus expectativas idealizadas tendrá un efecto: el rechazo a la encarnación y a ser parte de esta realidad. Vivir emociones desagradables hace que el neptuniano no quiera estar acá. El niño no se siente nutrido o valorado como añora; esto genera una falta de arraigo y de piso afectivo. Hay que tener claro que ello puede ir variando de niño en niño, dependiendo de cómo era su familia, del tipo de emociones que predominaban en su ambiente temprano y de qué tanto su madre o sus figuras de apego lograron proveerle la tan anhela súper contención emocional o del disfrute y gozo mágico que necesitaba.

En la consulta he podido ver niños con Neptuno asociado a su mundo lunar que tienen el primer chakra completamente cerrado. Es decir, no han logrado construir raíces afectivas seguras acá en la realidad. Esto genera fuertes miedos e inseguridades en los pequeños, que se sienten muy vulnerables y frágiles. También les produce un gran dolor, pues en tanto no se cumpla lo que su instrucción lunar les pide, sienten que no los aman ni los contienen, y eso les genera fuertes sentimientos de soledad. Esto ocurre especialmente cuando el niño también tiene asociado a su mundo lunar, instrucciones fuertes de Urano, Saturno, Plutón y/o Marte⁶⁵, que claramente atentan contra el ideal neptuniano.

Otra situación que puede surgir, y que va a afectar al neptuniano tanto en su niñez como adultez, es cómo manejar las emociones

⁶⁵ Marte tiene la necesidad de buscar el conflicto, las discusiones y las peleas como refugio afectivo y esto claramente atenta en contra del ideal neptuniano.

dolorosas o complicadas que le son propias. Como todo ser humano, las personas con Neptuno aspectado a su mundo emocional también tienen una diversidad de sentimientos, rabia, dolor, envidia, abandono, inseguridad, entre muchos otros. Sentirlas atenta en contra de su necesidad de solo experimentar emociones agradables por lo que muchos van a preferir desconectarse de ellas y negar su expresión. Esas emociones contenidas se pueden vivir a través de somatizaciones físicas, que pueden convertirse en enfermedades o pueden ser proyectadas atrayendo a personas que se las manifiesten. No se dan cuenta que son las mismas emociones dentro de ellos las que los alteran y les producen angustia.

El problema está en ¿cómo sentirse satisfecho en este mundo cuando están esperando vivir y atraer experiencias mágicas, especiales y que sean totalmente expansivas? ¿Cómo llegar a un equilibrio entre lo valioso que puede entregar este plano de realidad y lo trascendental que esperan vivir de forma constante?

Puede ocurrir que la persona no se encuentre nunca satisfecha con sus experiencias humanas y espere siempre algo más. Esto puede hacer que no se sienta feliz con la realidad, pues nada de lo que obtenga en este mundo puede ser suficiente para sostener ese estado mágico, de ahí que sea muy común que los neptunianos se sientan decepcionados y muchas veces deprimidos.

¿Cómo hacen los neptuniano para lidiar con todo esto?

Existen varias formas. Una es tratar de escapar de esta realidad, ya sea disociándose y viviendo más bien en su imaginación, fantasía o en un mundo mágico. Es normal ver niños y adultos neptunianos con problemas de concentración, que parecen estar perdidos en otro lado, realmente idos. Eso es un reflejo de su necesidad de disociarse de la realidad. Están presentes físicamente, pero su ser está en otro lugar. Otra estrategia es buscar a través de medios externos el mismo efecto, por ejemplo, el uso de drogas, alcohol, pasar horas frente al televisor o frente a la pantalla jugando videojuegos. También pueden intensificar su necesidad de simbiosis y conexión con los que más quieren, como parte de su sueño es ser salvados y protegidos, buscan amigos o parejas que los contengan y les provean de la ansiada seguridad y de esta forma no tener que lidiar con la realidad porque habrá otro que se hará cargo.

Otros neptunianos intentarán apaciguar el dolor que ven a su alrededor y se convertirán en salvadores de los que sufren y lo pasan mal. Estas personas, por la facilidad que tienen de conectarse y sentir lo que al otro le ocurre, pueden llegar a sacrificar su propia individualidad en pos de algo más trascendental y humanitario, proyectando su fragilidad y vulnerabilidad en otros.

A continuación, veremos un ejemplo que nos permite entender cómo funciona la energía de Neptuno para una persona que no la ha resuelto, tanto en su infancia como adultez. Hay que tener claro que esto es solo un tipo de escenario y algo exagerado (aunque la realidad muchas veces supera a la ficción), y que muchas otras situaciones pueden ocurrir.

Camila tiene 33 años y es una mujer con Luna en Piscis y con Neptuno aspectado a su mundo venusino. Nunca se ha sentido muy conectada con la realidad, de hecho, siempre ha sido alguien que más bien vive en sus fantasías y espacios de ensueño. Estos lugares siempre le han parecido más seguros y bellos que la realidad que ha visto en el planeta Tierra.

No tiene muchos recuerdos de sus primeros cuatro años de vida. Sin embargo, si le preguntan qué sentía su madre durante ese periodo, tiene muy clara la respuesta: tristeza. De alguna manera recuerda más lo que su mamá experimentaba que lo que a ella misma le pasaba. Siempre se ha sentido fuertemente conectada con su madre, tienen una comunicación casi telepática y desde pequeña puede saber claramente lo que ella vive.

No se acuerda por qué motivo su mamá estaba triste cuando ella era niña, pero puede suponer que era por lo mismo por el cual la ha visto triste toda su vida: las discusiones con papá, este se enojaba tanto con ella que muchas veces terminaba gritándole y exigiéndole que hiciera las cosas bien. Ella nunca se defendía, sino que intentaba darle totalmente en el gusto. Camila no soportaba cuando estos episodios sucedían: los gritos, la violencia, el dolor eran mucho para tolerar. En ese minuto Camila salía al patio y comenzaba a jugar con sus amigos imaginarios, los cuales la llevaban a lugares maravillosos, muy lejos de la realidad. Le pasaba algo parecido en la escuela, nunca entendía por qué se sentía tan incómoda rodeada de tanta gente. Muchas veces la inseguridad la paralizaba, en especial, cuando los profesores le hacían preguntas o cuando tenía que dar pruebas. Lo suyo no era lo académico. En clases siempre estaba en otro lado, jugando en su imaginación, o dibujando y pintando, la verdad es que tenía tantas ideas creativas. De niña soñaba con dedicarse a algo artístico cuando fuera adulta.

En la casa intentaba de ayudar a su mamá, pero muchas veces se ponía a jugar y a fantasear y no hacía algo concreto realmente. Lo bueno es que su mamá no se molestaba... ella es tan buena. Por eso mismo le empezó a costar decirle que no. Ella recuerda que a veces tenía ganas de ir a jugar al jardín, pero no era capaz de herir a su madre que se sentía ya bastante sola y melancólica. Con el paso de los años comenzó a preocuparse más por ella y a dedicarle más tiempo y atención.

Camila siempre soñó con un amor romántico, con un príncipe que llegara a su vida y la hiciera vivir en la felicidad absoluta. Le encantaba ver en la televisión historias de amor y sufría mucho cuando una pareja que se amaba no podía estar junta, “qué injusta es la vida” se decía a sí misma, mientras lloraba sintiendo el dolor de esos amantes.

Ahora de adulta ya lleva tres años en una relación con Roberto. Él es un hombre sensible y vulnerable, un pájaro herido que sufrió muchísimo en su infancia por el abandono de su madre. Camila siente tanto amor por él que siempre está preocupada de hacerlo feliz. Es verdad que a veces Roberto bebe mucho alcohol y se vuelve violento. Pero Camila sabe que no es culpa de él, él simplemente toma para calmar ese dolor interno, “él es un buen hombre” se dice una y otra vez.

Roberto muchas veces no trabaja y se comporta como un niño. Por lo que es Camila la que se encarga de sacar adelante el hogar y trabajar para generar dinero. Lamentablemente, no se dedicó a algo artístico como quería, por el contrario, se desempeña como asistente en una oficina. No le gusta su trabajo, pero es un sacrificio que hay que hacer para sacar adelante su relación, incluso en ocasiones su trabajo no le complica, pues le encanta fantasear y retirarse a sus mundos imaginarios donde todo es perfecto y sus sueños se cumplen.

Neptunianos que no muestran su sensibilidad

Algunas personas con Neptuno en esta posición tenderán a negar su lado vulnerable e idealista y terminarán desconectándose de su sensibilidad y empatía. Se mostrarán más bien frías y duras, todo lo contrario de su verdadera naturaleza emocional. Esto tiene su raíz probablemente en una estrategia para sobrevivir a las experiencias de dolor y de falta de apoyo vividas en la infancia, lo cual es particularmente común en hombres que tienen mucha energía asociada a Neptuno o a Piscis. En nuestra sociedad tal nivel de sensibilidad se lee como una falta de hombría, por lo tanto, el pequeño aprenderá a ocultar ese lado frágil.

Cuando un neptuniano (hombre o mujer) decide bloquearse emocionalmente, entonces su sensación de melancolía aumentará más y la soledad también, y tendrán que poner más barreras para no sentir. De esta forma, se va creando una bola de nieve que les causa más dolor y más negación. No sorprende que estas personas tengan mayor predisposición a caer en el abuso del alcohol o las drogas, pues esa es la única forma que tienen para poder disolverse y conectarse

con ese lado más sensible; o bien, que trabajen en exceso o tengan una agenda diaria tan repleta de actividades que los mantenga lo más ocupados posible para no sentir.

EFFECTOS DE NEPTUNO EN LAS RELACIONES DE PAREJA

Es momento de profundizar en los principales efectos que produce tener Neptuno vinculado con el mundo emocional y con el de las relaciones de pareja.

Ilusión y desilusión en las relaciones

Muchos neptunianos suelen vivir la experiencia de la decepción en sus relaciones de pareja. Se sienten desencantados y desilusionados porque su compañero no es lo que ellos creyeron que iba a ser, se frustran por no poder cumplir con sus expectativas y suelen sentirse engañados, confundidos y traicionados.

“¿Cómo puede ser la persona tan distinta a quien yo creía que era? ¿Cómo me engañó tan fácilmente? ¿Cómo no pude ver quién realmente era?”

Existen varios motivos para explicarlo, no obstante, lo esencial es tener claro que no es un castigo de la vida o que tengan mala suerte en el amor. La victimización es una herramienta que las personas que tienen conexión con Neptuno conocen bien. El neptuniano debe hacerse responsable y entender que son sus anhelos infantiles de vivir un mundo mágico y perfecto gracias al otro, los responsables de su decepción.

Su anhelo de amor romántico y perfecto los lleva a dejarse engañar y no ver la verdad de quien tienen al frente. Dejan que sus deseos e ideales amorosos dibujen una imagen irreal sobre la persona que les atrae, de hecho, buscan una súper pareja, un ser que cumpla con todas sus fantasías, las que pueden ser en múltiples niveles, tanto físicas, emocionales, laborales, espirituales, etc. Estos anhelos los llevarán, al igual como ocurrió con sus padres, a vivir grandes desilusiones porque los neptunianos sueñan sin darse cuenta con una persona que no existe en la realidad, con un amor que no es de este mundo. No existe el ser perfecto, en su imaginación infantil sí, pero en el mundo real no. Nadie puede cumplir siempre con todas las expectativas y de ahí el desencanto, el que puede ir aumentando con el tiempo, en la medida en que la pareja muestra más su *no perfección*.

Algunas veces el desencanto surge cuando su pareja comienza a fallar: no es tan incondicional, no es tan bueno, no es tan responsable, no es tan amoroso, no es tan perfecto, no me quiere tanto como prometió. Otras porque literalmente el otro las engaña traicionándolas.

Su anhelo los empuja a dejarse engañar y no ven más que el lado bueno del otro, no se dan cuenta de que solo están mirando sus propios sueños y fantasías y omiten de forma inconsciente todas las señales que no vayan en esta línea. Compran totalmente la imagen ideal de su amado o amada. Esto muchas veces ni siquiera es responsabilidad del otro, sino del propio neptuniano que proyectó el arquetipo del príncipe o princesa azul en su compañero.

Ahora bien, si el neptuniano es una persona es muy racional y mental, le costará conectar con su lado más emocional, sensible y soñador y negará sus propias expectativas y necesidades.

Las experiencias de decepción con la pareja algunas veces son expresadas y otras no. Puede ser que la propia pareja se dé cuenta de que no es amado por lo que realmente es, sino por lo que su compañero neptuniano proyecta en ella. Si la decepción se expresa en crítica, no es raro que el otro se sienta rechazado o crea que no es lo suficientemente bueno. Muchas veces esos defectos son simplemente aspectos muy humanos de su personalidad, y todos tenemos defectos. No es fácil satisfacer a alguien que sueña con alguien perfecto, con un dios o una diosa.

La idealización del neptuniano también se puede dirigir hacia sí mismo y eliminar puede creer que es un ser cercano a la perfección, al punto de negarse a ver sus propios defectos, por lo que no va a aceptar ver tampoco fallas en el otro.

Falta de límites y sobreadaptación

La falta de límites y la sobreadaptación pueden ser bastante llevables al principio de una relación para un neptuniano, sin embargo y con el paso del tiempo, puede causarle mucha molestia e incluso resentimiento hacia su pareja. Sobre todo, en la medida en que va tomando conciencia de cómo se fue sobreadaptando, moldeándose y perdiéndose a sí mismo en el otro y en sus necesidades, dejando muchas veces de lado las cosas que le gustaban o alejándose de expresiones de sí mismo con las cuales se sentía muy identificado.

El neptuniano tiende a simbiotizarse y abandonar su propia identidad lentamente. Su especial capacidad de poder conectarse con el otro

(gracias a la ausencia de límites claramente marcados y definidos), le permite ir absorbiendo las características, comportamientos y gustos de su pareja. “¿Qué es mío? ¿Qué es tuyo?”

Cuando Neptuno está conectado con el mundo de las relaciones, tenemos la necesidad emocional de trascender el yo mediante la pareja y esto se logra conectándose y siendo uno con el otro para que de esta forma surja un yo más amplio que incluya las expresiones del otro dentro de mí, formando un nosotros.

Esta necesidad afectiva también provoca que, muchas veces, a estas personas les cueste decir que no a su compañero o compañera. Decepcionar, herir o causar dolor al otro es algo muy difícil de manejar para un neptuniano. La culpa suele estar muy activa dentro de ellos, prohibiendo a menudo la propia individualidad y la satisfacción de los deseos personales, especialmente cuando estos pasan a llevar a los que quieren. El problema es que los neptunianos terminan llevando esto a un extremo, sacrificándose y prohibiéndose a sí mismos hacer lo que realmente quieren. Todo con tal de no afectar al otro.

Este es un comportamiento aprendido en la infancia. Como dijimos, los niños neptunianos suelen estar extremadamente conectados con las emociones de sus padres, lo que se suma a la necesidad de no experimentar sentimientos dolorosos. Decirles que no a sus padres para priorizar en sus propios deseos, corriendo el riesgo de molestarlos o causarles dolor, es algo que genera mucha culpa en estos niños. De ahí que sea usual que a medida que pasa el tiempo, estas personas eviten comportamientos que puedan ser disruptivos y que generen incomodidad en quienes los rodean. Se sienten así muchas veces responsables del dolor ajeno que perciben a su alrededor.

Un niño que no tiene activa la energía de Neptuno no percibe con la misma intensidad lo que los demás sienten, por lo mismo, no tiene idea o simplemente ignora que sus acciones puedan causar dolor en sus padres. El niño con Neptuno conectado con su mundo emocional-afectivo no puede hacer lo mismo, por ello la estrategia más habitual será bloquear sus deseos y sobreadaptarse a las reglas y anhelos que estos tengan puestos en ellos.

La consecuencia será una gran dificultad para poner límites a los que quieren y a sus futuras parejas, negando la expresión de sus propios sentimientos, deseos y necesidades físicas-emocionales, para convertirse en muchos casos en servidores abnegados, llenos de resentimiento (muchas veces inconsciente) y de decepción consigo mismos.

Salvador o ser salvado

Los neptunianos son expertos en buscar parejas a las que puedan salvar y por las que tengan que sacrificarse o, por el contrario, compañeros dispuestos a salvarlos o protegerlos (inconscientemente buscando un padre o una madre en el otro). En ambos casos no se hacen cargo de sí mismos y de sus propias necesidades infantiles no resueltas.

Siendo más específico, aquellos neptunianos que niegan sus propios anhelos de protección y contención, que no se conectan con su debilidad y sensación de abandono, tienden a proyectar este deseo en su pareja y atraen a su vida compañeros dañados y heridos a los que haya que cuidar. Suelen tener relaciones con personas más débiles o con problemas físicos o emocionales o, en algunos casos, con personas enfermas o con algún tipo de adicción. Cuando salvan a otro, compensan su propia necesidad de ser salvados y cuidados. Si a esto le sumamos la tendencia que tienen a ceder ante los otros y sobreadaptarse, tenemos el coctel perfecto para que surja el salvador abnegado. Durante mi práctica clínica he escuchado a muchos neptunianos quejarse de que sus parejas son niños de los cuales tienen que hacerse cargo, no se dan cuenta que ellos mismos tienen una parte que busca al pájaro herido que necesita de una pareja que haga de mamá o papá.

Hay una película que cuenta la historia biográfica del astrofísico Stephen Hawking y su relación con su primera esposa, Jane Wilde⁶⁶. En ella se puede ver cómo esa mujer sigue con él a pesar de la terrible enfermedad que padece, adaptándose a las necesidades de este por años, sacrificando su propia felicidad y entregándose por completo a él. Ella es un ejemplo de la salvadora abnegada. Cuando la vi, tuve la fuerte sensación de que la energía neptuniana estaba muy activada en ella. Decidí revisar su carta astral⁶⁷ y no me sorprendió que tuviera a Venus en Piscis, sumado a un Neptuno dominante⁶⁸. Ella calza completamente con el arquetipo de la persona neptuniana que se sacrifica para salvar y cuidar a su pareja.

En el otro lado de la moneda tenemos al neptuniano que busca una pareja que lo cuide y proteja. Necesita de una figura que le entregue la ansiada protección y contención que no tuvo cuando era pequeño

⁶⁶ La película se llama *La teoría del todo*.

⁶⁷ Jane Wilde nació en Inglaterra el 29 de marzo de 1944, no hay registro exacto de su hora de nacimiento.

⁶⁸ Tiene a Venus en Piscis, Neptuno oposición Sol. Neptuno cuadratura con Marte, el que está a su vez en una conjunción de orbe amplio con su Luna y Saturno.

y que haga de sustituto parental en su vida. Esta persona no se hace responsable de sí misma, ni de sus dolores e inseguridades, quiere que otro se haga cargo de las vicisitudes del mundo externo y que le permita permanecer en un estadio infantil en el que se siente cómodo. Por ello es frecuente que se empareje con hombres o mujeres mayores o de fuerte personalidad, de los que se hacen muy dependientes. Esto obviamente la terminará limitando porque es ella quien le concede el poder y el control de su vida a otra persona para que esta se haga cargo.

El negarse a vivir un amor y relaciones reales

Existe un tipo de neptuniano que, en su afán de vivir el amor romántico perfecto, prefiere no tener relaciones reales. No quiere un vínculo normal, que se concrete en la realidad y que lo obligue a vivir la experiencia del día a día.

Todos sabemos que la etapa del enamoramiento dura un tiempo, luego todas las relaciones de pareja entran en un estado donde se debe convivir con todas las responsabilidades propias de la vida cotidiana. La rutina, el cansancio, el trabajo, los problemas del día a día llegan y se llevan de un soplido la fantasía de la ilusión romántica. Esto nos pasa a todos y por eso se entiende que todas las relaciones de pareja tienen diferentes momentos, no obstante, para algunos neptunianos esto es inadmisibles. Estas personas buscan a toda costa vivir siempre una relación maravillosa, romántica y sublime, se niegan a que sus vínculos pasen por experiencias desagradables que rompan la magia del amor idealizado, y por eso tienden a evitar el compromiso como forma de no sufrir la decepción que trae aparejada la realidad.

Otras, a veces de manera inconsciente, buscan relaciones que no puedan concretizarse, por ejemplo, parejas virtuales o personas que viajan permanentemente, o que no viven en la misma ciudad y con las cuales es necesario comunicarse a través de Internet o las redes sociales. Otros neptunianos pueden enamorarse de personas que, por su condición personal, ya sea porque es alguien muy religioso o porque tiene otra orientación sexual, no está en posición de formalizar una relación. También puede pasar que se enganchen con personas que están casadas o con pareja, y se conviertan en amantes, permaneciendo en este rol, ya sea porque el primero no desea dejar a su pareja o porque el neptuniano prefiere un amor clandestino, pero romántico e idealizado.

En todos los casos, se busca mantener una relación en el plano de la fantasía, de lo platónico e imposible para no pasar por el filtro de la realidad con todas sus dificultades y conflictos. Aunque sea doloroso reconocerlo para el neptuniano, esto es parte de su visión del amor

romántico que incluye un matiz trágico. La imagen del amor sufrido es muy atractiva para las personas con Neptuno asociado a las relaciones de pareja y, de hecho, para muchos de ellos es preferible vivir esto que la decepción de un simple y rutinario amor humano.

El sentido profundo de tener a Neptuno asociado a las relaciones es vivir un amor mágico y espiritual acá en la Tierra, no en la imaginación. Y para ello es necesario aprender a crear una relación maravillosa con las limitaciones, defectos y virtudes que todos los humanos tenemos. Amar al otro tal como es y aunque este no dé a la relación todo lo que uno quisiera. De alguna forma Neptuno siempre pide algún tipo de sacrificio que diluya la importancia del yo. Con este planeta asociado al mundo de los vínculos, el sacrificio está en soltar la idealización del amor perfecto para empezar a vivir un amor humano, más honesto, real y vulnerable.

Las relaciones de pareja en la Tierra implican aprender a sobrellevar la rutina y las experiencias complejas que la vida produce. La clave del aprendizaje del neptuniano es cómo espiritualizar y volver mágica la experiencia de pareja del día a día, a pesar de todas las dificultades que puede haber. Para vivir ese amor maravilloso en la realidad, hay que hacerse cargo de las fantasías y sueños infantiles no resueltos, que no permiten disfrutar de lo que esta ofrece; y para lograr esto, hay que hacer un proceso de sanación, de autocuidado y de enfrentar los miedos profundos de abandono que se tienen.

SANANDO LOS TEMAS NEPTUNIANOS EN LAS RELACIONES

Las personas con Neptuno presente y activado en su carta natal vienen a este mundo con la tarea de incorporar esa energía mágica-espiritual a su vida diaria y a la realidad de este planeta. Vienen a aprender cómo vivir una realidad que sea trascendental y que les pueda proveer lo que internamente tanto añoran: creatividad, amor y entrega. Su misión es ayudar a que este mundo se vuelva un lugar más mágico, sensible y compasivo. Y para ello cuentan con dones especiales: su sensibilidad, intuición, amor, conexión interior, sumadas a su capacidad para sentirse conectados con el todo.

El problema principal es el rechazo del neptuniano a vivir en la realidad, que ellos perciben como limitante, dura, exigente y hasta violenta. Los mismos dones que le permiten crear un mundo mágico y especial son los que les impiden asentarse, empoderarse y aceptar la encarnación humana, con todo lo esta conlleva. Como ya vimos, muchos cerraron su capacidad de resonancia con el otro para no experimentar la experiencia humana con sus dolores y sufrimientos. No obstante, algunos son tan sensibles que aun así no pueden controlar las potentes emociones que los poseen. Viven con miedo y hasta pánico porque no saben qué hacer con esta parte tan sensible que a menudo los supera, y por ello se protegen y se esconden soñando con encontrar a alguien que los pueda proteger y cuidar, se sienten inferiores al resto y muchas veces víctimas de la vida, quieren escapar de estas emociones tan intensas y no hacen nada por aprender a manejarlas.

Otros, para sobrevivir a su profunda fragilidad, se desconectan y dejan de ser conscientes de ese lado más vulnerable y sensible. Se rigidizan y ponen una verdadera barrera en su corazón, convirtiéndose en personas más mentales y racionales. Esto es muy típico de quienes poseen características neptunianas y que además tienen mucho aire o tierra en su carta natal o a Saturno en una posición dominante. Las personas que tienen mundos emocionales lunares vinculados con el elemento fuego⁶⁹, también tenderán a bloquear su propia sensibilidad neptuniana y negarán lo que sienten para conectarse más bien con la rabia, la frustración y el individualismo.

En cualquiera de estos casos, ya sea la persona se desconecte para no sentir o se angustie por sentir demasiado, ocurre algo parecido: no es capaz de mirar hacia adentro.

⁶⁹ Luna en Aries, Leo o Sagitario. También se puede dar cuando hay aspectos disarmónicos entre Marte y la Luna.

Al cerrar la puerta hacia su interior, el neptuniano se aleja de su conexión espiritual más potente, esa que le permite unirse con el Todo desde lo más profundo de sí. Ello profundiza en su sensación de vacío, soledad y abandono. Termina por creer que lo mágico, espiritual y bello no está dentro de sí mismo sino fuera y siente que debe escapar y dejar de estar presente, se desconecta y se pierde en el trabajo o la rutina. O simplemente se disocia y escapa a mundos de imaginación y fantasía; o recurre a cualquier medio externo que lo saque de aquí. Hay neptunianos que se quieren pasar todo el día meditando o en estados alterados de conciencia. Cuando se llega a ese extremo es porque estas técnicas se utilizan más bien para escapar del cuerpo que para realmente vivir un proceso espiritual acá en el planeta.

Si nos vamos a un retiro en la montaña, alejados de todos los problemas de la civilización moderna, seguramente vamos a poder llegar a un estado de relativa paz. Pero no vivimos en monasterios en las montañas, estamos acá, en una realidad donde somos expuestos una y otra vez a las dificultades de la vida y a las relaciones humanas. Es aquí en la realidad donde se tiene que vivir esa magia y conexión neptuniana. Para hacerlo, quizás tenemos que atrevernos a mirar a esa parte vulnerable y a hacernos cargo de su dolor, tristeza, soledad, fragilidad y abandono, y no esperar que otro nos salve.

Las dinámicas y técnicas terapéuticas para conectarse y sanar al niño interno, vistas en en este libro son una ayuda importante en este proceso de ir vinculándonos con esa parte vulnerable. Entre más nos acercamos a esta, más incrementamos la sensación de unidad e integridad en nosotros mismos.

Es importante que el neptuniano pueda expresar sus anhelos infantiles no satisfechos, para reconocer y hacerse cargo de la tremenda necesidad de protección y cuidado que anhela. También debe aprender a expresar la rabia y la frustración que, como todo ser humano, experimenta al sentirse herido o traicionado, en especial, en la infancia cuando se era tan frágil.

Son muy recomendables las terapias que vayan a esta etapa de la vida, que permitan ver las heridas, expresarlas, reconocer las necesidades infantiles y que ayuden a liberar el dolor acumulado.

También me gustaría recomendar un ejercicio que ayuda especialmente a tomar conciencia de lo mucho que esperamos de nuestra pareja, en función de las necesidades de la infancia. Para hacerlo necesitan lápiz y papel:

Siéntense en un lugar tranquilo, donde puedan tener un espacio de tranquilidad. Cierren los ojos y respiren por unos instantes, buscando su conexión interna. Ahora, abran los ojos y anoten, con total honestidad, qué es lo que pretenden obtener y conseguir de

su compañero o compañera o de una eventual relación de pareja (en el caso de que estén solteros). Anoten por qué quieren estar con otro, qué es lo que más necesitan, cómo creen que su vida puede cambiar si tienen una relación que los haga sentir plenos, y qué tipo de persona les gustaría tener a su lado para llegar a ser felices.

Una vez que hayan hecho eso, vuelvan a cerrar los ojos y comiencen a respirar buscando la conexión interior. Ahora intenten vincularse con esa parte infantil que habita dentro. Si les cuesta hacerlo, usen su imaginación y visualicen al niño que fueron. A ese pequeño que muchas veces se sintió solo, herido, no escuchado y no protegido. Cuando se hayan podido conectar, abran los ojos y anoten en otro papel, cuáles son las necesidades emocionales que ese niño no sintió satisfechas, qué fue lo que más le dolió de sus padres, qué experimentó o qué le faltó. Anoten qué es lo que les gustaría tener para sentirse seguros y felices, qué tipo de padre o madre quisieran tener para sentirse amados y qué necesitan que estos les den.

Una vez que hayan terminado, cierren sus ojos y vuelvan a respirar, buscando la conexión interior. Ahora, miren los dos papeles y comparen las respuestas. ¿Cuánto de lo que desean obtener en una relación de pareja de adulto está reflejado en los anhelos de amor infantil?

Es fundamental ser capaz de entregarnos ese amor a nosotros mismos. Cuando podemos conectar con esta parte interna, aprendemos a querernos y a dejar de esperar que sea otro quien nos provea de aquello que consideramos valioso, para de este modo desarrollar dichas cualidades de manera individual.

De ser así, aprenderemos a desarrollar entonces mayor tolerancia hacia los defectos y las limitaciones de nuestra pareja, a la vez que disminuirá el deseo de encontrar a ese ser mágico y perfecto que nos lo entregue todo. Con esto también habrá menos tendencia a la decepción. Por otro lado, ver nuestras propias emociones y hacernos cargo de ellas, hará que podamos aceptarnos tal como somos y no como soñamos con ser, y eso nos permitirá desarrollar más tolerancia hacia nosotros mismos.

El efecto más importante es que al abrirnos a nuestra vulnerabilidad y dolor, podemos vincularnos con nuestro mundo interno y recuperar la conexión con el Todo que yace ahí. La experiencia de soledad irá disminuyendo y nos podremos dar cuenta de que en realidad nunca hemos estado realmente separados. Disminuirá a su vez la tendencia escapista y podremos vivir las experiencias espirituales como una forma de expresar externamente el amor interno y no para llenar un vacío.

Aprender a poner límites sanos

Para tener relaciones felices y equilibradas, hay que aprender tanto a escuchar al corazón, como a ser capaces de actuar según lo que este nos pide. Esto significa muchas veces decir que “no” a la pareja o a los más cercanos, sobre todo si nos estamos relacionando con personas manipuladoras o que se martirizan de modo lograr que otro actúe como ellos desean. Una cosa es ser sensible y compasivo, y otra muy diferente es permitir que se abuse del buen corazón.

Si se ha hecho un trabajo de conexión y sanación interna será mucho más fácil aprender a decir que “no”, porque es esta parte interna la que tiene miedo a ser rechazada. De esta forma, la persona podrá ser capaz de gestionar mejor las sensaciones de incomodidad (e incluso dolor) que provienen de los actos del otro.

La frase “me declaro inocente” se debiera convertir en un mantra para el neptuniano que tiene el hábito de hacerse responsable de temas que le corresponden a los demás.

Muchas veces la energía de la entrega abnegada, del autosacrificio y de la victimización posterior está muy presente en las familias y los árboles genealógicos de los neptunianos. Funciona como un mandato obligado, al que no se puede decir que no. Por eso mismo, sería muy bueno trabajar estos temas en constelaciones familiares.

Las esencias florales que recomiendo para poner límites, no hacerse cargo de las emociones de los demás y soltar la culpa son:

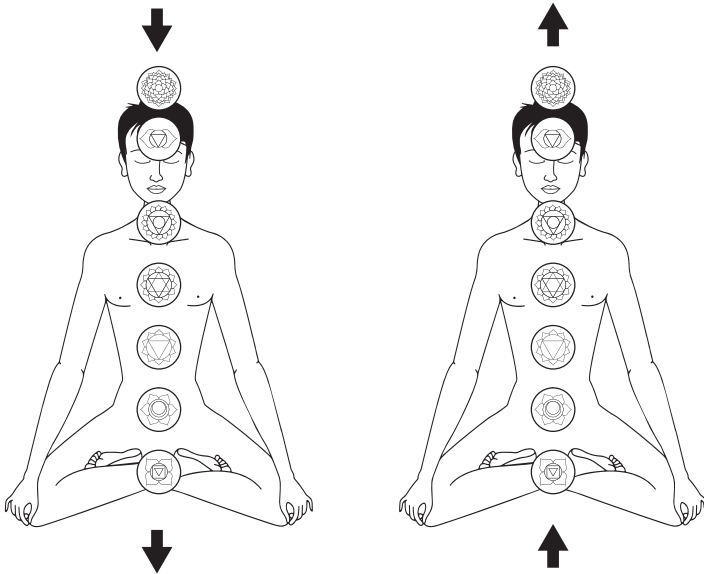
- *Centaury* del sistema Bach permite justamente decir que “no”. *Philoteca* del sistema Bush, nos ayuda a autovalorarnos y a darnos lo que sentimos que merecemos. *Red Grevillea* de Bush promueve la libertad y la independencia.
- *Pink Yarrow* de California ayuda a poner una barrera de protección para no sentir tanto y no hacerse cargo de emociones que son externas a la persona.
- *Pine* de Bach trabaja justamente la culpa.

El embudo energético del neptuniano

Todos los seres humanos estamos compuestos por un sistema de siete chakras principales, los cuales van desde la corona de nuestra cabeza hasta la planta de los pies. Estos chakras son como válvulas energéticas por donde la energía emocional, mental y espiritual circula por nuestro cuerpo. En total, estos forman una estructura que

es básicamente un canal energético vertical, que nos atraviesa de arriba hacia abajo.

La energía que proviene desde los mundos espirituales superiores entra en nosotros por el séptimo chakra que se encuentra en la coronilla del cráneo. Estas energías nos atraviesan y salen por nuestro primer chakra, luego de lo cual ingresan a la Tierra. De la misma forma, las experiencias y energías que se viven acá en la Tierra penetran por el primer chakra, para salir por el séptimo y conectarse con los planos superiores. Si alguno de los siete chakras se cierra, entonces el flujo queda obstaculizado.



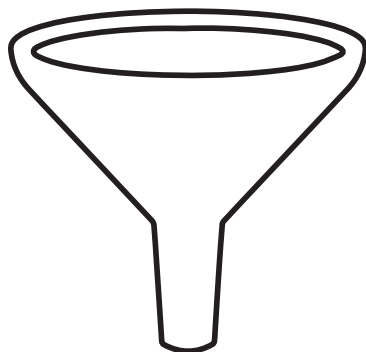
Una persona que está sana, feliz, conectada e integrada tiene su canal con todos sus chakras funcionando y con la energía fluyendo. Esto significa que está integrada con los planos superiores de conciencia y, al mismo tiempo, está enraizada y presente aquí en la realidad. Logra plasmar en este mundo sus anhelos emocionales y espirituales, al tiempo que vive una realidad más feliz acá en la Tierra.

Cuando analizamos sistema energético de la mayoría de los neptunianos⁷⁰, nos encontramos generalmente con un escenario muy

⁷⁰ Esto no solo ocurre a quienes tienen a Neptuno relacionado con Venus o la Luna, sino a quienes tienen en su carta astral a:

- Neptuno aspectado disarmónicamente al resto de sus planetas personales.
- Sol, Marte, Mercurio y/o Saturno en Piscis.

distintivo. La energía no está fluyendo libremente por el canal, este se ha bloqueado y esta ya no circula libremente de arriba hacia abajo. Debido a su gran conexión y sensibilidad con el mundo espiritual, tienen muy abiertos los chakras superiores; pero también por su rechazo, miedo, pánico e inseguridad frente a la realidad tienden a tener bastante bloqueados sus chakras inferiores. Esto significa que la cañería por arriba está muy abierta y por abajo está más bien cerrada. Lo que produce un efecto de embudo energético.



La consecuencia de tener este embudo es principalmente la disociación. La persona está dividida. Por un lado, se conecta y percibe algo mucho mayor que la realidad, un espacio más bello, mágico y espiritual. En su imaginación siente que puede dar rienda suelta a sus ensoñaciones, fantasías y escapismos. Por el otro, siente que vive en un mundo duro, poco mágico y poco espiritual. Cuando está activo el embudo, la energía espiritual no puede bajar a la Tierra. La persona pierde la capacidad de crear una vida con mayor sentido que la satisfaga en niveles más profundos.

Son el miedo y la inseguridad los que tienden a cerrar los chakras inferiores. La sensación de no sentirse protegido, de no tener raíces, de no pertenecer y de no estar en un lugar seguro. Así como el sentirse invadidos por las emociones de los demás o del entorno. Los neptunianos caen muy fácilmente en esto, pues la realidad es algo que en el fondo detestan.

Algunos no se atreven actuar y lograr cosas aquí; otros sí lo hacen, pero basados en el miedo y la autoexigencia. Esto no les permite que

-
- Ascendente en Piscis.
 - Una cuadratura, oposición o quincuncio entre Saturno y Neptuno.
 - Una Casa XII activa, con presencia de planetas importantes.
 - Si Neptuno está en las casas I, IV, VII, X o XII.

conecten con quienes realmente son e impide que puedan disfrutar y gozar de lo que hacen, lo que de igual forma cierra los primeros chakras. El resultado básicamente es una doble vida: por dentro se aspira y sueña con tener una existencia mágica e ideal; por fuera se experimenta una vida que muchas veces no satisface. Cuando el neptuniano se niega a enfrentar los miedos que bloquean sus chakras inferiores, rechaza la oportunidad de empezar a cambiar la realidad, pues solo quiere que esta se vuelva mágica y maravillosa, sin tener que hacer ningún esfuerzo. Es decir, sin tener que confrontar sus propios temores e inseguridades.

La energía espiritual que está estancada y acumulándose en los chakras superiores, comienza a desbordarse hacia abajo, al igual que el agua cuando sale por la parte de arriba de un embudo si tapamos la parte inferior.

Esa energía espiritual, que se desborda hacia abajo, se filtra a la realidad del neptuniano, pero no de forma sana e integrada, sino como una ilusión fantástica. Es una suerte de neblina que cubre los ojos y que los hace ver cosas que no son, provocando que esta persona proyecte sus anhelos mágicos. Como, por ejemplo, que crea haber encontrado una pareja perfecta, cuando realmente no está viendo al que tiene al frente, sino que proyecta sus ilusiones y anhelos de amor en el otro. El problema es que cuando la realidad realmente se haga presente, se va a llevar la neblina y, en este instante, frente a sus ojos, va a aparecer lo que siempre estuvo ahí, pero que el neptuniano no fue capaz de ver. En ese momento se dará cuenta de que la persona que idealizó no se parece al ser real que tiene al lado.

El embudo hace caer a estas personas en el juego de la ilusión y la desilusión constantemente. Entre más se desilusionan, más se decepcionan de la realidad. Por lo tanto, más anhelo mágico va a haber y más disociadas y divididas se van a ir volviendo, lo que generará más ganas de que todo sea lindo y mágico, pero sin esfuerzo y sin hacerse cargo.

¿Cómo se destapa el embudo?

1. Hay que tener claro que para hacerlo hay que trabajar con el niño interno y con las raíces afectivas, para dejar de esperar que venga otro a hacerse cargo de nuestra parte emocional por nosotros. Esto va a ayudar a abrir el primer chakra, pues se va a ir desarrollando una mayor contención, calma y seguridad interna. Todo lo recomendado anteriormente para sanar y ayudar al niño interno sirve. Entre más podamos conectarnos y contenernos, más seguros y tranquilos nos vamos a sentir en la realidad.

A continuación, detallo distintas esencias florales que pueden ayudar en este proceso.

- *Shooting Star* del sistema California y *Tall Yellow Top* del sistema Bush. Ambas ayudan al primer chakra a abrirse y a enraizarse.
- *Mariposa Lily* y *Cotton* del sistema floral California, junto con *Clematis* del sistema Bach producen una sensación de seguridad emocional interna y de nutrición, lo cual nos permite sentirnos más seguros acá en la Tierra, bajando a la realidad.

2. Hacer un proceso de conexión a Tierra.

Existen diversas técnicas y formas que pueden ayudar a estar más presentes en la realidad. Es positivo practicar algún tipo de actividad física, pues esto genera conexión con el cuerpo y enraizamiento. La danza también es muy buena, especialmente la danza afro, el flamenco o los bailes árabes, todas ellas muy enfocadas en activar y mover la energía de los primeros chakras.

También es muy recomendable tomar conciencia del cuerpo en el día a día. Es decir, parar cada cierto tiempo y sentir la parte inferior, conectar con las piernas y las plantas de los pies, con su temperatura y con las sensaciones que experimentan. Entre más veces se haga esto durante el día, mayor conciencia corporal se va a ir desarrollando.

En internet también existen diversas meditaciones guiadas de enraizamiento. Sería bueno darse tiempo para poder escucharlas. La repetición y los hábitos constantes son los que van cambiando y solucionando los problemas que se derivan del bloqueo del primer chakra.

Las esencias florales que aportan en esto son:

- *Red Lily* y *Sundew* del sistema Bush son flores que ayudan a tener una mayor conexión a tierra. A estar más presentes en la realidad y a ver lo que realmente hay.

3. Enfrentar los miedos e inseguridades con respecto a la realidad.

Si los miedos son muy grandes, sería muy recomendable seguir algún tipo de terapia que ayude a entender desde dónde surgen, de manera de poder resolverlos. Como se vio en el capítulo de Saturno, la conexión con el niño interno ayuda mucho para poder

manejar, sostener y gestionar las inseguridades y sobreexigencias que nos ponemos.

Las esencias florales recomendadas para esto son:

- *Rock Rose* de sistema Bach es una flor muy adecuada para las tendencias escapistas, originadas en el pánico que genera enfrentar los desafíos propios de este plano de realidad. También ayuda a protegerse de la sensación de sentirse invadido por las emociones de otros.
- Si las dificultades para salir al mundo tienen que ver más bien con miedos, con la sensación de no ser capaz y con sentirse inseguros, las flores que ayudan son: *Dog Rose* de Bush, *Buttercup* de California y *Mimulus* de Bach.
- Si la dificultad para sostener la salida al mundo tiene que ver con el miedo al fracaso y con un descontento cuando las cosas no salen como se desean, lo que hace caer en pesimismo, entonces la esencia recomendada es *Gentian* de Bach.

4. Incorporar la energía neptuniana de forma consciente en la realidad.

Para romper con esta tendencia a disociarse y a vivir lo neptuniano solo como un anhelo escapista, es muy recomendable que la persona integre lo neptuniano a su vida, haciéndolo parte de su día a día. Ello significa anclar de alguna forma la conexión espiritual en su realidad. Esto hará que la sensación de melancolía y separación vaya disminuyendo y permitirá que se sienta más contenta y satisfecha consigo misma. A continuación, va una lista de posibles actividades neptunianas:

- Practicar algún tipo de expresión artística creativa, como música, poesía, fotografía, danza o la pintura, la escultura, etc. Realizar este tipo de actividades, permite que la persona se conecte con su lado neptuniano sensible, fluido y espontáneo.
- Darse tiempo para la conexión interior y espiritual. Algunas veces simplemente deteniéndose durante el día para poder respirar y conectarse con lo que está sintiendo. Otras veces, incorporando el hábito de la meditación o las prácticas devocionales como rezar en la rutina diaria. También el yoga y/o el tai chi son muy recomendables para los neptunianos, pues unen la respiración y la meditación, con el cuerpo físico en movimiento.

- Sería ideal que también tuvieran tiempo para salir a la naturaleza para contemplarla y establecer con ella conexión espiritual, dándose espacios de retiro en su vida, que estén intercalados con su vida normal y mundana.
- Es importante que el neptuniano reconozca que tiene ciertas habilidades especiales, como su tremenda capacidad de resonancia e intuición. Estos dones tienen que ser expresados en la realidad, por más que a muchos les de miedo su habilidad para sentir cosas o que su lado racional se niegue a aceptarlo. Existen diversas formas en las cuales esta energía se puede canalizar, ya sea estudiando algún lenguaje sagrado, como la astrología o el tarot; o bien aprendiendo algún tipo de terapia o disciplina energética como el reiki, las constelaciones familiares, entre muchas otras que hoy en día existen.
- Dedicar tiempo a ayudar a otros. La tremenda sensibilidad y compasión que tienen los neptunianos, cobra mayor fuerza y sentido en la realidad cuando pueden servir a los demás. Algunos podrán hacer simplemente servicio voluntario, otros podrán convertirlo en su trabajo. No importa, lo fundamental es poder conectarse con la energía compasiva de forma práctica aquí en la Tierra.

Cuando el neptuniano incorpora la magia, la contemplación, la experiencia creativa y el servicio a su vida, su realidad empieza a transformarse. No obstante, es muy importante tener claro que existe una delgada línea entre escaparse de la realidad mediante alguna de estas actividades y vivir una existencia que incluya las experiencias espirituales. Hay que ser consciente y no autoengañarse como una estrategia para no enfrentar los miedos e inseguridades trae aparejada la vida.

El hábito de la descarga y limpieza energética

Tengamos claro que el neptuniano es como una esponja que se carga de las emociones de los demás y de los ambientes. Por lo tanto, es fundamental que generen el hábito de la limpieza energética.

Baños de descarga o practicar alguna técnica que ayude a la limpieza energética y protección personal es muy recomendado.

También sería muy bueno que tengan las siguientes esencias florales, las cuales pueden ellos mismos tomar o esparcir en los ambientes usando un vaporizador.

- *Walnut* del sistema Bach es una flor que permite protegerse de la energía de los ambientes.
- *Fringed Violet* del sistema Bush es una esencia que ayuda tanto a cerrar aperturas en el campo áurico, como para limpiarlo.
- *Angelsword* del sistema Bush también sirve para producir una fuerte limpieza.
- *Fórmula de Protección* del sistema Saint Germain es un potente limpiador energético.

Es clave que el neptuniano aprenda a mirar y a conectarse con las emociones que siente, de manera que pueda darse cuenta cuando está cargado con emociones externas. Entre más logre ver esto y sentirlo, más fácil será soltar lo que no es propio.

La esencia de Neptuno en el amor

Con Neptuno en las relaciones de pareja venimos a aprender realmente a amarnos a nosotros mismos y a los demás, con un amor desinteresado y honesto, que ve lo bello y mágico que existe en todos nosotros.

Mucha de la gente que tienen estas configuraciones en esta encarnación deben sacrificar sus propias expectativas de un amor perfecto, para practicar un amor más humano, que quiere a pesar de nuestras imperfecciones. Esto no implica que haya que caer en aceptar todo del otro (lo cual sería un exceso), pero sí en entender que es justamente lo imperfecto dentro de nosotros lo que nos hace más bellos.

Estas personas tienen una enorme fuente de amor dentro de sí. Esta surgirá con mayor fuerza si miran y atraviesan su umbral de dolor, pues en su corazón está la puerta que los une con lo divino y sagrado, con una fuente de compasión infinita. Nunca se desconectaron de la fuente de amor y de divinidad. Esta *agua amorosa* podrá saciar su sensación de abandono y soledad, permitiéndoles regar este mundo, para hacerlo más mágico y amoroso.

Esa ha sido la intención de Neptuno desde un comienzo, pero cuando pequeños no fuimos capaces de llevar a la práctica sus enseñanzas. Ahora que somos adultos, tenemos la posibilidad de lograrlo. Podremos cambiar nuestras relaciones de pareja sabiendo que, aunque estas presenten dificultades y no sean perfectas, pueden ser maravillosas y mágicas. El neptuniano puede ir poco a

poco conectando con este espacio transcendental y entendiendo que experimentar una vida feliz depende ante todo de sí mismo, porque dentro de sí están las puertas que lo conectan con el Todo.

EPÍLOGO



Sol, Marte y Júpiter
en las relaciones

*Un hombre con valor exterior
se atreve a morir;
un hombre con coraje interior
se atreve a vivir.
Lao Tse*

En el viaje que hemos realizado por el mundo de las relaciones de pareja y la astrología nos hemos concentrado principalmente en la importancia que tienen Venus y la Luna. Dos planetas de naturaleza yin que representan la energía femenina en la carta natal. Necesitamos conocerlos para entender cómo construimos una relación, pues son los personajes que más quieren vincularse y compartir con un otro. Una lectura de la carta natal que se enfoque en el tema de las relaciones se va a centrar en estos arquetipos, así como en las casas asociadas a estos planetas⁷¹, pues constituyen los espacios de nuestra vida que compartimos en pareja o en los cuales vivimos la intimidad de nuestro hogar.

Sin embargo, centrarnos solamente en ellos hace que quede un espacio vacío, pues dejamos de lado los planetas de naturaleza yang, es decir, aquellos que representan la energía masculina. Estos se enfocan en nuestra propia individualidad, en lo que significa movernos de forma independiente y obtener lo que nos interesa. Si queremos tener relaciones sanas no podemos olvidarnos de estos personajes, porque si no los consideramos se expresarán de forma inconsciente y producirán conflicto en nuestros vínculos, actitudes egoístas o incluso sabotearán nuestras relaciones.

Para poder tener vínculos de pareja sanos es muy importante ser felices con nosotros mismos y movernos de manera independiente en el mundo. Los planetas masculinos son los personajes que representan esto último. Nos piden que nos atrevamos a conectarnos con nuestro corazón, a mostrarnos tal cual somos, que seamos capaces de salir a cumplir nuestros sueños y deseos, así como que expandamos y dirijamos nuestra vida en la dirección que nos haga más sentido.

El que no se conecta con su corazón, no se atreve a ser quien es, no es feliz como individuo y, seguramente, tendrá problemas a la hora de tener relaciones de pareja, pues esperará, de manera inconsciente, que muchos de sus problemas, carencias o infelicidad puedan ser superados o se acaben cuando comparta su vida con un otro. Esto va

⁷¹ Las casas IV y VII son las que representan escenarios relativos a la Luna y Venus.

a generar relaciones dependientes, donde la persona necesitará del otro para ser feliz, para sentirse realizada, amada y con un sentido, donde termina por estar más preocupada de obtener lo que quiere que realmente compartir con un otro.

Esta es la tónica normal en las relaciones hoy en día. La mayoría de los seres humanos estamos la mayor parte del tiempo preocupados de protegernos de aquello que nos da miedo; así como de tener el mayor control posible de nuestra vida, de manera de sentir que alcanzamos la tan ansiada estabilidad y seguridad. Por ello no queda tiempo ni energía para atrevernos a construir nuestra propia individualidad y para tomarnos la vida como una aventura de la cual somos protagonistas.

Tenemos el derecho y el permiso de vivir y gozar, no solo de sobrevivir. Lamentablemente gran parte de la gente no lo ve de esta forma, o no cree en ello o incluso se aterra de solo pensarlo. Esto nos pasa porque le tenemos miedo al cambio, al fracaso, a la soledad y a correr riesgos, buscamos anestésicos que llenen nuestros vacíos o creemos que comprando o trabajando como locos vamos a calmar nuestros miedos y ansiedades, mientras en el día a día fantaseamos con vivir la vida que soñamos, con irnos de aventura, dedicarnos a un trabajo que nos guste, encontrar la pareja con la que realmente quisiéramos estar y que los demás vean que realmente hay algo especial dentro nuestro.

Si yo no tengo claro lo especial y único que hay en mí, si no me doy permiso para manifestarlo y llevar una vida acorde a ello, querré con todas mis ansias que los demás me reconozcan. Muchos seres humanos se comportan hoy día de manera narcisista, quieren que el reconocimiento y la admiración, además del amor, venga de parte de otro. El efecto es que no podemos ver realmente a quien tenemos al frente, pues la imagen del otro está demasiado teñida por nuestros propios deseos y carencias. No sabemos tener relaciones porque no sabemos compartir y porque, en el fondo, esperamos que sea este quien nos dé lo que deseamos y se amolde a nuestra forma; si no lo hace lo desechamos y buscamos un nuevo compañero que calce.

EL DESAFÍO DE ACTIVAR LOS PLANETAS YANG

En general, los planetas masculinos son mal vistos por nuestra sociedad moderna, ya que la acción, el empoderamiento, el poner límites sanos, la fe o la individualidad se confunden con agresividad, egoísmo y egocentrismo. Existe un doble estándar: se juzga negativamente hacer cosas en beneficio propio o pensar en nosotros mismos antes que en los demás, pero por *debajo* la gran mayoría de la gente lo hace y es capaz de manipular personas y situaciones para su conveniencia. Cuando les prohibimos a los personajes masculinos actuar, estos dominarán nuestra conducta desde el inconsciente, por ejemplo, no nos atreveremos a actuar frontalmente por lo que queremos, pero aun así nuestras acciones serán egoístas; o bien proyectaremos afuera su energía y la viviremos de manera conflictiva a través de personas y experiencias.

Hay otra parte de la sociedad que alaba la individualidad, pero su visión es bastante más estrecha porque se centra en ganar dinero y conquistar metas que lleven al éxito. En este caso la energía de los planetas masculinos no se utiliza para lo que la persona realmente quiere, sino para que el individuo luche por alcanzar lo que la sociedad moderna llama éxito personal. Confundimos su acción con conseguir una imagen impuesta por los estereotipos sociales.

La esencia de los planetas masculinos va mucho más allá de ambas visiones. Una de las claves para salir de estos esquemas está en aprender a vivirlos con conciencia, pues son ellos los que nos invitan a ser protagonistas de nuestro camino. No para alcanzar el éxito o tener más cosas, sí por el deseo de vivir y de conseguir las metas y sueños que realmente expresen nuestra esencia fundamental.

Es interesante darnos cuenta de que entre más nos permitimos reconocer el derecho a vivir nuestra propia vida, mientras más somos capaces de mirarnos honestamente a nosotros mismos, y nos permitimos querernos, aplaudirnos, valorarnos y ver lo maravilloso que hay en nosotros (así como nuestros miedos, inseguridades, heridas, inmadureces y necesidad de protección); más somos capaces de ver al otro. Podemos empatizar con quien tenemos al frente, dándonos cuenta de que nuestro compañero o compañera no está solo para satisfacer nuestras necesidades y sueños, sino que también es un ser por derecho propio, libre y con anhelos, con una forma de pensar y de creer que es única.

Mientras más permiso nos damos para expresar nuestra individualidad con conciencia, más transpersonales y colectivos nos volvemos y más generosos somos con el otro, porque vemos a otro ser en la persona que tenemos al frente y podemos empatizar realmente. "Te puedo

amar a ti, porque me amo a mí. Quiero tu felicidad, porque también quiero y me preocupo de obtener la mía”.

La carta natal es un mapa que representa la arquitectura de cómo funciona el mundo y cómo nos construimos a nosotros mismos e integra los conflictos y desafíos que todos los seres humanos compartimos. Esta guía astrológica nos señala que todos experimentamos un conflicto fundamental: nos es muy difícil saber y atrevernos a ser quienes somos, nos es difícil ser valientes para actuar por lo que queremos⁷². No estoy hablando de las responsabilidades laborales, ni de lo que nuestra familia espera de nosotros, sino más bien de actuar guiados por lo que nuestro corazón quiere, independiente de todo lo demás. Cuántas veces decimos que deseamos hacer un cambio en nuestra vida para volcarnos hacia lo que realmente nos gusta, pero nuestras responsabilidades nos lo impiden; o quizás nos da terror renunciar a un trabajo, soltar lo que hemos construido o fracasar en el intento y sentirnos luego juzgados por los demás. Cuántas personas se reprimen porque lo que quieren hacer va en contra de lo que su familia considera bueno o aceptable, o porque tienen miedo de perder el amor y quedarse solos.

¿Por qué es tan difícil esto? Primero porque atrevernos a ser quienes somos y escuchar nuestra esencia implica entrar en conflicto con lo que nos da seguridad emocional. El miedo a dejar el hogar, perder las raíces y contradecir el mandato familiar actúa fuertemente desde nuestro inconsciente.

La raíz de esto la podemos encontrar en la infancia. Los niños obviamente no pueden llegar y hacer lo que quieran de forma independiente, algo les da terror y los frena en su propio actuar, ya que hacerlo significaría dejar la seguridad de la familia y el hogar. Si esto no funcionara así, los más pequeños simplemente se irían de su casa a vivir su propia vida, especialmente, cuando lo que quieren discrepa de lo que sus padres les permiten o autorizan. Los adultos sin darnos cuenta seguimos funcionando de forma parecida a los niños, condicionados por nuestra necesidad de seguridad emocional y de pertenencia.

Por otro lado, la mayoría de nosotros busca de alguna u otra forma ser aceptado a nivel social, cumpliendo con las expectativas de lo que el sistema considera valioso o destacable. La imagen que mostramos

⁷² Este conflicto se da por la tensión natural (las cuadraturas) que hay entre la Casa I (quién soy, cómo me muestro, hacia dónde me dirijo) con la Casa IV (mi familia, mis costumbres, la búsqueda de seguridad emocional) y la Casa X (que representa las responsabilidades, deberes, evaluación social y la necesidad de éxito).

al mundo termina en muchos casos siendo más importante que la persona que realmente somos.

Estos dos factores nos impiden actuar libremente y seguir los movimientos de nuestra esencia, lo que genera vacío interno, frustración ante la vida y una gran melancolía. Cuando nos sentimos así aparece la idea (influenciada por la cultura) de que "mi vida va a cambiar si llega una pareja, voy a ser feliz y se van a acabar mis problemas"⁷³. No resolvemos nuestra propia existencia e ingenuamente creemos que estando en pareja vamos a ser felices, cuando la verdad es que la mayoría de las veces las cosas se complican más. Esto lo podemos evidenciar en lo complejas que son las relaciones de pareja y en la alta tasa de separación que existe hoy en día. ¿Cuánta gente casada está realmente feliz con su relación y habla bien del matrimonio?

Si no estamos contentos individualmente y no nos atrevemos a dirigir nuestra vida en la dirección que queremos, estar emparejados nos va complicar las cosas en la mayoría de los casos, pues ahora ya no se tratará de responder a nuestras demandas laborales o revisar nuestros patrones familiares, sino que también deberemos conciliar con otro y llegar a acuerdos.

Que quede claro que no estoy diciendo que estar en pareja solo traiga dificultades, más bien que si no me empiezo a hacer cargo de ser feliz y sentirme pleno en el mundo de forma individual, estar con otro no va a resolver mis problemas, por el contrario, los puede incrementar.

Estar con otro para resolver los conflictos internos y ser felices puede generar dos tipos de comportamientos en las personas: algunas se olvidan de su propia vida, de lo que desean y de quienes son, se sobreadaptan a su pareja y viven en función del otro⁷⁴, es decir, ponen todos los huevos en la bandeja de la relación, buscando la felicidad total individual en el vínculo, en tanto, le dan al otro la responsabilidad de hacerlas felices. A la larga esto suele provocar en ellas frustración y rabia interna, sobre todo si la pareja las llega a decepcionar, pues "no he desarrollado mi propio camino, no he hecho lo que quiero por ti, he centrado mi vida en esta relación y es así como me pagas".

⁷³ Creemos que al activar la Casa VII (el estar en pareja con otro) vamos a resolver el conflicto (la T-cuadrada) entre la Casa I, IV y X, pero en lugar de eso aparece una cruz (la gran cruz cósmica), donde hay cuatro áreas en tensión en lugar de tres.

⁷⁴ Viven en exceso desde la Casa VII (el espacio con otro) y niegan su Casa I (el espacio individual desde el cual dirijo mi vida hacia dónde y cómo quiero).

La otra opción es que tengan pareja, pero sigan centradas en ellas mismas⁷⁵. Quieren estar con otros porque no están cómodas solas y necesitan llenar un vacío, pero no se interesan en compartir o adaptarse, esperan que su pareja sí lo haga y se comportan de manera egoísta e individualista en el vínculo. Suelen no valorar a su compañero, lo culpan de los problemas que surjan en la relación y le exigen siempre más. Frente a ello, su pareja puede aburrirse e irse; o bien pueden ser ellas mismas quienes abandonen y partan en busca de otra pareja que la satisfaga mejor o con quien crean que van a ser más felices.

Ambos comportamientos se originan en un narcisismo que proviene de no vernos a nosotros mismos y no reconocer nuestras propias necesidades. La persona que da en exceso lo hace porque inconscientemente cree que centrándose en su pareja va a ser feliz y obtener lo que quiere, pues sufre ante la idea de estar sola y velar por sí misma. La más individualista tampoco se ve a sí misma, no mira sus reales necesidades, no ve sus heridas, ni sus motivaciones, ni su verdadera esencia, y compensa centrándose en ella (su ego), buscando que los demás giren en torno de sí, para obtener seguridad, control e importancia.

¿Cómo podemos compartir con otro si queremos todo para nosotros?
¿Realmente hacemos lo que queremos con nuestras vidas, si no miramos en nuestro interior y no nos conectamos con nosotros mismos porque nos negamos a sentir nuestro dolor?

En ambos casos las personas no tienen sanos a sus personajes yang: las primeras los tienen negados, las segundas sobrecompensados.

⁷⁵ Viven las relaciones centradas en la Casa I.

ACTIVANDO AL SOL, MARTE Y JÚPITER

Es fundamental aprender a escuchar y conocer a nuestros planetas masculinos, dándoles una expresión más honesta. Veamos cuál es la intención y lo que quiere de cada uno de ellos.

Júpiter

Este planeta nos pide que encontremos un sentido para nuestra vida, que nos preguntemos para qué estamos vivos y cuál es nuestro propósito; que nos atrevamos a expandir nuestros horizontes y salir de lo que nos es conocido; que vivamos aventuras, viajemos y exploremos. También que estudiemos y aprendamos visiones filosóficas, religiosas o metafísicas que nos ayuden a profundizar en la búsqueda de una verdad que nos haga sentido. No para tomarla de forma literal, sino para construir una verdad personal que nos identifique. Júpiter nos pide que confiemos en la vida y que tengamos fe, no solo en los buenos momentos, sino también durante las crisis y las situaciones difíciles.

Si negamos a este planeta entonces nuestra vida pierde sentido. No hay una motivación que nos inspire a movernos, nos volvemos apáticos y la existencia se torna plana y monótona, poco libre.

Si lo sobrecompensamos, exagerándolo, nos podemos volver fanáticos de nuestras visiones. Estaremos atrapados en una verdad y asumiremos una posición intolerante hacia las creencias de los otros. Dejaremos de buscar y pensaremos simplemente que nuestra fe es la única válida y nos centraremos en ella para confirmar nuestra identidad y obtener seguridad. O pensaremos que la expansión jupiteriana es solo para vivir experiencias agradables, fáciles y divertidas y escaparemos a ellas cuando la vida se nos ponga complicada. Nos negaremos a aceptar que estamos en una realidad regida por Saturno, es decir, una realidad que nos va a pedir que superemos nuestros miedos, inseguridades y que seamos capaces de vencer las pruebas que nos llegan, pues ellas nos harán crecer, madurar y desarrollar talentos propios.

Marte

Marte es un planeta extremadamente masculino, que nos pide movernos y actuar por aquello que deseamos. Nos dice que nos atrevamos a ser independientes y a comportarnos con valentía a la hora de enfrentar desafíos, y que no tengamos miedo de nuestros deseos y potencia sexual.

Este planeta es nuestro guerrero personal, el que nos lleva a la acción y compite por ganar. A la vez hace de nuestro guardaespaldas, nuestro protector, mediante su acción somos capaces de poner límites a los demás. Marte es el encargado de que podamos decir que “no”, especialmente, cuando estamos sintiendo que nos pasan a llevar o que las acciones de otros nos afectan o nos lastiman.

Marte es un planeta conectado con nuestra frustración y rabia. En nuestra sociedad está mal visto enojarse, expresar lo que nos molesta. Por eso aprender a conocer a Marte implica no escapar ni tenerle miedo a la rabia interna, a fin de poder canalizarla y liberarla de forma consciente.

Cuando negamos y reprimimos a Marte, la rabia se genera y se acumula dentro nuestro, ya sea porque no nos atrevemos a actuar por lo que queremos, o porque no expresamos aquello que nos molesta, o bien cuando nos sentimos pasados a llevar y no decimos nada. Hay gente que sí muestra lo que le molesta, pero nunca actúa por lo que realmente quiere, pues sus miedos se lo impiden. Esas personas acumulan una gran cantidad de rabia, que suele ser *vomitada* con el primer ser humano que se les cruza en el camino y que hace algo que les molesta.

Hay un texto de Jeff Foster que me encanta y que nos muestra muy bien la esencia más sana del planeta Marte en las relaciones.

Quiero tu ira, quiero tu fuego

No seas espiritual conmigo, amor mío.
¡Sé honesto, mejor!

Enójate conmigo. Dime cómo te sientes en realidad.

Dime lo molesto que estás.

Grita. O llora. Muéstrame tu vulnerabilidad.

Expresa lo que hay en tu corazón.

Blasfema. Arma todo un lío.

No me importa. Podemos limpiar más tarde.

Solo quiero conocerte. Ahora.

No esperes hasta dar con las palabras perfectas.

No esperes hasta que tu precioso fuego se haya apagado.

O hasta que tus lágrimas se hayan secado.

No hay vergüenza en ser un desastre.

La ira no es ‘poco espiritual’.

Es belleza. Es poder.

Quiero ser contigo más allá de la máscara.
Más allá del niño lindo, de la niña buena.
Del estudiante espiritual bien entrenado.
Del experto. Del calmado.
De aquel a quien nunca se le permitió levantar la voz.

¡Quiero sentir tus malditas llamas!
¡Quiero sentir tu verdad!
¡Tu pasión! ¡Lo que necesitas ¡Lo que deseas!
¡Tus anhelos no correspondidos! ¡Tus esperanzas frustradas!

Que no te preocupe lastimarme.
Solo deja que la vida hable a través de ti. Ahora.
Yo me haré responsable de mi propio dolor.

Por favor. Prefiero recibir tu ira con toda su pureza ahora
que años de historias, culpa, resentimiento,
y agresividad pasiva.
Suelta toda esa mierda espiritual.
Solo dime cómo eché todo a perder.

Saca todo a la luz.
No te insultaré.

Y podemos continuar desde allí.

Este texto no llama a la violencia, llama a la honestidad. A que podamos aceptar que todos tenemos dentro de nosotros algo que nos duele y nos afecta, y que por miedo a mostrar nuestra vulnerabilidad y ser rechazados, reprimimos nuestras emociones destructivas. No hacerlo es una bomba de tiempo que puede explotarle en la cara a otro o incluso a nosotros mismos, enfermándonos o apagando poco a poco nuestra potencia interna; si nos damos permiso a escuchar a nuestra parte enojada y la aceptamos, seremos capaces de oír lo que le molesta al otro sin tomárnoslo como algo personal.

Marte nos dice que no le tengamos miedo a nuestra rabia. Nos pide que seamos capaces de canalizarla y liberarla, moviéndonos y actuando en el mundo, para llevar nuestra vida en la dirección que queramos.

Este planeta sobrecompensado va hacia el extremo y genera personas muy impulsivas, que se mueven de forma muy individualista e incluso agresiva. Gente que con tal de obtener lo que quiere, no le importa pasar a llevar al resto. Son personas que le tienen terror a la frustración o a que los otros duden de su potencia. Generalmente sienten mucho miedo de que los demás crean que son cobardes, pero en el fondo de sí saben que tienen muchas inseguridades y que no se atreven a

actuar y mover su vida en la dirección que realmente quieren, pues el miedo las inhabilita.

El Sol

El Sol es un planeta fundamental, es el gran luminar de la carta natal. Es un personaje extremadamente espontáneo, que pide una profunda libertad a la hora de expresarse tal como es. Está conectado con el cuarto chakra, con el corazón y con nuestra esencia interior.

El Sol es la llama energética que alimenta a nuestro cuerpo físico, es el fuego del alma que nos mantiene vivos. Es la vida que se manifiesta a través de nosotros, dándonos un yo que siente, vive, respira. Nuestro Sol es el personaje principal, el héroe de nuestra historia, el protagonista que somos. Es el llamado a atrevernos a vivir nuestra propia individualidad, vida y camino.

Es fundamental reconocer que nuestro Sol no es un objetivo o una forma de ser que debemos alcanzar. El Sol es un estado interno, una presencia consciente, espontánea y creativa, conectada con el aquí y ahora, que surge cuando nos atrevemos a ser quienes somos.

Es importante entender que este llamado habita dentro de todos, no es exclusivo de algunos. Todos tenemos un propósito especial, algo que mostrar y entregar a la vida. La diferencia está en que son pocos los que tienen el valor de seguir la voz de su héroe interno.

Ese yo, esa esencia que habita dentro, quiere expresarse, ser vista, ser reconocida. No para compensar el ego, implica más bien una manifestación creativa que surge desde nuestro interior. Algo puro y natural. Activar nuestro Sol y ser quienes somos no requiere esfuerzo. Por el contrario, la energía la gastamos frenando a nuestra esencia. Pasa simplemente por permitir que la vida fluya a través nuestro.

Los niños pequeños encarnan la energía solar primordial cuando se muestran, cuando juegan, cuando inventan, cuando se manifiestan espontánea y creativamente. Son personitas que se expresan, que quieren ser vistas, pero de a poco, con el paso de los años, los juicios, las críticas, miedos e inseguridades, la necesidad de ser reconocidos o de ser aceptados (como una forma de esconder los miedos y sentirse aprobados) van ocultando la energía solar, haciendo que la luz que mostramos no sea realmente la luz auténtica y espontánea que surge desde nuestro interior. Hay una luz, sí, pero esta no es la real. De hecho, muchos ocultan su propia llama original, mientras otros tratan de adornarla para compensar sus propias inseguridades. Esto provoca que la expresión verdadera de quienes somos no sea la natural.

Si negamos y reprimimos a nuestro Sol, nos va a dar mucha vergüenza mostrarnos y expresarnos. No nos va a gustar que los demás concentren su atención en nosotros y que nos vean. Muchas veces la envidia afecta a las personas que no se atreven a conectarse con su Sol y hace que les moleste ver a otras personas que brillan, se expresan o se atreven a vivir su propia vida.

Quienes niegan su Sol rechazan al niño interno juguetón, soñador, creativo y espontáneo que yace dentro de sí. No quieren ver a esa parte interna y eso tiene un efecto: en el fondo tienen muchísimas ganas de ser aplaudidos y reconocidos, pero no se atreven a mostrarse o tienen miedo de que, si lo hacen, puede ser que los demás no los aplaudan o, peor aún, los critiquen.

Hay personas que sobrecompensan su Sol y lo exageran. Necesitan llamar siempre la atención y ser el centro de las miradas, sino sienten que no existen. Se vuelven muy narcisas y creen que los demás viven en función de ellas. Estas personas tampoco ven hacia dentro, no registran a su niño interno, no miran su esencia y, por lo tanto, buscan llenar con reconocimientos externos sus vacíos internos.

Explorar nuestro propio Sol, nuestra esencia individual, con lo bello y lo feo, nos permitirá reconocer que nuestra pareja también tiene su Sol, su camino en la vida, que ella también es protagonista de su historia y no simplemente un personaje secundario de la nuestra. De esta forma, podremos entender que nosotros tampoco somos secundarios de la vida del otro, sino que también tenemos derecho a tener nuestra propia película.

Equilibrando lo femenino y masculino dentro nuestro

Aprender a ser felices con nosotros mismos requerirá que seamos capaces de activar con conciencia a nuestros personajes femeninos y masculinos. De hecho, es imposible vivir sanamente los planetas de cualquiera de las dos polaridades, si no activamos también la otra.

Específicamente, si no vemos, negamos y no manifestamos a nuestros planetas femeninos, entonces la acción y movimiento de los masculinos será explosiva e impulsiva a la hora de satisfacer los deseos y miedos de nuestra parte ying.

Si no vemos, negamos y no manifestamos con conciencia nuestros planetas masculinos, seguramente nos dominarán los miedos, fragilidades y la necesidad de seguridad de nuestra parte femenina, paralizando el lado yang.

La evolución y el crecimiento está en ir aprendiendo a vivir ambas energías al mismo tiempo. La conexión con lo femenino pasa por detenerse y conectarnos con nuestras emociones, vulnerabilidad, sensación de abandono, rechazo, tristeza y soledad; con nuestro mundo inconsciente que habita en el interior. Sin embargo, esto no lo podemos hacer si no nos conectamos también con el valor y la capacidad de empoderamiento de nuestra parte masculina, que es quien sostendrá nuestras emociones. Si tenemos miedo y evitamos conectarnos con las emociones incómodas, no seremos capaces de contener y nutrir a nuestra Luna. Necesitamos el valor de lo masculino para poder cobijar nuestros sentimientos y poder amarnos.

¿Cómo vamos a darle a Venus lo que le gusta si no nos movemos en la dirección de lo que quiere? En el capítulo de Venus, cuando recomendé ir a buscar aquello que les da placer, en el fondo estaba diciendo que activaran su Marte para que este se moviera para alcanzar aquello que los hace felices.

Cuando activamos lo femenino y masculino dentro de nosotros, nos balanceamos. Es simplemente permitir que lo que ya está dentro se manifieste, sin esfuerzo, sin lucha, sin resistencia.

Ello nos da la posibilidad de que podamos tener una relación de pareja más equilibrada y honesta. Una entre dos seres que aprendieron a amarse y conectarse consigo mismos. Dos seres individuales que son felices con su propia vida y que, por lo tanto, quieren compartir su alegría y amor con otro: dando y recibiendo.

UN MENSAJE FINAL

Este libro no está pensado para que se preocupen o para que vean cuán complicadas se les hacen las relaciones. Si después de leerlo justifican su mala suerte en el amor por su configuración lunar, venusina, saturnina, plutoniana, uraniana o neptuniana, entonces no he logrado expresar el trasfondo del mensaje.

Este libro es un llamado a hacernos responsables de nuestra propia vida. La carta natal no es el mapa de una condena, es un mapa de un proceso de liberación. Lo que la carta natal muestra es tanto la historia pasada de la propia alma, como los aprendizajes y el propósito evolutivo para esta vida. Si creen que esta los limita, es porque le están dando ese poder con sus palabras. Ustedes son lo que se restringen y es su carta natal la que les muestra cómo. Porque ahí debajo de todos los miedos, las construcciones de ego y los mecanismos de defensa, está su propia esencia, esperándolos pacientemente. No hay que hacer ningún esfuerzo para ser felices y ser quienes somos, simplemente tenemos que permitir que nuestro yo interno, consciente y sabio se manifieste.

Tampoco se trata de creer, utópicamente, que para sentirnos plenos hay que sanar del todo a los planetas que hemos estudiado. Dejar de ser saturnino, plutoniano, uraniano o neptuniano. Creer que la solución está en expresar una energía contraria a lo que ya somos, constituye una trampa y una ilusión que probablemente los va a terminar decepcionando. No traten de ser lo opuesto, manifiesten con conciencia lo que ya son. Y lo más importante, ámense a sí mismos, con todo lo que hay dentro, pues es nuestra luz y también nuestra sombra lo que nos hace únicos, vulnerables y merecedores de ser amados.

AGRADECIMIENTOS

Primero quiero darles las infinitas gracias a mi papá y mi mamá, gracias por su amor, por su apoyo y por creer en mí, los quiero tanto. Gracias a mi querido Nono, por enseñarme a sonreír y a disfrutar de la vida. Gracias a la Nene por su amor cuando era un niño.

Gracias a Jaime Dutrey por ser mi secuaz en todas las aventuras locas. Gracias a Pilar Saavedra, mi súper editora, eres la mejor, sin ti este proyecto no habría resultado.

Y un especial agradecimiento a Carolina mi compañera, gracias por reír, gracias por tu gigantesca paciencia en este periodo de trabajo y gracias porque quererme tal como soy.

BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

Arroyo, Stephen. *Astrología, karma y transformación*. Buenos Aires, Editorial Kier, 2000.

Carutti, Eugenio. *Las Lunas. El refugio de la memoria*. Editorial Kier, 2004.

Cunningham, Donna. *Healing Pluto problems*. York Beach, ME: Red Wheel/Weiser, 1986.

Green, Jeff. *Plutón. La trayectoria evolutiva del alma*. Luis Cárcamo, Editor, 1989.

Green, Liz. *Saturno, un nuevo enfoque para un viejo diablo*. Buenos Aires, Ediciones Obelisco, 2001.

Idemon, Richard. *Astrología de las relaciones de pareja*. Barcelona, Urano, 1992.

Pérez, Gonzalo. *Un espejo cósmico*. Santiago de Chile, Editorial Catalonia, 2015.

Sasportas, Howard. *Los dioses del cambio*. Barcelona, Urano, 2008.

Sasportas, Howard y Liz Green. *El desarrollo de la personalidad*. Barcelona, Urano, 1988.

Sasportas, Howard y Liz Green. *Los luminares*. Barcelona, Urano, 1993.

Sasportas, Howard y Liz Green. *Los planetas interiores*. Barcelona, Urano, 1993.



Astroterapéutica

ESCUELA ONLINE

¿Quieres aprender astrología evolutiva con Pablo Flores?

APRENDE
ASTROLOGÍA
TERAPÉUTICA

TRANSFORMA TU VIDA
Y LA DE TUS PACIENTES

NUESTRA FORMACIÓN INTEGRA
LA ASTROLOGÍA CON DISTINTAS TERAPIAS,
PARA AYUDAR DE FORMA PRÁCTICA A
NIÑOS Y ADULTOS.

ÚNETE A NUESTRA COMUNIDAD
DE MÁS DE 1.500
FELICES ALUMNOS
EN TODO EL MUNDO

www.astroterapeutica.com



PABLO HERNÁN FLORES LAYMUNS

Astrólogo Psicológico y Evolutivo
Terapeuta Gestalt y Floral
Ingeniero Civil Industrial

Desde el año 2012 está enfocado en integrar la astrología moderna con las terapias complementarias. Ha trabajado tanto con adultos como con niños mediante la lectura de cartas natales y la consulta terapéutica. También se dedica a impartir formaciones y talleres de astrología, especialmente para terapeutas y psicólogos, además de interesados en su evolución personal.

Conferencista internacional dicta seminarios, ponencias y talleres en Argentina, Chile, Colombia, España y México. Hoy en día dirige además su escuela de astrología online astroterapeutica.com que tiene alumnos en más de 10 países.

Es coorganizador y director de los Congresos de Astrología de Chile y del 1º Congreso Iberoamericano de Astrología y Sanación.

 /ASTROLOGOPABLOFLORES

 /PABLOFLORESLAYMUNS

WWW.PABLOFLORESASTROLOGO.COM



El tipo de relaciones de parejas que tenemos, nuestras experiencias con un otro, así como las personas que nos atraen no son un accidente de la vida ni azar del destino.

Para tener relaciones de calidad debemos dejar de enfocarnos en culpar al "otro" y mirarnos a nosotros mismos, entendiendo que nuestras relaciones son un reflejo de quiénes somos, de los temas que no tenemos resueltos, de nuestros patrones repetitivos y de qué es lo que tenemos que ir sanando para evolucionar como seres humanos.

La astrología psicológica y evolutiva moderna es una maravillosa herramienta de autoconocimiento, que nos permite descubrirnos y ayudarnos a entender por qué nos toca experimentar ciertas situaciones en la vida; así como saber qué es lo que tenemos que resolver para vivir una experiencias más plena y satisfactoria.

En este libro se plantean los principales factores astrológicos que condicionan nuestras relaciones y que nos impiden ser más felices en pareja. Se describen estrategias de resolución y múltiples consejos para sanar nuestra autoestima y aprender a amar desde el corazón, más libres de miedos, resentimientos y heridas de abandono. Para que, de esta forma, podamos relacionarnos y compartir de manera más sana con quienes amamos.

Un libro pensado tanto para quienes están recién comenzando en la astrología, como para estudiantes y astrólogos dedicados al tema.



EDICIONES
Astroterapéutica

ISBN: 978-956-398-210-7



9 789563 982107