

AL.:G.:D.:G.:A.:D.:U

L.:I.:F

V.:M y QQ.:HH en vuestros Grados y Calidades

NUESTRA REGLA, VUESTRA NORMA

Hay momentos en la vida que a una le gusta disfrutar del poco tiempo en soledad que dispone al día para pasar unos minutos consigo misma, echar a volar su imaginación y recrear historias que pudieron haber sido, que son y que serán, o no serán. En todas ellas la mujer juega un importante papel protagonista. No para regocijarse en su propio ego, sino para reafirmarse en su propio orgullo como símbolo de fortaleza y de energía destinada a cumplir otras misiones u objetivos importantes en esta vida aparte de la de procrear, que no deja de ser una opción más. Y en el ánimo de cumplir con sus propósitos existe un elemento primordial en todas nosotras que, en cierta medida, nos intenta condicionar nuestras actitudes o decisiones. E incluso a veces lo logra a pesar de llevarnos media vida domándola.

Hablo de la regla, pero no la de 24 pulgadas, sino de otra que aguarda un gran significado para las mujeres en general, y nuestras Hermanas en particular, por mantener un vínculo especial con una masonería tradicionalmente masculina donde hablar de esta herramienta desde una perspectiva de género es extraño: la menstruación. Sin duda es la gran diferencia biológica que, durante siglos y por distintas culturas, se ha utilizado para atribuir a la mujer actitudes, valores e ideas preconcebidas, imponiendo y, a su vez, asumiendo, unos determinados roles con tinte patriarcal y machista, consiguiendo que las connotaciones negativas sobre nuestra sangre perdure hasta ahora.

Algunos y algunas quizás me escuchéis con rareza. Quizás os extrañe que hable de algo considerado impuro, esperpéntico, grosero, de mal gusto... Mi intención es precisamente esa. Hablar de algo que la sociedad aún considera “grotesco”, “ordinario”, “feo”, “desacertado”, “vergonzoso”, “ruboroso”... pocas son las definiciones positivas que se atribuyen a una cualidad natural de la mujer cuya vinculación con la madre tierra se ha ido disipando a lo largo de los siglos y se ha ido desvirtuando negativamente hasta considerarla tabú y que, como tal, se considera que únicamente atañe a la mujer. Esto no es así. No lo considero yo.

Ni la regla ni los embarazos repercuten únicamente a las mujeres y ni es un asunto que únicamente nos implica a nosotras. También a los hombres, pues han sido y siguen siendo cómplices en la creación y divulgación de estigmas negativos sobre nuestra sangre, nuestra regla, especialmente en determinadas culturas donde la mujer que menstrua llega a ser apartada de la sociedad por considerarla impura y traer desgracias a su hogar, convirtiéndose esos prejuicios en **normas**.

Por poner un ejemplo, en Nepal las mujeres cuando están con la regla comen alejadas del resto o tienen prohibido acudir a determinados lugares, mirarse al espejo, ver el sol o tocar la fruta por considerarlas impuras y contaminadas; En el norte de Brasil, los Yanomami, creen que la regla es un exceso de sangre en el cuerpo de la mujer, que puede traer desgracias a la comunidad y que, por tanto, deben ser apartadas, hablar en susurro, no tocar el agua y permanecer desnuda para evitar que su pueblo se convierta en barro.

Los Kungs de África aíslan a las mujeres porque consideran que ésta tiene una poderosa energía espiritual con trágicas consecuencias si se atreven a mirar al sol, a las nubes o a los hombres que salen de caza. En Angola, pintan el rostro y el cuerpo de aquellas que se encuentran en este periodo

para que sean fácilmente identificables. Y aquí, donde vivimos, oímos constantemente argumentos machistas cuando sacamos nuestro genio o nuestro carácter, atribuyendo el mal humor a la acción de menstruar. Y es que estos prejuicios se han convertido en una **norma** impuesta y aceptada, sin cuestionar su violación a los derechos humanos y a nuestra dignidad como mujeres.

Los estigmas sobre la menstruación han ido variando desde que el ser humano es ser humano. De hecho, nuestros ancestros practicaron rituales con nuestra sangre menstrual. Era para ellos algo especial y de gran transcendencia. Da la casualidad que el término ritual proviene de RTU, que en Sánscrito significa menstruación. Según la Real Academia de la Lengua Española, el sánscrito es “*una lengua del grupo indio, derivada del védico, que se habló en el norte de la India desde fecha antigua hasta el siglo III a.C y que después continuó existiendo como lengua escrita de las religiones, la literatura y el pensamiento*”. Válgame este dato por simple curiosidad.

Un ejemplo de los rituales que se practicaba era lo que hacían los Shuar, de la selva ecuatoriana, que construían un altar cada vez que una mujer sangraba por primera vez, y desde el cual derramaba gotas de sangre sobre las ofrendas y sobre la tierra para crear una vinculación especial entre mujer y la pachamama. Y muchos de esos rituales estaban vinculados a la Luna. De hecho, los Mayas llamaban a su diosa Luna Señora Sangre. Y para los Mayas Quiche, la sangre procedía de la Luna.

La menstruación está presente en la vida de cada mujer los **12** meses del año y las **24** horas del día -medidas que coincide con las de nuestra herramienta regla- durante un ciclo mensual que dura de **21** a **35** días, dentro de los cuales el útero de la mujer desangra una media de **7** días ininterrumpidos hasta que a una determinada edad se seca. Es entonces cuando llega la libertad para muchas, deseando deshacerse de una sangre que mancha, que duele, que incomoda, que excita y que deprime.

Pero también esa supuesta libertad viene marcada por el fin de una etapa que te etiquetaba hasta entonces como una persona joven y útil, convirtiéndola en una pérdida irreparable que queda marcada sobre la piel como el síndrome de estocolmo. Sin ella, muchas mujeres ven el fin de un ciclo jovial y la aproximación de la última etapa de su existencia.

Las mujeres hemos tenido que aprender a vivir con vaivenes emocionales continuos, con pequeñas depresiones constantes de cortos plazos durante toda una vida fértil. A evitar estar condicionadas por la subida o bajada de los niveles de estrógenos y serotonina. A cambios hormonales que afectan a nuestra temperatura corporal, nuestra susceptibilidad y nuestros estados de ánimos. Hemos aprendido a soportarnos. A ocultar el dolor muscular en las horas de trabajo, a tomar pastillas que calmen cualquier síntoma de fatiga, a llorar en silencio, a apaciguar nuestras emociones, a controlar nuestro genio para no ser señaladas por la **norma**...

Hemos aprendido a vivir con un gran peso sobre nuestras espaldas. Por eso me gusta imaginar historias donde las mujeres se puedan regocijar en su propia fuerza y valentía, porque a pesar de esta carga, su energía es inagotable. Quizás los antiguos indígenas sí fueron sabios al entender que las mujeres con la regla -y sin normas -alcanzamos el mayor nivel espiritual, pues nuestra sensibilidad se acrecienta y, cuando el corazón y las emociones dominan nuestro pensamiento, nos sentimos capaces de mover montañas a pesar de las consecuencias.

Tenemos el reto en la sociedad de dignificar la menstruación rompiendo tabúes para que la mujer pueda aceptarla libre de prejuicios y sin sentimiento de culpa, sin necesidad de ocultar emociones y aceptarla como algo natural que nos atañe a todos. Porque si es nuestra regla ¿por qué debemos aceptar vuestra **norma**? Evitemos ser cómplices de convertir en **norma** un comportamiento social cargado de prejuicios y roles que atentan contra nuestra dignidad y derechos como mujer;

trabajemos y comprométámonos en aplicar **reglas** que sean capaces de superar las desigualdades e igualarnos entre hermanos y hermanas: Ni más que tú, ni menos que tú, igual que tú.

Como dice la poeta y feminista Alejandra Lerma,

*Podría pasar la eternidad acurrucada
olvidar el lenguaje
y crear un dialecto para hablar conmigo
hasta comprender lo que calla mi sangre*

He dicho.

R.:L.:Obreros de Hiram, nº 29
Cámara de Apr.:
Or.:de Sevilla, 24 de septiembre de 6017 (V.:L.:.)