

Taller: Prácticas indígenas y tradicionales respecto al embarazo, el parto, el amamantamiento y la nutrición.

Agosto 2002, Lima, Perú.

LA COSMOVISIÓN Y LAS CEREMONIAS TRADICIONALES INDÍGENAS COMO SOSTÉN ESPIRITUAL PARA LA MUJER DEL SIGLO XXI

Partera Elena Penadés

Nacer Mejor

Objetivos:

- Revalorar la cosmovisión indígena como sostén espiritual para la mujer del siglo XXI
- Conocer ceremonias tradicionales nativas de distintas partes de América adecuadas para dar apoyo a la embarazada, la parturienta y la mujer en lactancia.

DE DÓNDE VENGO

Vengo de Uruguay, un país que dicen, no tiene indígenas.

Vengo de Uruguay, país pequeño, de praderas y bañados, de cerros pedregosos y ríos rodeados de bosques espesos en forma de galerías. Un país con tres millones de habitantes que tiene la mitad de su población en la ciudad de Montevideo, su capital. Un país que cree culto y civilizado, la Suiza de América, dicen.

Dicen también que los uruguayos somos todos blancos, que nuestros antepasados vinieron en barcos para aportar su trabajo y civilizar estas tierras salvajes, improproductivas y casi desiertas.

Es cierto que había indios, charrúas les decían, pero murieron hace mucho tiempo.

La Suiza de América, dicen

A pesar de algunos indicadores sociales que colocan al Uruguay en un contexto privilegiado respecto a otras de latinoamérica, el nuestro es un país pobre y dependiente, y actualmente está pasando por la peor crisis económica de su historia. Esto repercute fuertemente en la atención de salud, tanto a nivel público como privado.

Alta tecnología para el embarazo y parto, dicen

En Uruguay más del 95% de los partos se producen en instituciones. Allí la atención es despersonalizada, intervencionista y sumamente medicalizada. Episiotomía, rasurado y enema de rutina, posición horizontal para el parto, alto índice de cesáreas, que a nivel privado es del 40%. En 1996 se puso en marcha una fuerte campaña de promoción de lactancia materna, que llevó la duración media de la lactancia de 3 a 4 meses en sólo 2 años. Actualmente esta campaña se ha abandonado por motivos que desconocemos.

Mujeres raras, las de Nacer Mejor, dicen

En este marco Nacer Mejor, una institución iniciada por parteras y actualmente integrada multidisciplinariamente, se propone brindar alternativas para el embarazo y parto.

En cada grupo que preparamos para el parto, o en cada parto, tenemos presente la dimensión espiritual del proceso, estimulamos a la mujer y a la pareja a seguir sus propias convicciones religiosas si las tiene, nos adaptamos a las necesidades de cada grupo, de cada pareja, de cada mujer.

Ofrecemos la posibilidad de participar en ceremonias tradicionales indígenas porque no son parte de una "religión" formal, sino que por su misma cosmovisión nativa, que es tan integradora, en sus rituales tienen cabida personas de cualquier condición, edad, nivel social y religión, ya que sólo rige el principio del respeto por todas las relaciones.

2- CÓMO EMPECÉ A INCLUIR LA DIMENSIÓN ESPIRITUAL EN EL EMBARAZO Y PARTO

¿Cómo empecé a incluir la dimensión espiritual en el embarazo y parto?.

Quiero contarles cómo fue este proceso de incluir la espiritualidad en la preparación para el parto y en mi trabajo en general.

Un día, una pareja integrante de uno de los grupos nos hizo a todos una invitación: "Este domingo va a haber una ceremonia de purificación indígena en Villa Argentina. El que quiera, puede ir"
Y así fui a mi primer Temascal.

Para mí todo era novedad, el fuego, el círculo sagrado, el ritual que no conocía...

Una vez en la oscuridad y el calor del interior del Temascal, cosas extrañas comenzaron a pasarme... yo que nunca había tenido una experiencia espiritual me pude conectar con el espíritu de mi madre, tan real como cuando estaba viva, con el calor de su cuerpo, con su voz y su presencia.

Esto no fue sólo una experiencia emocional, fue sumamente real, aunque sea difícil transmitirlo.

Estos amigos habían conocido a un líder espiritual mexicano, formado con los Lacotas: Aurelio Díaz Tekpankalli. Y lo invitaron a visitarnos, y a través de las ceremonias tradicionales lacotas que él realizaba, poder despertar nuestra conciencia, poder recordar, poder conectarnos con la espiritualidad de nuestros antepasados.

Con la guía y la instrucción de Tekpankalli conocí otras ceremonias tradicionales: la de Tabaco, la de Chanupa, realicé la búsqueda de Visión, y abrí una puerta hacia lo sagrado de lo femenino, que continúo investigando y profundizando aún.

COSMOVISIÓN INDÍGENA

Dualidad Hombre-mujer

Las mujeres somos a semejanza de la Madre Tierra, así como los hombres son a semejanza del padre sol.

La tradición nativa ve la dualidad en todo lo que existe: tierra y sol, hombre y mujer, están presentes en todo: nada puede ser posible sin esta dualidad.

Ninguno es superior ni inferior, son diferentes y complementarios

En el proceso de embarazo y parto esta dualidad se expresa así: el hombre fecunda, la mujer gesta, el hombre sostiene, la mujer se abre, el hombre protege, la mujer nutre.

Los rituales nos permiten recordar lo que ya sabemos: que tenemos toda la fecundidad de la Madre Tierra en nuestras entrañas, que tenemos la fuerza del jaguar, la sabiduría y la capacidad de regeneración de la serpiente, la visión y la capacidad de volar del águila.

Un hermano de México le escribió esta canción a su mujer cuando estaba embarazada. Me gusta cantársela a las embarazadas:

Qué mujer eres tu
Que guarda el sol en su vientre

Qué mujer eres tú,
Mujer serpiente

Mujer venado,
águila mujer
mujer jaguar,
mujer hermosa,
mujer, mujer.

Mujer morena
Con un signo de luz
Y tu vientre gestando al sol
Mujer lucero
Mujer, mujer.

Mujer montaña
Mujer de mar
Mujer de arena
Geografía de mujer

Mujer fecunda
Mujer hermosa
Corazón del mundo, mujer
Hermosa mujer de amor.

Revalorar el poder de la mujer de gestar, parir, nutrir.

En las tradiciones indígenas la mujer alcanza su plenitud cuando se convierte en madre, cuando a semejanza de la Madre Tierra, es fecunda y gesta la vida, cuando se abre para permitir nacer los hijos.

“El papel de la mujer es esencial en los diseños específicos en los que se invocan las fuerzas de la naturaleza”, nos dice el líder espiritual Tekpankali

Algunos momentos de la ceremonia son dirigidos exclusivamente por una mujer que haya sido madre. “Como ella es la primera medicina que tenemos sobre la tierra, porque nos da de comer de sí misma cuando nacemos, ella es la que bendice los alimentos para pasar esta medicina a todos nosotros. Solamente una mujer que haya dado vida tiene en esta bendición.” Tekpankalli

Todo lo que nace necesita una mujer que lo geste

Por supuesto que las mujeres no parimos sólo hijos: nuestro vientre, nuestro útero es un vacío, un vacío oscuro y tibio, en donde el Gran Misterio deposita los sueños, los proyectos de nuestro pueblo

para que los alimentemos y los hagamos crecer. Así todo proyecto, todo logro grande o pequeño de la familia necesita una mujer que lo gaste, que lo alimente y que lo de a luz. De esta manera no se puede entender la creación sin la mujer, sin la intervención de una mujer.

El papel de la mujer se entiende así como fundamental, y la maternidad se extiende a todo lo que podemos crear, embellecer, alimentar. Es creación una comida bien preparada, un cuadro, cultivar un huerto, organizar y llevar adelante un negocio. Siempre que lo hagamos con esa conciencia...

La mujer y su familia

La mujer que va a ser madre no lo está haciendo sola. Tiene su compañero, tiene su familia. Todos ellos le dan apoyo. Pero aun si estos apoyos faltan, o son inadecuados, para las tradiciones indígenas todos somos parientes: nuestros hermanos de dos pies, de cuatro pies, nuestros hermanos que vuelan, los que nadan, los que se arrastran, nuestros abuelos piedra.

El pueblo verde

Son nuestros hermanos los seres del pueblo verde, las plantas.

A ellas podemos pedirle ayuda para un buen parto para darnos fuerza. Y así el uso de plantas medicinales para el embarazo y parto se basa no sólo en los principios activos, sino en su espíritu que nos ayuda y nos bendice.

El sentir, el saber que tenemos un lazo con todos los seres hace que una no se sienta nunca sola.

Toda mujer que va a parir necesita una madre.

Pero a veces la nuestra no está, o no es lo que nosotras quisiéramos que fuera. Y ahí nos sentimos solas, desamparadas, sin apoyo ni sostén. Hasta que nos damos cuenta que nuestra verdadera madre siempre está, nos sostiene, nos alimenta y nos abriga: es nuestra Madre Tierra. En realidad ella es la madre de todos los seres, por eso todos somos parientes.

Nuestra verdadera Madre

Muchas veces a lo largo de la crianza sentimos que es mucho, que somos incapaces de sostener, alimentar, cuidar a nuestros hijos. Nos pasa a todas las mujeres.

En muchas culturas americanas originarias la partera no recibía a la criatura que nacía, sino que abría un hoyo en la tierra, lo cubría con pieles y la madre dejaba que su hijo se deslizara desde su

cuerpo a este pequeño y mullido refugio, para que la primera que lo tomara entre sus brazos fuera su verdadera madre: la Madre Tierra.

RITUALES INDÍGENAS HOY

Los rituales nos permiten recordar esto, que en realidad nuestros hijos no son nuestros, son hijos de la Madre Tierra y del Padre Sol, y que ellos nos permitirán cuidarlos mientras tanto, pero que no dejarán que nada les falte, que nada les haga daño... Porque tenemos muchos parientes que nos cuidan.

Y cuando convocamos a todas esas fuerzas mediante una ceremonia, no importa creer o no creer ... Las cosas ocurren.

He visto el espíritu de viejas indias cuidando a la mujer que está pariendo, protegiendo al bebito prematuro que lucha por respirar dentro de la incubadora, animando a la madre cansada, que cree que ya sus pechos no tienen más leche.

El ritual como transformador

Nos dice Susana Niperala, partera de USA:

"Los rituales dan a los participantes, como grupo la posibilidad de atravesar por diferentes niveles de la conciencia humana, brindan imágenes y visiones, evocan memorias, sentimientos, miedos, alegrías, y los buenos deseos del grupo y de cada individuo.. El ritual puede ser considerado también una plegaria. A través del ritual nos convertimos en curadores y creadores, y nos ponemos en contacto con nuestra conciencia y nuestros deseos.

Un ritual puede facilitar y definir nuestras transformaciones. Puede ser visto como una plegaria en voz alta, como un soporte para la persona que está pasando por un período de transformación. Una teoría muy antigua tras el uso de los rituales es que una vez en ceremonia, el individuo o el grupo, pasan de una fase a otra mediante un proceso de crisis o de evolución hacia un estado más elevado."

Ceremonias

Son tres las ceremonias que con más frecuencia realizamos con parejas embarazadas o con nuevos padres:

- Ceremonia de tabaco

- Ceremonia de Chanupa (pipa sagrada)
- Temascal (Inipi o Sweatlodge)

Ceremonia de Tabaco

El Tabaco es una planta sagrada de toda América, es la que abre y cierra todas las ceremonias, es la que nos permite conectarnos con la Energía del Universo y con la Fuerza del Creador.

Durante milenios los pueblos nativos lo utilizaron con este fin, solo recientemente, en los últimos 500 años perdió su carácter sagrado volviéndose nocivo.

En las Ceremonias de Tabaco lo utilizamos como fue usado tradicionalmente, para conectarnos, para pedir ayuda y sanación. Con la debida instrucción y llevado por un buen propósito cualquiera puede llevar adelante la Ceremonia de Tabaco, es decir no se necesita una "iniciación" especial.

En muchos de los grupos de preparación para el parto, y en algunos partos, incluimos esta ceremonia, pero cada pareja o cada mujer puede pedirla en el momento en que lo necesite para agradecer, pedir ayuda o para recibir un consejo.

Ceremonia de Chanupa (Pipa Sagrada)

Según la Tradición Lacota, la primera Pipa Sagrada fue entregada por la Mujer Búfalo Blanco a los Lacotas para que pudieran rezar con ella. Y les dijo que de ella les vendría el conocimiento, y todo lo que dijeran con la pipa encendida llegaría directo al Corazón del Gran Espíritu.

La Pipa o Chanupa, esta formada por una cazoleta de piedra, en general roja, que representa a la mujer, y un cañón de madera, que representa al hombre. Se carga con un puñadito de Tabaco por cada una de las direcciones, pidiendo a todos los espíritus de cada dirección que se presenten. Por eso la Pipa es un Universo en si misma, y convocamos a todas las fuerzas de todo el universo al encenderla para rezar con ella. Es un instrumento sagrado que representa un Poder. La Pipa debe ser usada con un buen propósito: orar por la Madre Tierra, y por todos sus hijos, comenzando por nosotros mismos.

Quien realiza la Búsqueda de Visión hace un compromiso con la tradición, con el trabajo espiritual, adquiere una responsabilidad: se vuelve *Guardián de la tradición* y *Cargador de Pipa*, debiendo estar a disposición para rezar con ella por su pueblo siempre que se la pidan.

La pareja puede pedir una ceremonia de chanupa cuando se necesita una ayuda especial, y la llevo a todos los partos como una más de las herramientas para el mismo.

El Temascal (Inipi o Sweatlodge)

El Temascal, o Casa de los Abuelos Piedras, es una ceremonia de purificación muy antigua, que se practica con variantes desde hace milenios en casi toda América y en algunas zonas de Europa y Asia. Tal como lo hemos recibido proviene de la tradición Lacota, de los nativos de las praderas de América de Norte.

Es básicamente un baño de vapor, pero es además una profunda experiencia espiritual. En ella intervienen los cuatro elementos: el Fuego en el que se calientan las piedras, el Agua que se hecha en ellas, el vapor que sale de las mismas representa al Aire, y la Tierra, ya que sobre ella nos apoyamos, u ocasionalmente todo el recinto esta hecho de tierra. Se usan también distintas plantas medicinales.

Pero además el Temascal está hecho a semejanza del vientre de la mujer, es el mismo vientre de la madre Tierra, al cual entramos desnudos y salimos purificados.

Nos Dice el líder espiritual Aurelio Díaz Tekpankalli:

“Es una ceremonia de purificación. Es una de las ceremonias más antiguas, donde vamos a recibir el consejo de nuestros antepasados.

Dentro del Temascal tocamos todos los misterios que existen; es el principio de que es el fuego sagrado, que es energía pura, presencia misma de la creación.

Nos da la oportunidad de darnos cuenta de los regalos que recibimos: el respirar, el darnos cuenta que existe un alimento que es inmediato: el aire.

Que cuando uno es capaz de ir así, hacia atrás en el tiempo, es cuando se reactivan todas las medicinas que están en el principio. Dentro de la memoria encontramos todo esto.

Ahí también nos damos cuenta de nuestro cuerpo, que sentimos y es la presencia misma de la Tierra.”

Dentro de este vientre, en la calidez y oscuridad del mismo, cantamos y rezamos, podemos tocar el Misterio, ponernos en unidad con el Universo, y salir de allí renovados, como niños recién nacidos.

Se me dijo que en la antigüedad las mujeres parían en el Temascal, y aun lo hacen en algunas regiones de México, pero también es un lugar ideal para pedir ayuda para el parto, o para agradecer y purificarse luego del mismo.

Realizamos temascales con cierta periodicidad, uno al mes en general, e invitamos a las futuras madres y a las parejas con sus bebés. Como es una ceremonia un poco más “dura” no todos sienten que es adecuada para ellos, pero los bebés en general están más a gusto que los padres.

CONCLUSIÓN:

Recuperar nuestras relaciones:

Hoy nosotras, mujeres del siglo XXI, que gozamos de los beneficios de tanta tecnología, que estamos educadas a parir en ambiente quirúrgico, a comprar alimentos en vez de cultivarlos y cocinarlos, dudamos de nuestra capacidad de gestar, de parir, de amamantar.

Con este camino espiritual de nuestros antepasados nos conectamos con nuestras raíces, y nos reencontramos con nuestra verdadera capacidad femenina.

Descubrimos que somos nosotras mismas la Madre Tierra.

Reconectarnos con la Tierra.

Reconectarnos con nuestros antepasados.

Relacionarnos con todos nuestros parientes.

Redescubrir el poder de la mujer.

Retomamos viejos rituales de nuestros antepasados de América, para honrar a nuestros ancestros, que sabían que somos parte de la familia de todo lo que vive y late, que como mujeres tenemos toda la fuerza de la Madre Tierra en nuestros cuerpos, que una parte de nosotras muere y se regenera con Ella en cada ciclo.

A través del ritual nos unimos a la larga cadena de mujeres que nos antecedieron, nuestras madres, abuelas, la madres de nuestras abuelas, y así a las mujeres de todos los tiempos que dejaron en nuestros genes el conocimiento de cómo dar vida, de cómo abrirnos a la vida, de cómo amamantar a nuestros hijos y ser alimento para la familia.

Mitakuye oyasin. Por todas mis relaciones

Nacer Mejor

nacer@adinet.com.uy

www.nacermejor.com.uy

CENTRO URUGUAYO DE TECNOLOGIAS APROPIADAS
Santiago de Chile 1183 - CP 11200 Montevideo - Uruguay
(5982) 9028554 - ceuta@ceuta.org.uy - www.ceuta.org.uy