La luna dentro de tí



El primer amor es la madre

Nunca terminamos de separarnos de nuestra madre;
solo cambiamos la forma del hilo.
— Simone de Beauvoir

Dime cómo es tu madre
y te diré de quién te enamoraste primero

(Mimy Cirocco, Lunática)

TABLA DE CONTENIDO

La estructura lunar 6

Propuestas para descubrir el propio mecanismo lunar 11

La Luna en resumen 12

La luna en los 4 elementos 14

Luna en Aries - Si me aman, me invaden 17

Resumiendo Luna en Aries 21

Luna en Tauro - si me aman, me dan lo que necesito 23

Resumiendo Luna en Tauro 27

Luna en Géminis - si me aman, necesito entenderlo 29

Resumiendo Luna en Géminis 34

Luna en Cáncer - si me aman, me adivinan 36

Luna en Leo - si me aman, me hacen sentir especial 43

Luna en Virgo - si me aman, les sirvo 49

Resumiendo Luna en Virgo 54

Luna en Libra - si me aman, no discutimos 56

Resumiendo Luna en Libra 60

Luna en Escorpio - si me aman, me devoran 62

Luna en Sagitario - si me aman, no duele 69

Resumiendo Luna en Sagitario 74

Luna en Capricornio - Si me aman, me esfuerzo 76

Resumiendo Luna en Capricornio 81

Luna en Acuario - si me aman me alejo 83

Luna en Piscis - si me aman, me sacrifico 91

Resumiendo Luna en Piscis 96

¿A qué es adicta cada luna? 98

¿Cuál es el refugio de cada luna? 99

¿A qué le tiene miedo cada luna? 100

¿Cómo se complica la vida cada luna? 101

Cómo trascender el mecanismo Lunar 102

Prácticas de ayuda por elemento 104

El hilo de las madres 108

La estructura lunar

Llamamos **estructura** lunar al conjunto formado por:

- el signo en el que se encontraba la Luna al nacer,
- la casa donde cae,
- los aspectos tensos (conjunción, oposición y cuadratura) de la luna con otros planetas,
- y el signo y los planetas situados en la Casa IV.

Lo más importante, especialmente si somos principiantes en astrología, es el signo de la luna.

La energía que nos acoge

La estructura lunar describe la energía que nos recibe al llegar al mundo: el clima emocional de nuestro hogar, el tono afectivo que nos rodeó en los primeros años y que moldeó nuestra percepción del cuidado.
Tradicionalmente se asocia a la madre, pero en realidad es la energía del nido familiar: puede incluir al padre, a las abuelas, a una cuidadora, a todos los que representaron la función materna. Es el campo emocional que nos sostuvo —o no—, y que quedó impreso como nuestro código interno de seguridad.

La madre introyectada

La Luna no describe a la madre real, sino la madre que vivimos por dentro, la madre introyectada.
Por eso dos hermanos pueden tener experiencias lunares muy diferentes: no porque la madre haya cambiado, sino porque cada uno registró una forma distinta del vínculo.
Desde esa vivencia se configura el molde afectivo: la energía que asocio con "ser querido" y con "sentirme segura."

Cuando esa energía está presente, siento amor; cuando no, me siento desamparada. Así empiezo a afectivizar ciertas experiencias y no otras:
una Luna en Géminis asocia amor con comunicación,
una Luna en Aries con la tensión,
una Luna en Virgo con el servicio.
Y así.

El lenguaje del amor

Nuestra Luna es nuestro lenguaje emocional, la forma en que damos y esperamos recibir afecto.
Por eso, en los vínculos íntimos, la compatibilidad lunar es esencial: si mi manera de sentir y cuidar no armoniza con la del otro, puede que me sienta insegura, aunque racionalmente todo parezca funcionar.
Con el tiempo, esa energía lunar se transforma en nuestra forma de cuidar, la madre o figura nutricia que seremos. Repetimos lo que hemos recibido, hasta volvernos conscientes de ello y aprender otras maneras.
Si yo por ejemplo soy Luna en Aries, he tenido una madre invasiva, y es muy probable que repita lo mismo con mis hijos.
La Luna también va a ser nuestro mecanismo inconsciente de búsqueda de amor: el modo aprendido en la infancia para garantizar seguridad y pertenencia.

La intimidad y las "chanclas emocionales"

La Luna no siempre se ve de inmediato. Es quién soy de puertas adentro, en la intimidad, con mis afectos más cercanos, cuando puedo soltar las defensas y mostrar mi mundo interno.
Si el Sol es la ropa con la que salgo al mundo, la Luna son mis chanclas al volver a casa.
Las chanclas de una Luna en Virgo son el orden y la limpieza; las de Piscis, la música o el silencio; las de Géminis, la lectura o la conversación.

Cuando las “chanclas” del otro son muy distintas a las mías, la convivencia puede volverse difícil: no nos sentimos “en casa” de la misma manera.
Esto se ha de tener en cuenta en los vínculos, incluidos los vínculos terapéuticos.

El hechizo lunar

En cada Luna habita un gran talento, pero para que emerja es necesario salir del hechizo lunar: dejar de reaccionar desde la necesidad infantil de repetir siempre el mismo patrón emocional.
Mientras permanezco en el hechizo, mi mecanismo repetido me arrastra, no soy capaz de responder a la realidad, de encontrar respuestas que no sean automatizadas.
Respondo a las emociones siempre de la misma manera.
Salir del hechizo es dejar de ser hijos en nuestra vida adulta. Hay una parte que se trabaja en terapia, y es la parte de procesar qué ocurrió en la infancia, el trabajo con la madre introyectada.
Otra parte implica trabajar con las conductas repetidas de mi luna, salir de la repetición de la misma conducta.
Esto implica a un cierto punto hacer lo contrario de lo que mi luna me pide.

La Luna y la niña interior

La Luna es la fotografía energética de la niña que fui, el registro emocional que quedó fijado en el cuerpo y que aún hoy busca sentirse a salvo.
Trabajar con la Luna es reconciliarme con esa niña, reconocer su sabiduría y liberar su necesidad de repetir la historia, para sentirse querida.

Frases de la Luna

Mi Luna es la melodía que resonó en mi infancia.
Mi Luna revela cómo necesito ser cuidada para sentirme segura.

Mi Luna es mi madre introyectada, no la madre real.

Mi Luna es mi lenguaje del amor.

Mi Luna es la forma en que descanso, mis "chanclas" emocionales.

Mi Luna contiene el hechizo de la niña que fui.

Salir del hechizo lunar es aprender a sentir sin reaccionar automáticamente.

Mi Luna me enseña cómo nutrir y ser nutrida, dentro y fuera de mí.

En mi Luna habita un talento oculto, esperando a que me libere de la repetición.

Desarrollar mi Luna es reconciliarme con mi niña interior.

Mi Luna es mi mapa de la afectividad.

Qué es el mecanismo lunar

Llamamos mecanismo lunar al patrón inconsciente que nos lleva a repetir las mismas conductas emocionales, buscando recrear en nuestras relaciones la energía de nuestra estructura lunar. Es la forma que tiene nuestro yo infantil de sentirse seguro y de obtener afecto, tal como lo hizo en la infancia.

En este sentido mi luna es también mi mecanismo de defensa por defecto, cómo me desconecto de la realidad, especialmente cuando experimento estrés. Por su naturaleza regresiva, este mecanismo nace de la necesidad de sobrevivir emocionalmente: la niña que fuimos no contaba con otros recursos. El mecanismo filtra el afecto desde una perspectiva particular, dejando fuera otros lenguajes del amor que también podrían nutrirnos.

Así suele convertirse en una trampa: Nos mantiene atrapados en un mundo donde solo existe la energía de nuestra Luna, impidiendo experimentar otras formas de sentir. Nos aleja de lo que realmente necesitamos en el presente, y limita la manifestación de otras energías presentes en nuestra carta, como el Sol o el Ascendente.

Cuando sentimos angustia, recurrimos a la energía de la Luna para calmarnos. Esto funciona a corto plazo, pero no siempre resuelve lo que necesitamos: podemos tranquilizarnos mientras afuera el problema sigue intacto. **El mecanismo lunar es un mecanismo de defensa.** Controla el

dolor y el estrés desconectándonos de nosotras mismas, y repitiendo patrones que ya no son creativos.
Desarrollar la Luna implica reconocer este mecanismo, ver cuándo me arrastra y aprender a responder desde el presente, liberando a la niña interior de la repetición y dejando emerger otras formas de sentir y actuar.

¿Qué es el talento lunar?

Cada Luna contiene un talento, que emerge en el momento en el que salgo del hechizo lunar y me vuelvo capaz de expresar la cualidad Lunar desde la conciencia, y no desde la necesidad.
La energía de la Luna es una energía que mejor conocemos- en el uso de esta energía hay mas familiaridad que la que puedan tener las personas que tienen el sol en el mismo signo. Por ejemplo una persona Luna en Aries, es más Aries que una persona Sol en Aries.
El problema es que cuando estoy en el hechizo lunar, estoy usando esta energía con una frecuencia "de baja vibración", hay un overuso.
Cuando salgo del mecanismo puedo expresarla de una manera más limpia, y ese será uno de mis talentos más grandes. **El talento surge solo en el momento en el que salgo del mecanismo automatizado.**

Propuestas para descubrir el propio mecanismo lunar

¿Qué es lo que valoro tanto, como si fuese absolutamente necesario para mí?
¿Qué me da seguridad?
¿Qué hago cuando me siento deprimida, en estrés, amenazada?
¿Cómo satisfago mis necesidades básicas?
¿Cómo reacciono cuando mis necesidades no son satisfechas?
¿Cómo es mi madre, y la relación que tengo con ella?
¿Con qué he reemplazado la leche materna?
¿Qué es lo que más he repetido en mi vida?
¿Cuáles son mis respuestas emocionales automáticas?
¿Qué es tóxico en mi emocionalidad?
¿Qué tipo de madre soy?

La Luna en resumen

En un mapa natal la Luna es:

- la madre introyectada
- la infancia
- el mundo interno
- el mecanismo repetido de supervivencia, para conseguir el amor
- cómo me desconecto de la realidad cuando entro en estrés
- lo que identifico como afecto, mi lenguaje del amor
- la madre que soy
- un talento (se desarrolla cuando deja de ser compulsivo)

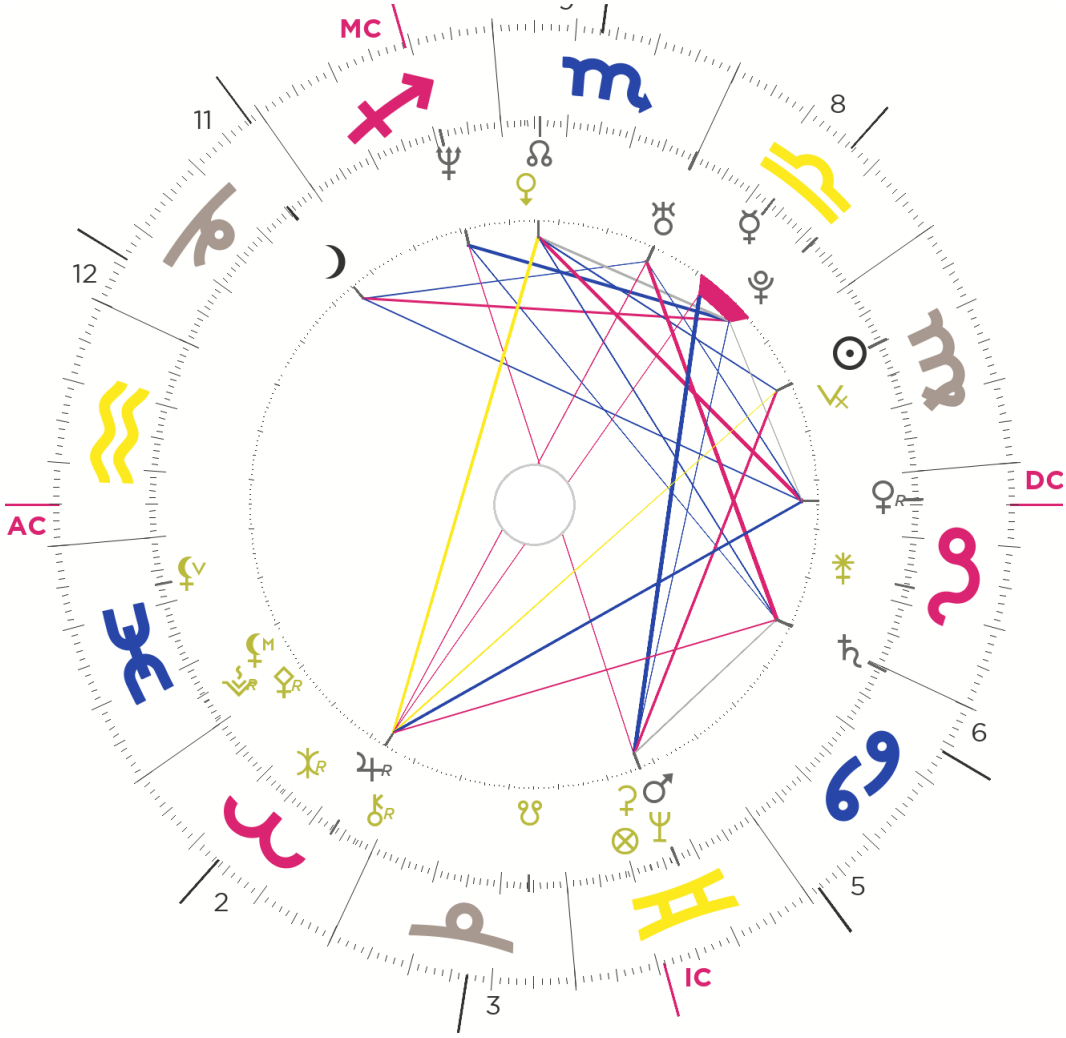
Para mirar todo el mecanismo Lunar de una persona, miramos, en orden de importancia

- el signo de su Luna
- la casa en la que está y el signo en la cúspide de la casa 4
- los aspectos que hace la Luna a los demás planetas y los planetas en casa 4

Los mecanismos emocionales de una persona son complejos. **La luna no solamente está en un signo, sino también en una casa, y en relación con otros planetas: estos factores modifican la energía del signo en el que está. Hay que mirar toda la estructura lunar completa para tener una visión precisa.**

Si estás empezando a estudiar astrología, es suficiente empezar por el signo. Eso ya da mucha información. Luego puedes añadir la información de la casa en la que está la luna, y del signo en casa 4.

Ejemplo



Nivel básico: la luna está en Capricornio. Esto es lo más importante.

Estructura lunar nivel estudiantes intermedio: además la luna está en casa 11, la casa de Acuario. Esta luna también es similar a Luna en Acuario. Esta es la segunda parte más importante. Y también:
El signo de casa 4 es Géminis. Géminis también es parte de la estructura lunar.

Estructura lunar nivel estudiantes avanzados: Miramos también los aspectos duros que hace la luna (en este caso Mercurio y Plutón) y los planetas en casa 4 (Marte). Los signos regidos por estos planetas, también son parte de la estructura lunar. Aquí tenemos la visión entera.

La luna en los 4 elementos

El signo lunar cae en uno de los 4 elementos: fuego, tierra, aire o agua.

Fuego: Lunas en Aries, Leo, Sagitario

Las Lunas de fuego son Lunas que necesitan actividad, estímulos, entretenimiento. Tiene un punto de vista muy subjetivo, no es fácil mostrarle a una Luna de fuego un punto de vista diferente al suyo.
La Luna en fuego tienen una dificultad para conectar con lo interno y especialmente con sentimientos como la vulnerabilidad. Cuando se sienten inseguras se vuelven hiperactivas y esto dificulta el contacto con lo que está pasando.
Las Lunas de fuego creen solo en lo consciente, en la voluntad, tienen una resistencia para confiar en lo que el inconsciente muestra. Esto es una dificultad para la introspección.
Las defensas de las Lunas de fuego son edípicas, constituyen la instancia donde se instala la rivalidad mamá-papá-hijo, con rivalidad y tensión por ganar.

Lunas de Tierra: Tauro, Virgo, Capricornio

Las Lunas de tierra son Lunas que necesitan ser útiles, tienen un fuerte sentido práctico y son muy hacedoras. Son más objetivas en su punto de vista.
Tienen una dificultad para conectar con las emociones y una manera típica de no entrar en contacto con ellas a través de la ejecución de la tarea.
Las defensas de las Lunas de tierra son las defensas anales, se asocian al control de esfínteres y generan conductas de retención y control frente al miedo de sufrir pérdidas.

Lunas de Aire: Géminis, Libra, Acuario

Son Lunas mentales, bastante más objetivas que fuego y agua. El problema que tienen es que lo mental no encaja del todo con lo emocional propio de lo Lunar.

Las Lunas de aire se disocian por defecto de la emoción, pueden explicar muy bien lo que les pasa y justamente este talento es lo que les impide entrar en lo que les pasa. Cuando se sienten inseguras se ponen a hablar y analizar en lugar de sentir.

Sus defensas son disociativas, controlan el dolor desconectando, negando, trasladando, sublimando.

Lunas de Agua: Cáncer, Escorpio, Piscis

Son las Lunas emocionales. Tienen el problema de no saber contener su emocionalidad, y desde este lugar son incapaces de compartir lo que sienten, mientras sigan sintiéndolo. Hablan de sus emociones después, cuando ya han pasado. Durante las emociones, se cierran para dentro, en un mundo muy privado. Toda Luna de agua esconde un lugar muy adentro inaccesible para los demás y esto también puede desubicar al otro en el vínculo.

Sus defensas son orales, vinculadas al periodo de la lactancia. Refieren al hambre y la alimentación como bastiones contra la ansiedad.

La dificultad de estas Lunas está en que son muy subjetivas, les es muy difícil entrar en el punto de vista del otro y trascender lo que están sintiendo.

Para esta Luna lo real son sus emociones.

Las 12 Lunas

Luna en Aries - Si me aman, me invaden

Similar también a: Luna en conjunción, oposición o cuadratura con Marte, Marte y/o Aries en casa 4.

"Estoy cansada de ser valiente."
(Anne Sexton)

Energía del hogar y la madre

El bebé con Luna en Aries nace en un ambiente donde se valoran la acción, la independencia y el deseo hacia lo nuevo. Puede ser que la llegada del bebé empiece una nueva etapa en la vida de la familia.
Este puede ser un hogar intenso, con personas invasivas, territoriales o incluso agresivas. La intimidad no siempre tiene espacio; algunos nacen sin un cuarto propio. Desde pequeña esta niña lo aprende todo sobre la acción, y nada sobre la calma o la intimidad.
La madre suele ser enérgica, decidida, mandona y activa. Constantemente le indica al niño qué hacer, moviéndose enérgicamente hacia sus propios deseos.
"Haz algo."
La relación madre-hijo es tensa, la madre parece un sargento, quiere que el hijo aprenda sí o sí. El lado oscuro de esta madre puede ser la violencia, la ira, la agresividad manifiesta o latente, el atropello. Su lado positivo es que de ella se aprende a iniciar y emprender cosas, se aprenden el coraje, la capacidad para salir adelante y la independencia.

Entonces todo el tiempo la madre le está diciendo al niño que haga algo, que se mueva, que sea activo. Este niño crece con la sensación de ser constantemente invadido, con una madre que quiere imponerle su propio deseo. Así va a formar la creencia que "si me quieren me acosan", y va a generar a partir de esta creencia su propia reactivada emocional de adulto. ¿Cómo puede defenderse este niña de la invasión de la madre?

Peleando, porque este niño es Aries con la madre. La única manera de oponerme a esta madre que quiere que yo haga todo el tiempo lo que quiere ella, es adelantándome a su deseo, con el mío. De aquí que la Luna en Aries desarrolle una atención constante a su propio deseo, y una actividad frenética alrededor de éste: se mantiene muy atenta a lo que ella quiere, y toma constantemente la iniciativa, porque la sensación que tiene es que si no se mueve ella primero, puede ser invadida. Esta percepción marca su manera de relacionarse y su reactividad emocional en la adultez.

El mecanismo

Se arma un mecanismo donde l**a persona tiene que ser la que tome la iniciativa primero,** que quiere decir también hacer lo que ella quiere, tiene que sentir que **mantiene su independencia y su deseo abierto.** Entonces yo me muevo, yo hago, yo decido, en un mecanismo que se vuelva más a más automático y que no tiene muy presente el registro del otro. **Este mecanismo puede hacer que la persona interprete cualquier iniciativa externa como invasión o amenaza a lo propio.**

También esta Luna necesita tener su deseo siempre disponible y abierto, la sensación es que para sentirme seguro tengo que hacer lo que quiero, hay una dificultad para planificar.

Es una Luna muy impulsiva, actúa antes de pensar, va hacia el deseo como si se encendiera una chispa dentro de ella. También necesita el movimiento.

Lo que es difícil para esta Luna es darse cuenta de que **su independencia es en realidad dependencia,** porque **no siempre refleja un deseo auténtico, sino una resistencia al deseo percibido del otro, basada en memorias infantiles. La impulsividad, el movimiento constante y la necesidad de acción son señales de esta reactividad.**

Luna en Aries es una persona que cree ser deseante, cree saberlo todo sobre el deseo, y no es así. Su deseo no surge desde adentro, es una reacción a la inseguridad.

La dinámica afectiva

En el hogar de esta Luna, el afecto suele mezclarse con conflicto, gritos o invasión. Así, se aprende que ser querido implica cierta lucha. En la adultez, la persona puede percibir que el afecto siempre invade, que los vínculos amenazan su independencia. Muchas Lunas en Aries sobrevaloran la quietud, la soledad y el silencio, y al mismo tiempo necesitan tensión para sentirse queridas. Este patrón se activa principalmente en el hogar: una Luna en Aries puede ser amable en público, pero buscar pelea o confrontación al llegar a casa. Su manera de expresar afecto puede ser "aporrear" amablemente. Como madre, también puede ser invasiva hacia los hijos, imponer su deseo.

Cuando no hay conflicto, la Luna en Aries entra en contacto con un vacío difícil de sostener. La persona confunde quietud con vacío y actividad o conflicto, con seguridad. **El mecanismo lunar del movimiento constante evita que la persona contacte con la quietud que se siente como vacío.**

Aquí hay una persona que necesita la tensión en el vínculo: si no está presente, inconscientemente lo provoca.

Desafíos femeninos y arquetípicos

En mujeres con Luna en Aries, hay asuntos pendientes con la madre y lo femenino. Este arquetipo combina una cualidad masculina fuerte, propia de las Amazonas, con incomodidad hacia la feminidad tradicional y lo materno, reflejando un conflicto con la identidad femenina, tal y cómo está moldeado por el patriarcado.

Talento y desarrollo consciente

El desafío de Luna en Aries es detenerse, entrar en contacto con la propia verdad y **discernir entre deseo auténtico y reactividad impulsiva.** Su

energía corporal y vitalidad abundante pide movimiento, y aquí reside su talento: la acción, la iniciativa, la asertividad y la capacidad de tomar riesgos.

El talento emerge cuando se rompe el mecanismo: la energía deja de ser una reacción automática y se convierte en acción consciente y dirigida. Aprender el signo opuesto, Libra, es esencial: registrar el deseo del otro, equilibrar la independencia con la relación y descubrir que la verdadera seguridad no viene de anticipar o resistir, sino de actuar desde la conciencia y la colaboración.

Luna en Aries en terapia

Luna en Aries suele mostrar impulsividad emocional y necesidad de autonomía, lo que puede generar **conflictos en relaciones cercanas.** En terapia, se trabaja en canalizar la intensidad y la independencia sin miedo al abandono.

- Reconocer y expresar emociones inmediatas sin herir a otros ni reprimirlas.
- Explorar el temor a perder libertad y cómo esto impacta la intimidad.
- Aprender a esperar y tolerar frustraciones, equilibrando impulsividad y paciencia.
- Técnicas de autocontrol emocional y autoafirmación, donde la persona pueda sentirse segura sin aislarse.
- Explorar el deseo auténtico versus el deseo reactivo.

Resumiendo Luna en Aries

Mecanismo neurótico: el movimiento, la independencia, la tensión vincular

Qué es difícil para Luna en Aries

- Reflexionar antes de actuar
- Permanecer en quietud cuando es necesario
- Ponerse en el lugar del otro

Qué necesita aprender Luna en Aries

- Canalizar el deseo, la agresividad, el enojo, a través del deporte, el movimiento corporal y la sexualidad.
- Tomar contacto con su verdadero deseo interno en lugar del deseo reactivo.
- Experimentar el no hacer
- Bajar la velocidad, respirar antes de actuar
- Actuar solamente cuando es necesario y no para rellenar vacíos emocionales

Preguntas para Luna en Aries

- Qué emoción intento evitar cuando me precipito?
- ¿Cómo sería confiar en que no necesito luchar para ser amada?
- ¿Puedo permitirme pedir ayuda sin sentirme débil?

Prácticas para Luna en Aries

- Cualquier tipo de movimiento corporal, especialmente si con una cierta intensidad
- La respiración profunda y consciente (por ejemplo: inhalar contando hasta 4, exhalar contando hasta 8)
- La escucha receptiva del otro
- La pausa, la reflexión antes del movimiento

- La meditación, también los tipos de meditación activa, con el cuerpo en movimiento

Frase sanadora para Luna en Aries

Puedo detenerme sin perder mi fuerza

Amuleto para Luna en Aries

Cuarzo rosa (suaviza lo masculino y abre al amor)

Luna en Tauro - si me aman, me dan lo que necesito

Similar a : Luna en casa 2, Luna conjunción, oposición o cuadratura a Venus (Nota: Venus tiene doble regencia y puede indicar Tauro o Libra, depende del resto de la carta), Venus o Tauro en casa 4

"Todo lo que se aferra demasiado termina por doler"
(Almudena Grandes)

Energía del hogar y la madre

Es un ambiente familiar en el que es muy importante la materia: tener dinero, tener bienes materiales, está muy valorado en esta familia. Ser un propietario, es algo importante. La comida también ocupa un lugar privilegiado; quizás sea una familia donde se reúnen todos a comer, y la comida luego va a ser un lugar muy afectivizado por el bebé con Luna en Tauro.

¿Cómo es la madre de este bebé? Es una madre que da mucho alimento, que ofrece mucha corporeidad al bebé: ofrece abrazos, tacto, calidez. La Luna está exaltada en el signo de Tauro, y así Luna en Tauro es una de las posiciones en principio más "felices" para la Luna: Luna en Tauro es una Luna "buena", hay mucha Luna aquí, y la experiencia de la infancia del bebé es buena porlomenos a nivel de necesidades materiales satisfechas. El bebé ha recibido mucho contacto y cuidado corporal, ha recibido alimento. Es una infancia donde al bebé se le ha proporcionado todo lo que necesitaba a nivel corporal. La madre siempre ha estado allí, dandole al bebé contacto y comida, Esta es una familia donde el cuerpo es lo primero, donde se presta mucha atención a lo que el cuerpo necesita. Así la energía que este niño va a identificar como energía segura, es ese nivel de cuidado en el que se satisfacen sus necesidades básicas.

El lado oscuro de esta madre es que puede ofrecer una sensación de calma y previsibilidad, pero bajo esa calma hay una necesidad de control y posesividad hacia el hijo.

El mecanismo

La creencia que se va a formar desde aquí, es que **la vida está para satisfacer mis necesidades,** y que cuando en una relación mis necesidades están satisfechas, estoy siendo querido, y cuando no lo están no. **Si me quieren, me dan lo que necesito**. Así Luna en Tauro se desarrolla como una persona para la cual todos los mecanismo biológicos son muy importantes: comer, dormir, la sexualidad, todas estas necesidades son muy importantes y si alguna falta, Luna en Tauro empieza a sentir que algo no va bien. La sensación que hay aqui es que lo básico del cuerpo no es negociable, tiene que estar sí o sí. Si no está, hay un problema.

Luna en Tauro es una persona que cuando experimenta estrés, y empieza a somatizarlo, enseguida quiere salir de la situación difícil, porque no se siente bien corporalmente. Sin embargo, hay situaciones que hemos de atravesar: **la presencia de un malestar físico o emocional, no indica que lo que estoy viviendo, no es lo que tendría que estar viviendo.** Lo que indica es que es un túnel complejo para mí a atravesar. De vez en cuando el crecimiento personal nos pide atravesar situaciones de este tipo.

Luna en Tauro es una persona que demuestra el afecto de manera corporal, a través del tacto y los abrazos, y que también necesita recibirlo de esta manera. La energía aquí va a mantener constantemente esta energía de seguridad material que la persona cree necesita para su supervivencia: comer, cocinar, dormir, ahorrar dinero. Desde fuera es fácil pensar que Luna en Tauro es materialista, cuando realmente lo que la persona está buscando es afecto.

La vida afectiva

¿Qué tipo de dificultad va a experimentar Luna en Tauro en las relaciones y en la vida de adulto? El problema de las Lunas "buenas" es que nadie quiere salir de ellas: ocurre lo mismo con las Lunas en los otros dos signos "buenos" para la Luna, que son Cáncer y Sagitario. Luna en Tauro desarrolla el talento de satisfacer sus necesidades materiales adonde vaya; entonces porqué tendría que salir de donde está, si en este lugar sus necesidades están satisfechas? Esta es una Luna que fácilmente puede quedarse en el nivel de **conformismo.** La zona de confort de Luna en Tauro es bien diferente a la de Luna en Aries: es una zona de confort donde se está cómodos, y para Luna en Tauro es muy difícil transitar áreas de incomodidad.

Para esta Luna la mayor dificultad será transitar las sensaciones corporales, que en principio para ella siempre son indicaciones de bien y mal. Cuando falta algo a nivel corporal, inmediatamente Luna en Tauro va a sentir que hay discomfort, hay falta de placer, y Luna en Tauro tiene un umbral muy bajo a la sensación de discomfort corporal.

El principal problema de Luna en Tauro es **la inercia.** Luna en Tauro es una persona a la que le cuestan muchísimo los cambios. También tiende a moverse energéticamente con movimientos lentos: son personas que quedan muchísimo tiempo en el mismo lugar, aun que en ese lugar ya no hay nada para ellos.

Cuando Luna en Tauro se siente insegura, se retira en un espacio interno, donde no hace nada, y donde la sensación es que en este adentro, tengo todo lo que necesito; de esta manera no se enfrenta al problema que está teniendo y se puede quedar allí mucho tiempo esperando que la tormenta pase allá afuera.

Esta Luna necesita integrar la energía del signo opuesto que es Escorpio. Integrar que es necesario a veces transitar los espacios del dolor, para crecer, que en la vida no existe solamente la comodidad.

La dificultad de esta Luna es justo adentrarse en las zonas desconocidas, donde sus necesidades quizás no van a ser satisfechas porque la vida no está hecha de esta manera y si me quedo solo donde estoy cómodo, me voy a perder muchas experiencias y me voy a quedar siempre siendo hijo.

Talento

El talento de la Luna en Tauro es saber materializar, concretar, y el talento de lo corporal (cocinar, dar masajes, alimentar etc)

Luna en Tauro en terapia

Luna en Tauro necesita seguridad, constancia y contacto físico para sentirse tranquila. En terapia, la prioridad es crear confianza y enseñar a tolerar la incertidumbre, trabajando la dependencia afectiva y el miedo al cambio.

- Explorar la necesidad de estabilidad y cómo a veces bloquea la evolución personal.
- Aprender a soltar la rigidez y el apego a lo conocido, aceptando cambios graduales.
- Reconocer la capacidad de disfrutar sin depender de la validación externa.
- Trabajar con ejercicios de conexión cuerpo-mente, respiración y anclaje emocional.
- Aprender a transitar el discomfort corporal que aparece en situaciones de estrés.

Resumiendo Luna en Tauro
***Mecanismo neurótico*: aferrarse a lo seguro**

Qué es difícil para Luna en Tauro

- Ponerse en marcha cuando es necesario actuar
- Entender que evolucionar implica salir de lo práctico y material
- La flexibilidad de explorar opciones distintas (Géminis), salir de lo fijo
- Soltar lo que ya no aporta

Qué necesita aprender Luna en Tauro

- Confiar en que soltar también es ganar. Confiar en la verdadera abundancia que no es cumular.
- Dejar de calmar la ansiedad comiendo o dándose sucedáneos materiales
- El desapego
- Superar la incomodidad especialmente corporal

Preguntas para Luna en Tauro

¿Qué temo perder si dejo ir lo que ya no me nutre?
¿Dónde confundo placer con control?
¿Qué sensación me produce el vacío?

Prácticas para Luna en Tauro

- Bioenergética y toda práctica corporal que libere energía
- Explorar múltiples opciones para salir de un problema
- Tirar lo que no sirve, dejar de cumular, limpiar espacios
- El enraizamiento corporal, sentir que la tierra sostiene
- Tomar conciencia de su respiración mientras suelta el aire (resaltar el momento de soltar).
- Dejarse tocar por una música sin resistirse al movimiento.

Frase sanadora para Luna en Tauro

Confío en que la vida me sostiene incluso cuando suelto

Amuleto para Luna en Tauro

Obsidiana negra (ancla y ayuda a liberar el apego)

Luna en Géminis - si me aman, necesito entenderlo

similar a Luna en casa 3, Luna en conjunción oposición o cuadratura con Mercurio (Mercurio tiene doble regencia y puede indicar Géminis o Virgo, depende del resto de la carta), Géminis o mercurio en casa 4

"Mi madre me enseñó todas las palabras, menos las que nombran el silencio"
(Alejandra Pizarnik)

Energía del hogar y la madre

El bebé con Luna en Géminis nace en un hogar donde la palabra, la información (saber cosas) y la inteligencia son altamente valoradas. Es un niño que ha sido reconocido por su curiosidad, por saber muchas cosas, por su capacidad de nombrar y explicar lo que ocurre, por su capacidad mental. La casa suele estar llena de libros, televisión, radio y estímulos intelectuales; desde pequeño aprende que nombrar lo que siente y pensar lo que pasa es importante.

La madre transmite afecto a través de la palabra: ante el dolor o la dificultad, no ofrece contacto físico, sino explicaciones y guía racional. Así, el niño comprende que la palabra y la información son herramientas de cuidado y seguridad, que la palabra es importante, es importante saber explicar las cosas. Esta dinámica desarrolla un hábito temprano de lectura y aprendizaje constante, y un refugio en la curiosidad y la comunicación.

Éste es un niño muy curioso, le encanta enterarse de las cosas, buscar información, leer y hablar, interactuar con los demás. El afecto para esta Luna está repartido en varios lugares: **no hay afecto en un solo sitio, sino en muchos.** Por ejemplo en los vecinos, a este niño todos los vecinos le quieren, le dicen cosas, le hacen mimos, le dan chuches, y el niño siente que

lo quieren en varios lugares. También puede ser que haya muchos hermanos, o que aun sin ser muchos, los hermanos le cuidan en parte, entonces el niño siente que hay afectos en más lugares, no solo en uno. **Justo esta sensación de repartición de la energía es lo que será para este niño la energía de seguridad.**

También, se desarrolla aquí la idea que **todo se tiene que explicar,** todo tiene una explicación. Ante cualquier dificultad, esta Luna, si se asusta, va a tratar de entenderlo, buscar información, comunicarse. Así el cuerpo se calma.

Si no entiendo, la sensación corporal es de alarma.

El lado oscuro de esta madre es que puede ser una madre muy cambiante, nerviosa o inconstante. Un día está disponible, otro día está distraída o sobreestimulada. No siempre cumple lo que promete, o se dedica al chisme. También puede ser emocionalmente ausente.

El mecanismo

Luna en Géminis aprende a explicar y racionalizar antes que a sentir.

Entonces aquí se va armando un mecanismo donde la persona progresivamente va perdiendo el contacto con lo que ocurre, y tiene contacto con **lo que piensa de lo que le ocurre.**

También Luna en Géminis c**onfunde explicar el porqué de un problema, con encontrar la solución a un problema.**

El trabajo de esta Luna va a ser con lo emocional. Es una Luna para la cual es muy fácil observar, ponerle nombre a las emociones, pero no se implica emocionalmente, como si no fuera parte del asunto, entonces no se hace cargo de su posición.

Esta Luna afectiviza la palabra, la posibilidad de explicar lo que está ocurriendo, la posibilidad de racionalizar la realidad, ser social, comunicarse; son personas que tienden a hablar de más cuando se sienten inseguras, incluso ser verborroicas.

Freud era Luna en Géminis, y Freud desarrolla una disciplina, el psicoanálisis, donde la palabra tiene acceso al inconsciente. Nosotros hoy sabemos que existen otras maneras, incluso más efectivas, de llegar al inconsciente.

En la adultez, este mecanismo, unido a la distribución múltiple de la energía, se manifiesta como dispersión, dificultad para enfocarse, y tendencia a fragmentar la energía: leer varios libros a la vez (es el adicto a la lectura del zodiaco, la lectura es su refugio), asumir múltiples actividades o responsabilidades, evitando profundizar en un solo aspecto de la experiencia. **Juntar lo que tiende a disociar, es el trabajo de esta Luna para crecer.**

La Luna en Géminis teme la intensidad emocional, la vive como absorbente o abrumadora, y se protege con la palabra, el humor o la racionalización.

Para esta Luna **la vida es un juego.**

Cuando hay una situación de tensión, esta Luna a menudo hace un chiste.

"Mis palabras me protegen, pero también me separan de mí misma"
(Marguerite Duras)

Vida afectiva

El mecanismo Lunar de Luna en Géminis es l**a disociación de la carga energética:** Luna en Géminis no puede hacer una sola cosa a la vez, necesita leer cuatro libros a la vez, hacer cuatro cosas a la vez, tener dos trabajos, dos casas, el mecanismo repetido aquí es **dividir y fragmentar** mi energía porque cuando me divido, me siento seguro. Este mecanismo impide profundizar y crecer.

Esta Luna, como todas las Lunas de aire, tiene una gran capacidad de autoobservación, pero no tiene tanto la capacidad de sostener la intensidad de la emoción. Dividir y fragmentar es la manera que tiene para no tener que sostener mucha intensidad a la vez; lo que ocurre es que en este

mecanismo, esta Luna pierde la posibilidad de profundizar y de transformar su conocimiento en sabiduría (Sagitario). Así Luna en Géminis es un eterno alumno, que siempre está cumulando información que nunca llega a convertirse en sabiduría, porque la síntesis de la sabiduría pide profundizar. Es una persona que cumula mucha información y a menudo no hace nada con ella.

En este moverse de aqui para allá, en este cumular información, Luna en Géminis se mantiene niñ@.

Es frecuente que sean personas alegres, con un aspecto muy juvenil, cuando la situación se pone tensa les cuesta quedarse, bromean para escaparse. Suelen tener un vínculo importante con los hermanos, y desde allí tienden luego a desarrollar **el rol de hermano con todos,** una vez adultos, manteniéndose en **el rol perpetuo de chico/adolescente.** Esto puede traer problemas en vínculos donde se pide otra cosa, por ejemplo con los propios hijos

Son extremadamente sociales, y la socializad con muchos también es una manera de no profundizar.

Talento y desarrollo consciente

El talento de Luna en Géminis es poner palabras a lo que ocurre. La clave del crecimiento es aprender la síntesis (Sagitario): transformar el conocimiento acumulado en comprensión vivencial y sabiduría, permitiéndose sentir y profundizar en las emociones y experiencias. Solo cuando Luna en Géminis integra pensamiento y sentimiento, conocimiento y experiencia, emerge su verdadero talento.

Luna en Géminis en la terapia

Luna en Géminis necesita interacción, información y flexibilidad para sentirse segura. En terapia, el foco está en integrar emociones y

comunicación, ya que tiende a intelectualizar los sentimientos y evitar profundizar en la vulnerabilidad.

- Trabajar en conectar pensamiento y emoción, para no quedarse solo en la mente.
- Reconocer el miedo a la monotonía o al estancamiento emocional, que genera inquietud.
- Aprender a escuchar y sostener sus emociones, sin dispersarse ni racionalizar todo.
- Aprender a no evadirse
- Explorar el rol de hermano o eterno adolescente, en vínculos
- Hacer el ejercicio de profundizar en un vínculo
- Ejercicios de presencia y concentración.

Resumiendo Luna en Géminis

Mecanismo neurótico: pensar en lugar de sentir, eterno alumno/adolescente

Qué es difícil para Luna en Géminis

- Concentrarse o elegir
- Hacer síntesis
- Entrar en lo emocional
- Identificar cuando las explicaciones no aportan nada y se necesita otra cosa en ese contexto

Qué necesita aprender Luna en Géminis

- Contactar con las emociones
- Usar su capacidad de exploración para hacer síntesis
- Elegir o centrarse en algo no significa perder, sino es lo que permite el crecimiento
- Hacer algo con la información que tiene

Preguntas para Luna en Géminis

- ¿Qué estoy evitando sentir con tanta palabra?
- ¿Qué pasa si dejo de explicar y solo respiro?
- ¿Cuándo y cómo me desconecto de mi cuerpo?

Prácticas para Luna en Géminis

- Mover el cuerpo
- Todas las prácticas que ayudan a la concentración: por ejemplo las posturas de equilibrio en yoga, meditar enfocando una vela o un objeto y así
- Menos multitasking, menos evitar la dispersión
- Evitar la superficialidad, profundizar con algo o alguien
- 10 minutos diarios de escritura libre sin censura.
- Práctica de grounding: notar los pies en el suelo.

- Un día sin redes ni lectura, observando sus pensamientos

Frase sanadora para Luna en Géminis

Puedo sostener lo que siento sin tener que explicarlo

Un amuleto para Luna en Géminis

Ágata cornalina (activa el segundo chakra y la conexión con el cuerpo)

Luna en Cáncer - si me aman, me adivinan

Similar a Luna en casa 4, Cáncer en casa 4

El niño que nace ya tiene un pasado"
(Casilda Rodrigañez)

Energía del hogar y la madre

El bebé con Luna en Cáncer nace en un hogar con mucha luna (la luna está en domicilio en Cáncer).
La madre está presente, está en el hogar. Aquí tenemos una buena Luna, como la Luna en Tauro. Es un hogar cálido, mullido, rodeado de afecto, constantemente hay una bruma de afecto que contiene y cuida al bebé. En esta familia hay alguien que todo el tiempo adivina lo que necesita el bebé y responde siempre, siempre está presente para cuidar. Hay una conexión muy emocional, una sintonía grande con la familia. Mamá está presente, mamá sabe lo que necesito y me lo da, pero no es desde lo corporal, como Luna en Tauro, es desde lo afectivo, desde lo emocional.
Aquí la sensación es que en el hogar hay afecto, aquí no es ni siquiera necesario manifestar el afecto corporalmente, hay una sensación de sentirme querido, contenido, el afecto siempre esta disponible para contenerme.
Se va armando la sensación de que siempre hay alguien para cuidarme.
El lado oscuro de esta madre es que el amor se mezcla con la simbiosis, la sobreprotección o la dependencia emocional. La madre puede ser invasiva emocionalmente, o crear dependencia o deuda, victimizarse por aquello que da.

"Madre, el mar está lleno de tus lágrimas"
(Gabriela Mistral)

ANNA RAJANAND

El mecanismo

¿Qué se afectiviza aqui?

Lo que tiene que ver con la memoria de la familia: los rituales y recuerdos familiares. Se van generando ámbitos donde me siento seguro, y son ámbitos familiares. El talento de esta Luna es generar ámbitos, espacios. Por ejemplo en su lugar de trabajo tendrá su escritorio y su silla, su rincón cálido, si lo cambian de lugar es una catástrofe; o el recorrido que hago todo los días para ir al trabajo tiene que ser el mismo. Luna en Cáncer va generando la sensación de que **hay nidos,** lugares conocidos, y estos son los lugares que afectiviza. En los lugares conocidos me siento como en mi casa, me siento seguro y contenido, así me gusta volver por los mismo lugares, caminar por las mismas casas etc. **Hay algo aqui con la memoria, que está muy afectivizado.**

Esta es una Luna de agua, y para la Luna de agua las cosas ocurren por como yo las siento. Es una Luna muy subjetiva, y es muy difícil, por no decir imposible, hacerle entender a Luna en Cáncer que quizás el significado de lo ocurrido sea diferente a lo que siente ella, porque si ella lo siente así, es que es así. **Las cosas pasan por como a mí me impactan.** Las cosas se filtran a partir de mi memoria emocional, lo conocido del pasado, y esto condiciona como recibo lo nuevo, es como si constantemente lo estuviera comparando con la memoria. Esto da una vivencia muy subjetiva de las cosas, y es la única que cuenta. Todo se transforma en algo que me impacta a mí, y si me impacta a mí, es así, las cosas pasan así. Le cuesta mucho tomar distancia con los niveles mas impersonales de la realidad, la propia emoción se transforma en el centro del mundo.

Cuando algo no le gusta o es nuevo, Luna en Cáncer tiende a cerrarse y contraerse hacia dentro, creando un espacio inaccesible para los demás. Su mecanismo de protección es la emoción misma: si no se siente cuidada, se retrae y la apertura requiere tiempo y confianza. **Esta Luna espera que los demás adivinen sus necesidades, como lo hizo su madre, sin necesidad de**

exponerlas verbalmente, y cuando esto no ocurre, se siente no querida o ignorada.

El afecto y la seguridad son vitales, y la trampa de esta Luna está en su **dependencia emocional del entorno conocido.** Es una Luna muy dadora, muy cuidadora, pero al mismo tiempo se resiste a salir de su zona de confort afectivo. Su talento de empatía y cuidado puede convertirse en una limitación si no logra relacionarse con espacios o personas que no ofrecen seguridad inmediata.

Esta es otra luna "demasiado buena": para Luna en Cáncer es muy fácil conseguir afecto, suelen ser personas tiernas y cariñosas. Así siempre hay un lugar adonde ir, para evitar el encuentro con lo "frío."

La vida afectiva

Esta es una Luna de pocos afectos pero muy profundos y generalmente muy históricos, antiguos. **Aquí lo que se afectiviza siempre es lo conocido.** Los mejores amigos son aquellos que siento como si fueran parte de mi familia, como si siempre hubiéramos estado juntos.

Entonces cada vez que ocurre algo degradable, esta Luna va a buscar algunos de estos lugares donde sí se siente segura; llora, se abre emocionalmente, busca contención. Cuando esta Luna pide contención, lo que necesita es la validación total de sus sensaciones. Ni se te ocurra razonar con Luna en Cáncer en esos momentos, o intentar introducir realismo, eso puede llegar solamente después.

Esta Luna tiende a quedarse en el rol de hijo, proyectando gran parte de su identidad en el nosotros del grupo familiar o afectivo. Su entrega es total, y espera reciprocidad; cualquier desviación del "nosotros" se vive como falta de afecto o traición. Los lazos vinculares son simbióticos.

También es una persona que tiene mucha capacidad para adivinar lo que le pasa al otro, es capaz de conectarse fácilmente con ese lugar tuyo que necesita. Entonces se espera lo mismo de tí: si no la adivinas, no la quieres.

La sensación que Luna en Cáncer tiene de si misma es que es muy vulnerable, muy fácil de lastimar, y si la otra persona no es sensible lo suficiente para conectar conmigo, entonces no puedo fiarme de ella. Para dar acceso necesita recuperar la confianza de que tú te conectas conmigo y me cuidas, y cuando ocurre eso? Cuando yo lo siento así.

Aquí es todo muy subjetivo y un territorio minado para el otro, que no tiene ningún manual de instrucciones. Luna en Cáncer está dominada por sus emociones, y cuando se cierra está tan asustada y tan embuida de lo que siente, que no puede ir más allá de sus emociones, porque *eso sería ir más allá de la Luna.*

Entonces aquí va la paradoja del mecanismo: para una persona que tiene una capacidad emocional altísima, l**a trampa es que la conexión solo puede ser emocional, no puede conectarse con otra cosa que no sea la emoción.**

Es difícil explicarle a esta Luna que las cosas no fueron como ella las sintió. Aquí la realidad no cuenta, las palabras no cuentan, Luna en Cáncer tiende a despreciar todo lo que es mental. La realidad pasa por lo que yo sentí.

Aquí hay un mecanismo de autoprotección muy fuerte, y como además esta Luna siempre encuentra a personas que la cuidan, porque es una especialista en eso, cómo va a querer salir de este lugar tan cálido?

Aqui tenemos un mecanismo parecido a Luna en Tauro. **Cuando la Luna es muy dadora, faltan ganas de salir de la Luna.**

Para esta Luna va a ser todo un aprendizaje salir de su adentro, de su cáscara emocional, y atreverse afuera.

Desarrollo del mecanismo y talento

¿Qué necesita para hacer eso?

Empezar a mirar afuera, mirando no desde dentro, mirando el afuera como es, y esto es muy difícil aquí, es muy difícil ponerse en cuestión.

Hasta que no consiga trascender sus sensaciones esta Luna está atrapada en su manera de ver la realidad.

Son personas que tienden a quedarse niños. Para esta Luna tener hijos es todo un tema, y justamente tener hijos suele ser un punto de transformación muy grande para Luna en Cáncer, porque la invita a dejar **el rol de hijo donde siempre tiende a colocarse.**

Los lazos son muy fuertes, y **no hay espacio para que tú tengas deseos individuales.**

La traición es muy dolorosa para esta Luna, que es muy susceptibles todas las veces que no se registran sus necesidades. Para esta Luna la vida está para cuidarla y éste es el tema que necesita trabajar. Le viene bien conectarse con la energía más autónoma de Capricornio.

El talento de Luna en Cáncer reside en la empatía y la capacidad de cuidar. Su sensibilidad y conexión emocional le permiten detectar necesidades ajenas y responder a ellas con gran profundidad. Integrar la energía de Capricornio puede ayudarla a desarrollar autonomía y madurez emocional, aprendiendo a relacionarse con el mundo fuera del nido familiar sin perder su esencia cuidadora.

Luna en Cáncer en terapia

En consulta, Luna en Cáncer puede sentirse muy vulnerable y temerosa de mostrar sus emociones por miedo a no ser comprendida. Su terapeuta debe ofrecer un espacio seguro y contenedor, donde las emociones sean validadas antes de intentar analizarlas.

- Trabajar en tomar distancia de las propias emociones sin sentirse culpable o desconectada.
- Explorar la historia familiar y los rituales de cuidado, identificando patrones de dependencia afectiva.
- Ejercicios de autocuidado autónomo, para que la persona aprenda a cuidarse más allá de la respuesta del otro.
- Aprender a expresar necesidades explícitamente, en lugar de esperar que los demás adivinen sus sentimientos.

Resumiendo Luna en Cáncer

***Mecanismo neurótico*: quedarse en lo conocido y familiar**

Qué es difícil para Luna en Cáncer

- Salir a lo desconocido
- Ser objetiva con sus emociones
- Salir de la dependencia emocional
- Dejar de maternar por defecto, o pedir ser maternada
- Salir de su mundo interno privado
- Salir de los lazos simbióticos (pertenecer=simbiosis)

Qué necesita aprender Luna en Cáncer

- Que las emociones pueden ser subjetivas
- El autosostén de Capricornio
- Independencia en vínculos
- Atreverse
- Poner límites

Preguntas para Luna en Cáncer

¿A quién intento salvar cuando no me escucho?

¿Qué parte de mí necesita mi propia protección?

¿Dónde doy más de lo que tengo?

Prácticas para Luna en Cáncer

- Explicar lo que siente
- Darse la posibilidad de tener vínculos superficiales y no solamente íntimos
- Conectar más con el afuera aunque no se sienta tan cómodo
- Decir "no" amorosamente al menos una vez al día.
- Escribir una carta a su niña interior.
- Toda terapia enfocada en familia, linaje

• Rituales de autocuidado al preparar comidas solamente para ella

Frase sanadora para Luna en Cáncer

Yo también merezco el cuidado que sé dar

Amuleto para luna en Cáncer

Piedra luna (favorece la ternura y la conexión emocional)

Luna en Leo - si me aman, me hacen sentir especial

Similar a Luna en casa 5, Luna en conjunción, oposición o cuadratura con el Sol, Sol o Leo en casa 4

"Crecí a la sombra de tu luz,
aprendiendo que amar era aplaudir"
(Sylvia Plath)

Energía del hogar y la madre

Es un hogar donde desde el principio al bebé se le da mucha importancia, mucha valoración; el bebé es el centro de la familia. Es una familia donde hay un cierto registro de especialidad: se entiende que hay personas especiales respecto al resto, personas que merecen un tratamiento diferente, que destacan.

A partir de aquí la persona Luna en Leo desarrollará una confusión entre amor y admiración.

El bebé Luna en Leo no necesita hacer nada para ser valorado; la familia le otorga un rol principesco, por el hecho de existir. Este bebé desde el principio es el favorito de alguien, quizás no de la madre, sino de otro miembro de la familia. Quizás sea hijo único, o el primero hijo, o simplemente un hijo muy deseado por alguna razón. Sea como sea, se va creando una sensación en el niño de que él/ella es una persona muy importante, que merece un lugar especial por el mero hecho de ser él. Así se va generando **una confusión entre ser querido y ser importante**, y el niño sale al mundo creyéndose que va a recibir el mismo tratamiento allá afuera.

El problema es que la vida no está hecha de esta manera y con este mecanismo, la frustración con la realidad está asegurada.

Cuando no obtiene un tratamiento especial, en Luna en Leo se produce una especie de indignación, una respuesta desde el orgullo, como si el problema lo tuvieran los demás. ¿Cómo no se dan cuenta que tengo estos dones? Es un problema de los demás si no lo entienden.

El mecanismo

Cuando no recibe el tratamiento principesco al que cree tener derecho, esta Luna **se ofende y se retira.**

He aquí una Luna que en principio nos propone algo muy positivo: gracias a esta valoración que ha conocido desde el principio, Luna en Leo va a ser una persona con un alto grado de valoración personal, que no necesitará trabajo para reconocerse digno y valorado (a diferencia de otras Lunas, por ejemplo Acuario o Capricornio). En este sentido Luna en Leo no es una persona que va a registrar este tipo de carencia por defecto en su infancia; Luna en Leo es el favorito de alguien en la casa, ha conocido mirada. También decir que el lado oscuro de esta madre es que puede ver el hijo como una proyección de su propio narcisismo, el hijo debe sostener un rol para satisfacer el ego materno, brillar por ello.

Pero en principio, digamos que porlomenos aquí tenemos de entrada un cierto nivel de autoconfianza. Lo que ocurre es que esta autoconfianza se convierte en necesidad de ser especial todo el tiempo: al ingresar a la vida fuera de la familia, empiezan los conflictos vinculares.

El problema de Luna en Leo se va a manifestar en los vínculos, cuando esta Luna va a empezar a relacionarse esperándose de manera natural ser especial, sin hacer nada en concreto para merecerlo.

La equivocación de base de esta Luna, es **identificar ser querido con ser adorado.** Si esta Luna no recibe el feedback de ser especial, va a sentir que es ignorada por completo, que no es querida para nada. Esta Luna **confunde "no ser el especial" con "no ser nadie"** y desde este lugar va a experimentar mucha frustración en la vida, ya que es prácticamente imposible responder a su exigencia afectiva.

La vida afectiva

La realidad va a ser la fuente de muchas frustraciones para esta Luna, que es una Luna muy susceptible; es muy fácil ofender una Luna en Leo, y aquí Luna en Leo tsuele manejarse entre dos posibilidades:
reaccionar desde la altivez y el orgullo, o retirarse sintiéndose un animal herido.
Ambas reacciones suelen ser dañinas para la relación; sería más de ayuda hacer un check-in con la realidad y expresar lo que está sintiendo. Esto le permitiría confrontar su expectativa con las reales motivaciones del otro, y con lo que el otro puede darle desde la realidad.
La reacción automatizada de Luna en Leo en vínculos suele desubicar a los demás, que no entienden nada de lo qué ocurre; y también provoca un aislamiento que es doloroso para la persona.
Sin embargo no es fácil para Luna en Leo ponerse a hacer el check in de la realidad- la sensación que hay es que porqué tengo que ponerme aquí a explicarme, si tú me tendrías que dar esto por ser yo.
A esta Luna no le es fácil por ejemplo, ponerse a competir por algo, explicar a su jefe porqué tendría que darle la promoción a ella; la sensación es que tendrías que dármelo a mí por ser yo, no necesito demostrarte nada, ¿no ves lo bueno que es mi trabajo?
Muchas Lunas en Leo, incapaces de sostener el peso de tanta necesidad de aplauso negada, acaban escondiéndose, renunciando a ser vistas desde el principio, mientras otras se quedan en un mecanismo de sobreexposición que a veces resulta irritante para los demás.
Esta Luna necesita trabajar la frustración, porque no la gestiona bien.
También necesita aprender Acuario, necesita aprender que la necesidad del grupo o del otro también cuenta.
También en esta Luna, como en todas las Lunas de fuego, hay una dificultad en conectar y mostrar su vulnerabilidad.

Talento

El talento de esta Luna es la autoexpresividad, confiar en su propia creatividad y expresarlo, organizar la energía de una situación, tiene mucha energía de centro.

Luna en Leo en terapia

Luna en Leo suele entrar en terapia con alta sensibilidad al reconocimiento y al mismo tiempo cierta resistencia a mostrarse vulnerable. Necesita aprender que ser querida no siempre equivale a ser admirada.

- Trabajar con frustraciones afectivas, revisando expectativas poco realistas sobre el mundo exterior y los vínculos.
- Reconocer la diferencia entre ser querido y ser especial, y conectar con la valoración interna.
- Explorar formas de autoexpresión creativa que no dependan de la aprobación del otro.
- Integrar la empatía y el respeto por las necesidades ajenas, para equilibrar relaciones.

"El Sol también es una estrella"
(Dane Rudhyard)

Resumiendo Luna en Leo

***Mecanismo neurótico:* la necesidad de ser especial**

Qué es difícil para Luna en Leo

- No tomarse las cosas personalmente
- No ser vista o no tener aplauso
- Ser humilde y aceptar que es una más en un grupo, ceder el protagonismo
- Reconocer las necesidades de los otros

Qué necesita aprender Luna en Leo

- Ser querida es distinto a ser especial
- Dar su feedback cuando se siente herida, en lugar de retirarse

Preguntas para Luna en Leo

- ¿Qué pasaría si nadie me aplaudiera?
- ¿Dónde entrego mi poder por aprobación?
- ¿Qué quiero expresar solo por placer?

Prácticas para Luna en Leo

- Cualquier actividad creativa
- Validarse en lugar de buscar validación afuera
- Practicar la humildad y aceptar las criticas
- Colaborar, practicar lo grupal, cocreaciones en red
- La terapia grupal, estar en grupos
- Bailar o cantar en soledad.
- Escribir una carta de gratitud hacia ti misma.
- Visualizar una luz dorada expandiéndose desde tu corazón.

Frase sanadora para Luna en Leo

Mi luz no depende de quién la mire

Amuleto para Luna en Leo

Citrino (fortalece la autoestima y la alegría genuina)

Luna en Virgo - si me aman, les sirvo

Similar a : Luna en casa 6, Luna en conjunción, oposición, cuadratura con Mercurio (Mercurio tiene doble regencia y puede indicar tanto Géminis como Virgo), Mercurio o Virgo en casa 4

"La perfección es terrible, no puede tener hijos"
(Sylvia Plath)

Energía del hogar y la madre

Nace en un ambiente familiar donde todo está muy organizado: las tareas, los horarios, lo que hay que hacer. Es una casa donde hay orden, donde hay organización. El niño tiene horarios donde mamá está disponible, y otros donde no etc.

Entonces este niño en principio tiene una vida organizada; no hay mucho espacio para la espontaneidad. La madre es más bien fría, poco espontánea, y trata al niño como a un adulto. Aquí tenemos una experiencia infantil donde claramente al niño no se le ha permitido ser niño. Es **un niño adulto desde pequeño:** un niño al que se le piden comportamientos propios del adulto: ser muy cuerdo, organizarse, ayudar. A este niño no se le ha permitido ensuciarse, jugar, expresar las conductas propias infantiles.

El lado oscuro de esta madre es que suele corregir más de lo que valida, pensando que así enseña. También puede ser distante, contenida, racional y controlada.

¿Qué es lo que el niño aprende desde pequeño? Que mamá le premia cuando se porta así, cuando es sabio, y cuando es servicial. Así el mecanismo psicológico que se va a crear es de un niño que aprende a ser útil: cuando es útil el niño está cerca de mamá. Asi va desarrollando un talento de hacer lo que es necesario para la situación: ser útil, servir la situación, servir el sistema. De esa manera obtengo cariño.

La necesidad del niño siempre es postergada. **Primero viene el funcionamiento del sistema (luego será la casa, el trabajo, la familia etc), y luego vengo yo.** Desarrolla un mecanismo de sobreadaptacion, donde su necesidad viene continuamente dejada de lado para más tarde. Esta es una Luna donde no hay tanta experiencia materna (es muy diferente a las Lunas en Cancer y en Tauro, por ejemplo, aunque también hemos visto que tener mucha presencia materna no es tan bueno).

El niño aprende a postergar necesidades, porque tiene que respetar continuamente un programa externo. En esta sobreadaptoacion, para que funcione, el niño está obligado a cancelar emociones internas.

¿Cómo puede llamar la atención este niño?

Por ejemplo, enfermándose. Solo la enfermedad consigue la alteración del orden del hogar, ya que es un hogar donde este tipo de necesidades está muy tenido en cuenta (la salud suele ser muy importante en la casa de Luna en Virgo)- en estas situaciones el niño consigue ser el centro de la atención. Así muchas Lunas en Virgo desarrollan hipocondría de adultas, que es una manera de captar atención y también de exteriorizar el miedo que Luna en Virgo tiene a a que las cosas se salgan de su lugar. El mecanismo infantil es que todo tiene que estar ordenado, limpio Si no lo está, siento pánico.

El mecanismo

Se va afianzando en la persona una gran capacidad de entendimiento, con un altísimo sentido lógico- desarrolla una gran capacidad lógica, porque en este mecanismo de sobreadaptación, ha entendido como son las cosas, han entendido la lógica de la realidad, lo que la vida organiza.

Entonces ser afín a esa lógica que organiza la vida es el lugar más seguro de todos. Esta Luna tiene la precisión de un mecanismo de horología: inmediatamente va a buscar el orden de las cosas. Cuando las cosas son lógicas, esta Luna se siente segura. Confía en lo que es lógico, y lo que no es lógico u ordenado le genera pánico. Para esta Luna va ser muy difícil

procesar todos los pulsos más emocionales, vitales, subjetivos, oscuros. El mundo del instinto.

Para esta Luna **la mente es muy afectivizada, como si el universo fuera un lugar mental.** No es una persona que va fácilmente a una consulta de astrología o de tarot, si va es porque Neptuno o Piscis están presentes en la carta. Pero aún así, una parte de la persona siempre se mantendrá muy lógica durante la consulta, alerta a todas las contradicciones que pueda decir el astrólogo, o con la necesidad de comprobar que lo que le están diciendo es cierto, a través de la experiencia.

Luna en Virgo **se mueve desde el miedo al caos, y también desarrolla desarrolla una actitud muy perfeccionista, muy crítica, hacia los demás.** Luna en Virgo se pone constantemente en actitud de organizar, ordenar, las cosas del otro, criticar al otro, ve enseguida cuando hay una falta, un error, una contradicción; también, especialmente cuando está insegura, se vuelve muy argumentativa, sobreanalizando detalles, lógica y queriendo tener la razón.

El orden, la limpieza, la tarea y el sobreanálisis son las conductas de defensa de esta luna.

Es una Luna que se lleva muy bien con la realidad: entiende cómo funciona y su talento innato es acomodarse a ella. Entonces va a tener talentos muy útiles como mecanismos de supervivencia; en principio nadie la va a ver nada malo en esta Luna, ni la persona misma, que va a recibir mucho feedback positivo. Luna en Virgo es una persona que le cae bien a la gente. La gente la quiere en su vida, porque es cómodo tener una Luna en Virgo en tu vida.

El problema es que esto viene con el precio de postergar su propio deseo y su propia necesidad.

El otro problema es que esta Luna se viene a colocar siempre del lado de la "madurez"- porque el talento de esta Luna es justo el talento del niño que se muestra maduro. No es fácil para esta Luna ver que cuando se porta de manera tan lógica, tan madura, tan perfeccionista, organizando la vida de

los demás y criticando la inmadurez de los demás, es ella la que se está portando de manera infantil.

Cuando estoy tan maduro, tan correcto, tan racional, en realidad estoy siendo infantil, esta es la paradoja de Luna en Virgo.

Para Luna en Virgo sería muy buen dar rienda suelta a su espontaneidad, por ejemplo enfadarse, ensuciarse, porque se agarra a sus mecanismos para evitar su espontaneidad que le da miedo.

Luna en Virgo **tiene dificultad a integrar cuando ella misma necesita,** ya que no está acostumbrada a detectar su necesidad. Es la típica persona que cuando le preguntas que necesita, responde "Nada".

Hasta que se enferma.

Desarrollo y talento

Esta Luna tiene que **aprender a registrar lo que ha postergado-** en algún momento de la vida esta persona necesitará revisar su biografía y darse cuenta de que si no atiende lo que no es lógico, y si no atiende sus necesidades, no va a encontrarse bien. Luna en Virgo tiene un niño herido dentro y necesita recuperarlo como niño - porque allí hay algo que quedó carente. El niño no ha recibido todo lo que necesitaba, **la vida tiene una deuda de afecto con Luna en Virgo;** y en algún momento Luna en Virgo necesita tocar que está, necesita aprender a darle valor. Su lógica tiende a postergar, a quitarle importancia, como si eso fuera secundario. Eso es lo que le viene fácil a esta Luna.

Si no cuido de mis carencias, en algún lugar van a salir - en la enfermedad por ejemplo tomará contacto con sus necesidades, o vivirá episodios a un cierto punto, donde se verá guiada por el destino a"rebelarse" y necesitará rebelarse de más para recuperar lo que no vivió.

Esta Luna **afectiva el trabajo, el servicio,** no vive como conflicto trabajar tanto, Luna en Virgo disfruta de trabajar, para ella **la vida es trabajo.** El problema es la postergación de sus necesidades primarias. Cuando esta Luna toca esto, le va a costar darles suficiente espacio, porque cogerse

poquísimo espacio, ya le parece mucho. De esta manera Luna en Virgo no termina de conectar con el vacío de todo lo que no ha recibido.

Luna en Virgo necesita aprender a pedir, que no está mal pedir y tener necesidades. Yo necesito esto, y lo necesito hoy.

El problema es que cuando empieza a pedir, lo va a hacer de manera no adecuada, con timidez, las personas no entienden y no dan. Entonces Luna en Virgo registra que cuando pide no hay. Esto la va a frustrar y a reforzar el mecanismo: cuando necesito, me encuentro con Virgo.

La persona necesita conectar con toda la potencia de su necesidad y reclamarlo de una manera que los demás lo sientan: darse cuenta de que la única forma de ser útil a los demás, es cuando mis necesidades también son satisfechas. Para que el sistema esté bien, ella también tiene que estar bien y si tiene una necesidad, es urgente expresarla.

Necesita trabajar con su tendencia a conformarse con poco, y a postergar. Le va bien trabajar con la energía piscina, que para ella es energía desordenada, desestructurada. Piscis está fuera de la lógica.

El talento de esta Luna es el servicio.

Luna en Virgo en terapia

Luna en Virgo puede acercarse a la terapia muy racional, ordenada y controladora, con dificultad para conectar con sus propias necesidades emocionales. La tarea terapéutica es dar permiso a sentir, sin juicio, y aprender que la utilidad no es la única vía de afecto.

- Trabajar en identificar y priorizar necesidades personales, sin postergarlas por el “bien común”.
- Explorar la crítica interna y la sobreadaptación, y cómo esto afecta vínculos y autoestima.
- Técnicas para soltar el control, permitir espontaneidad y explorar emociones irracionales o desordenadas.
- Reconocer el placer de ser cuidado y no solo de cuidar o servir.

Resumiendo Luna en Virgo
***Mecanismo neurótico:* sobreanálisis, perfeccionismo y control, el servicio**

Qué es difícil para Luna en Virgo

- Salir del orden, aceptar el caos
- Confiar en su intuición en lugar del análisis
- Animarse a pedir
- Animarse a ser protagonista

Qué necesita aprender Luna en Virgo

- Que el mundo del instinto y el caos también son validos
- Que las emociones no son lógicas
- Que lo suyo también importa

Preguntas para Luna en Virgo

- ¿Qué miedo hay detrás de mi necesidad de orden?
- ¿Qué pasaría si me dejo equivocarme?
- ¿Cómo me trato cuando no cumplo mis estándares?

Prácticas para Luna en Virgo

- Dejar de ayudar a todos, aprender a decir No
- Decir Sí a sí misma
- Desarrollar autoconfianza
- Aceptar la crítica
- Dejar de querer tener la razón
- Pedir ayuda, pedir lo que necesita
- Dejar algo "imperfecto" a propósito.
- Baño o ducha consciente para limpiar la autoexigencia.
- Dibujar o escribir sin objetivo.

Frase sanadora para Luna en Virgo

No necesito ser perfecta para ser digna de amor

Amuleto para Luna en Virgo

Amazonita (disuelve la autocrítica y aporta serenidad)

Luna en Libra - si me aman, no discutimos

Similar a Luna en casa 7, Luna en oposición conjunción cuadratura con Venus (Venus tiene doble regencia y puede indicar Tauro o Libra, según la carta), Libra o Venus en casa 4)

"Tenía miedo de perder el amor si mostraba mi verdad.
Así aprendí a ser espejo, no fuego."
(Anais Nin)

Energía del hogar y la madre

¿Cómo es el nido de Luna en Libra?
Agradable, bello, armónico, social: es una casa muy abierta, donde se recibe gente, abierta al afuera. Mamá es social, le gusta estar con personas, y es una mujer agradable. Hay mucho placer en este encuentro con el afuera. En esta energía nada parece conflictivo, sino todo es delicado.
El niño con Luna en Libra va mamando delicadeza, placer, armonía, donde nos llevamos bien con los demás. Qué hace el niño cuando recibe gente en la casa? Sonríe, tiene esa habilidad para hacer gestos que caigan bien a todos lo que vienen, para agradar, seducir. Los padres quizás pidan al hijo que muestre algo a los visitantes (mira qué lindo como baila, mira qué lindo lo que hace, mira el niño como canta o toca el piano o dibuja, mira la niña que guapa es etc).
El niño siente que en la forma de vincularse con la familia, trata continuamente de sonreír, apaciguar los ánimos, porque de esta manera se siente bien con mamá- también puede ser que mamá está alterada (el lado oscuro de esta madre) y el niño con Luna en Libra aprende a armonizarla, equilibrarla, así se pone a salvo de la hostilidad de la madre y de su desequilibrio. Otro lado oscuro de esta madre es que el afecto se vuelve

formalidad, también que quiere quedar bien con todos, a veces incluso a costa del hijo. Genera una sensación de que ser auténtico es peligroso.

Ésta entonces va a ser la energía de contención de esta Luna: equilibrar al otro, traer armonía.

Esta Luna desarrolla el talento estético, arte, sabe agradar y seducir al otro.

El mecanismo

Qué teme Luna en Libra? Todo lo que sea violento, que implique desencuentro: cualquier tipo de hostilidad es visto como peligroso. **Luna en Libra necesita garantizar que hay armonía.** Hay una hipersensibilidad al conflicto, así que si hay conflicto, necesita equilibrarlo o retirarse.

Se va armando en este talento una dificultad, algo que queda excluido: es como si el niño entendiera que **la vida tiene que ser agradable, armoniosa.**

Para esta Luna e absolutamente espontáneo entender qué necesita el otro, entiende enseguida como agradar, como seducir, es el compañero perfecto. El problema es que no tolera el desencuentro, porque me siento seguro solo si estoy con el otro, y con el otro se ha de estar en armonía.

Cómo empieza a operar esta dificultad?

Cuando aparece un deseo no compartido o algún nivel de confrontación en un vinculo, Luna en Libra tiene mucho miedo a no ser querida. Va a ser muy difícil expresar realmente qué le pasa cuando no coincide con el otro; buscará amoldarse de manera espontánea. “Haremos lo que tú quieras”. Así va postergándose a si misma y su pulsión. Se niegan todas las partes donde podría ir en colisión con el mundo externo.

Esta Luna tiene una dificultad especial para la confrontación e incluso puede llegar a sonreír, a agradar, cuando está en estrés con el otro.

La paradoja de Luna en Libra es que es una persona que busca el vínculo, y a causa de como se vincula, no lo consigue: su manera de no ir a fondo en el conflicto, genera finalmente el descuido del vínculo.

El vínculo también necesita confrontación, asertividad, el vínculo necesita la energía más activa de Aries, para crecer y mantenerse sano. Luna en Libra

no confronta con lo que está pasando; mantiene una fachada de armonía cuando en realidad está frustrada. Entonces aquí Luna en Libra empieza a reaccionar desde el mecanismo: empieza a contarse que este vínculo no está funcionando. La reacción mas probable de Luna en Libra es retirarse a buscar otro vínculo - no hay nada mas fácil para Luna en libre que seducir a otra persona. De esta manera Luna en Libra no madura: de inmediato arma un vínculo armonioso con el otro, pero **evita ir a fondo del vinculo.** Ante el conflicto, cortejar, seducir, encontrar mucho placer con otros, son estrategias comunes para esta Luna. **Estas estrategias impiden crecer y son formas de no comprometerse con el vínculo.**

Desarrollo y talento

Luna en Libra necesita integrar que el conflicto no corta la relación. Expresar un deseo no es destruir una relación, sino todo lo contrario. Hacerme cargo de mi deseo es una manera de cuidar la relación y hacer que perdure. **Luna en Libra se niega a tomar la parte activa del vínculo, como si creyera que el vínculo es satisfacer al otro continuamente.**

Otra cosa que ocurre es que Luna en Libra raramente le comunica al otro su fustración- entonces el otro no entiende nada y queda sorprendido cuando Luna en Libra un día decide irse.

Luna en Libra necesita aprender a no agradar al otro y expresar su deseo, hacer el trabajo que implica la vincularidad en el eje Aries Libra. El problema con esto, es que Luna en Libra tampoco tiene facilidad para saber qué desea. A Luna en Libra le va a ser muy difícil darse cuenta de que ella también tiene un deseo, que no depende del otro, un deseo propio, porqué está muy acostumbrada a moverse al compás del otro.

La segunda parte del trabajo será darse cuenta de que expresar su deseo no es un atentado al vínculo.

A esta persona le va a costar mucho tolerar la tensión de que no coincidimos, porque ella depende de la armonía (el Sol en Libra es diferente, no tiene miedo al desencuentro porque confía que el sistema se va a equilibrar)- continuamente Luna en Libra va a sentir el terror de perder el vínculo, y eso se ha de aprender a sostener.
El talento de Luna en Libra es la diplomacia y mantener el equilibrio en el vínculo.
Luna en Libra necesita integrar la energía más asertiva de Aries.

Luna en Libra en terapia

Luna en Libra suele minimizar sus emociones para mantener la armonía, lo que puede generar frustración y desconexión consigo misma. La terapia implica aprender a expresar deseos y límites, y aceptar que el conflicto no destruye la relación.

- Ejercicios de asertividad y comunicación clara, aún a costa de desagradar.
- Identificar patrones de postergación del deseo propio y cómo impactan los vínculos.
- Explorar la dependencia de la aprobación del otro y desarrollar autovaloración independiente.
- Integrar la capacidad de tolerar tensiones y conflictos como parte natural del vínculo.
- Explorar las emociones, validarlas, darles espacio.

Resumiendo Luna en Libra
***Mecanismo neurótico:* complacencia y seducción**

Qué le resulta difícil a Luna en Libra

- Sentir su propio deseo independientemente del otro
- Ser asertiva
- Sostener el conflicto

Qué necesita aprender Luna en Libra

- Que el compromiso con el vínculo necesita también de asertividad de su parte
- Que el conflicto permite que las relaciones crezcan
- Que puede ser valorada por otra cosa que no sea su atractividad

Preguntas para Luna en Libra

- ¿Qué pierdo cuando evito el conflicto?
- ¿Qué deseo realmente cuando digo "sí"?
- ¿Qué relación tengo con mi propio enojo?

Prácticas para Luna en Libra

- Comunicación consciente: saber decir no, autoafirmarse
- Soltar la seducción compulsiva
- Expresarse a través del arte
- Permitirse a ratos lo que no es bello, formal, armónico: hay belleza en otros lugares también
- La espontaneidad y el sentir
- Escribir una lista de cosas que te molestan y leerla en voz alta.
- Decidir algo sin consultar a nadie.
- Ejercicio corporal: golpear un cojín para liberar tensión.

Frase sanadora para Luna en Libra

Puedo sostener el conflicto sin perder el amor.

Amuleto para Luna en Libra

Granate (activa la fuerza interior y la valentía emocional).

Luna en Escorpio - si me aman, me devoran

Similar a Luna en casa 8, Luna en conjunción, oposición o cuadratura con Pluton, Plutón o Escorpio en casa 4

"Mi madre me miraba con tanto amor, que a veces me asfixiaba."
(Elena Ferrante)

Energía del hogar y la madre

Es un hogar donde están sufriendo. En el hogar hay peligro, hay amenaza, hay incluso muerte. Mamá especialmente es la que lo está sintiendo: quizás mamá estaba deprimida durante el embarazo, o mamá ha tenido abortos, hay memoria de muerte en su útero, o mamá es muy miedosa, ve peligros en todas partes y será una madre sobreprotectora. Puede ser que a causa de su situación particular - sufrimiento, soledad- mamá esté demasiado pendiente del bebé.

La presencia de mamá aquí es muy fuerte, hay una madre intensa que pone mucha energía sobre el hijo. Proyecta en el bebé mucho deseo. La sensación que tiene este niño es que el ambiente de casa lo asfixia, porque tiene la madre encima, no porque pida algo en concreto (como Luna en Aries) sino porque toda su energía está puesta sobre él.

Hay aquí una estructura familiar fuerte, con vínculos fuertes, donde el bebé tiene la sensación de ser devorado por el deseo de la madre ("Te voy a comer"). Hay una madre sobreprotectora y fusionante. La sensación que tiene este niño es que la madre se lo da todo, pero a cambio pide todo de él, él no tiene el derecho de separarse de la madre. Si él a cambio no da todo, lo pierde todo: es todo o nada, y el bebé siente que tiene que entregarle todo a la madre para mantener su pertenencia al clan.

ANNA RIANAND

Hay aquí un modelo materno que está muy registrado en el inconsciente colectivo: es la madre judía, omnipresente y todopoderosa.
El lado oscuro de esta madre es que puede victimizarse, o desahogarse a veces diciendo cualquier cosa, sacando mucho veneno.

El mecanismo

Desde aquí este niño va a empezar a generar la creencia que el afecto es devorador, que **el afecto es dar todo para tenerlo todo a cambio.** Cuando amo, me fusiono, no existe la posibilidad de amar manteniendo nuestras diferencias, **el afecto se identifica con fusión y con darlo todo.** La modalidad afectiva de la Luna en Escorpio es una modalidad "oral", chupóptera- Luna en Escorpio va a identificar el afecto con chuparlo todo del otro. Así cuando el otro no responde como Luna en Escorpio necesita, el otro empezará a escuchar la famosa frase " con todo lo que he hecho por tí." **Luna en Escorpio lo entrega todo pero pretende todo a cambio**. El mecanismo es que en relaciones da todo para recibir todo, sin llegar nunca a reclamarlo de manera clara. **Escorpio siempre es una energía de "o todo o nada":** entonces en los vínculos, o somos todo o no somos nada, y si somos todo se entrega todo. **Se necesita aprender a ubicarse en relaciones en lugares intermedios, que permitan la expresión de los deseos individuales y de la diferencia que trae cadauno.**
El problema de esta Luna, va a ser en primer lugar, **la identificación que hace entre intensidad y afecto.**
Cuando no registra intensidad, drama, celos, deseo de controlar y fusión por parte del otro ("somos todo uno para el otro"), esta Luna registra que al otro no le importa. O me dan todo o no me están dando nada.
Cuando no hay intensidad, Luna en Escorpio registra un vacío difícil de sostener. **La equivocación de esta Luna es creer que la vida es intensidad, que vivir está para vivir intensamente.** Como todas las Lunas, esta Luna está dispuesta a todo con tal de generar la energía que necesita para sentirse como en casa. Las manías de control, los dramas, los celos, la intensidad de

su respuesta emocional, la manipulación, la sexualidad, están al servicio de esta necesidad.
En Luna en Escorpio hay apego al cuerpo dolor, apego al sufrimiento y a lo complejo y atormentado.

La vida afectiva

El amor mata

Esta Luna aparentemente desea vínculos, pero la realidad es que tiene un terror de la relación, porque en el inconsciente **identifica amor con muerte**. La creencia inconsciente de Luna en Escorpio es que "si me aman, me devoran", como me devoró mi madre, así que si por un lado hay tensión para llegar al otro, por el otro hay deseo de escaparse para salvarse. Si no se vuelve consciente de este mecanismo, Luna en Escorpio va a estar moviéndose de un polo al otro toda la vida: **acercándose al otro para fusionarse, luego separándose de golpe porque no soporta la cercanía a causa del miedo que le provoca.**
Esta Luna necesita transitar los espacios de calma y quietud que las relaciones también pueden ofrecer; necesita integrar que amor y dolor no siempre van de la mano, superar esa desconfianza profunda que tiene hacia el otro y la vida. En el fondo, Luna en Escorpio no cree en el amor, lo que cree es que el amor siempre hará daño. Desde este lugar, no hay encuentro.
Luna en Escorpio necesita descubrir que tiene una herida con la vida muy fuerte: la herida le dice que el amor no es posible, porque en la vida existen la muerte y el dolor. Así cuando hay calma, tengo miedo que aparezca el dolor, y puede aparecer por cualquier lado. Si hay jaleo porlomenos me oriento. **Así si no hay jaleo, lo provoco, para confirmar la herida-** hay una sensacion de mucho dolor, y hasta que no pueda curar este desencuentro con la vida, no voy a poder entregarme a la vida, confiar, no voy a poder

tener vínculo satisfactorio. Necesito reparar aquello que vino lastimado_- hay que tocar ese lugar tan reactivo de lo escorpiano, y transformarlo.
Cada vez que toca este mecanismo, en lugar de activar el mecanismo de la intensidad, necesita tocar su herida- tocándola la va a curar.

Desarrollo y talento

Así Luna en Escorpio necesita darse cuenta de lo mucho que necesita el dolor en sus relaciones; si el otro no genera dolor, lo provoca ella misma, porque **solo en el dolor siente que hay relación.** La energía del dolor es la energía de seguridad de estas personas, por eso a veces decimos que la Luna en Escorpio es la Luna masoquista.
Lo más difícil para Luna en Escorpio va a ser **descubrir todos esos lugares donde no confía en el amor,** de que en realidad está convencida de que el desencuentro está garantizado- necesita entrar dentro de todas las capas de su mecanismo. En este sentido tiene un punto de contacto con Luna en Libra: **parece un experto de vínculo, pero luego no lo logra.**
Luna en Escorpio necesita integrar que también hay placer en las relaciones, necesita integrar la energía de Tauro.
El talento de Luna en Escorpio es la sanación que viene de la transformación.

Luna en Escorpio en la terapia

Luna en Escorpio entra en terapia con intensidad y desconfianza, esperando siempre un riesgo o dolor. Necesita aprender que el amor y la seguridad emocional pueden existir sin sufrimiento extremo, y el vínculo con el terapeuta puede ayudarla a empezar a vivir esta nueva manera de vincularse.

- Trabajar con la herida de la fusión y el miedo a la pérdida, entendiendo los patrones de control y celos.
- Aprender a sostener la calma y la cercanía sin drama, reconociendo la profundidad de los vínculos.
- Explorar la relación entre placer, dolor y seguridad, y diferenciar necesidad de intensidad de necesidad de afecto.
- Técnicas de regulación emocional para no caer en dinámicas destructivas de prueba del afecto.

Resumiendo Luna en Escorpio

Mecanismo neurótico: control, apego al sufrimiento, apego a la intensidad, ocultar

Qué le resulta difícil a Luna en Escorpio

- Desapegarse del sufrimiento y salir del lugar de víctima
- Tomar distancia de las cosas, verlas más livianas
- La libertad en el vínculo
- Confiar en la vida y los demás
- Soltar el control, los juegos de poder y la manipulación
- Explicar su mundo interno tan complejo y privado
- Salir del "o todo o nada" en vínculos

Qué necesita aprender Luna en Escorpio

- Quedarse con el dolor sin apegarse al sufrimiento
- Desarrollar una entrega total (a una persona o a un proceso) para permitir el proceso de transformación
- Confiar en los procesos
- Explicitar los acuerdos en vínculos

Prácticas para Luna en Escorpio

- Ponerle nombre a lo que se espera de un vínculo
- Sentir el corazón (mano sobre el pecho en la respiración)
- Compartir una verdad con alguien en quien confíe.
- Escribir sobre un miedo que nunca ha dicho, a ser posible compartirlo
- Aprender que una relación no es "o todo o nada"

Frase sanadora para Luna en Escorpio

Puedo ser vulnerable y seguir siendo fuerte

Amuleto para Luna en Escorpio

Cuarzo ahumado (ancla y libera emociones reprimidas)

Luna en Sagitario - si me aman, no duele

Similar a Luna en casa 9, Luna en conjunción oposición cuadratura con Jupiter, Júpiter o Sagitario en casa 4

"Queríamos ser felices a toda costa, y por eso huíamos del sufrimiento, sin comprender que huir de uno era huir también del otro."
(Herman Hesse, Demian)

Energía del hogar y la madre

Es un ambiente optimista, donde al bebé se le da mucho espacio, muchas posibilidades. Haya abundancia, alegría, la vida está llena de plenitud, hay espacios llenos de vitalidad. La vida es una fiesta, es alegría de vivir, porque estamos protegidos en un lugar donde estamos protegidos por la confianza . "Dios nos protege", en la familia de Luna en Sagitario alberga una confianza, es como si hubiéramos nacido en el mundo protegido por los dioses. Es una Luna que tiene mucho que ver con haber nacido en ambientes donde lo religioso es importante, o en algunos casos, donde la educación es muy importante.

¿Cómo se siente este niño al que le ha tocado esta Luna, con la vida? Se siente muy bien. La vida es una fiesta, la infancia es maravillosa, todo está bien, se lo dan todo. Recibe todo lo que pide. Todo está lleno de confianza, la Luna en Sagitario no tiene miedo a nada ni recibe límites. Luna en Sagitario tiene confianza que las cosas se arreglan solas, es un **optimista patológico.** Todo va bien y todo irá bien. Esta Luna constantemente cree en la vida. Está la sensación de que alguien siempre se está encargando de que las cosas salgan bien. El tema es que Luna en Sagitario justo no se va a encargar nunca de que las cosas salgan bien, porque ya salen bien solas.

Entonces vivir así es muy cómodo. Todo sale bien sin que yo haga nada. Con Luna en Sagitario la vida es hermosa. Todo el espacio es para mí, y está totalmente protegido. Los espacios de Luna en Sagitario tienden a ser abiertos, grandes, Luna en Sagitario necesita espacio, abundancia, es una Luna que quiere explorar, crecer, viajar, tener experiencias, pasarla bien.
El lado oscuro de esta madre es que puede ser negacionista, negar el dolor del hijo, también proyectar en el hijo aquello que ella no ha podido hacer: el hijo tiene que hacer "algo grande."

El mecanismo

¿Cual es el problema de una Luna tan cómoda?
Que no va a querer salir de este mundo garantizado. Aquí tenemos a una Luna que no querrá salir de la Luna. Esta Luna se va a meter siempre en situaciones donde todo está bien y va a desarrollar una actitud negadora de los conflictos.
¿Que hace Luna en Sagitario cuando hay un conflicto?
En principio se va, a lugares donde todo está bien. Se va a una fiesta, se va de viaje, **busca una situación de expansión para salir de la incomodidad.** Luna en Sagitario niega lo que sucede o se escapa de lo que sucede. Otra manera, cuando la primera ya no es posible, es que se queda en la situación pero se queda optimista sin darse cuenta de que hay un problema real. **Este optimismo a toda costa es una forma de negación.**
Trata de evitar cualquier confrontación con el lado oscuro.
¿Cómo se siente protegida esta Luna? Aferrándose a las creencias. Las creencias son muy importantes para esta Luna, que siempre busca encontrare un sentido a la experiencia. De hecho en esta Luna lo que está afectivizado son justo las creencias que dan sentido a la vida. Estas creencias siempre son positivas. "Todo pasa por algo" es una frase de Luna en Sagitario.
El pensamiento positivo de la New Age es Luna en Sagitario. ¿Porqué? Porque no es una filosofía que se pueda confrontar. Todo va a ir bien porque

sí, todo va a ir bien si yo puedo creérmelo. Es una fe que no se confronta en ningún momento con la realidad

Luna en Sagitario no chequea sus creencias- se queda en lo teórico, incluso dogmático. Así cuando alguien está mal, Luna en Sagitario dice cosas como "la vida sirve para aprender", "todo tiene un sentido", "no hay mal que dure cien años" , pero nunca va a pararse a mirar porque le pasa esto. De esta manera esta Luna no aprende, y si no aprende, no puede cambiar.

Dice que sirve para aprender, pero…aprendió? Investigó?

Luna en Sagitario ha de aprender a cuestionar sus creencias y también a cuestionarse a si misma, darse cuenta de que es su comportamiento que provoca lo que le ocurre.

Tendría que aprender de Géminis, aprender a consultar, interrogarse porque me pasa esto que me pasa, atreverse a buscar información que no coincida con sus presupuestos. Si no lo hace, se va a encontrar repitiendo siempre las mismas experiencias, confiando ciegamente en sus creencias y en sus maestros protectores.

Luna en Sagitario quiere expandirse pero al final no se expande, no desarrolla sabiduría. No evoluciona y sigue cayendo en la misma piedra, porque nunca sospechó que hubiera algo que ella está haciendo para desencadenar eso.

Lo que quiere es confirmar el pensamiento positivo, como si todo se solucionara solo confiando en el pensamiento positivo. Con esta actitud no comprendo absolutamente nada de la sombra, todo ese universo que está mas allá del optimismo.

Esta es una dificultad de todas las lunas de fuego, que confían plenamente en la voluntad y en lo consciente.

¿Luna en Sagitario va a terapia?

No suele ir. Y si va, cuánto va a tolerar situaciones que la confrontan en la oscuridad? Tiene mucha baja tolerancia al umbral de lo oscuro, inmediatamente tiende a evadirse, se escapa porque hay que estar bien, "Basta de tanta densidad", esa es la actitud. Se va de inmediato a pasarlo bien otra vez, a repetir el mismo bucle.

Luna en Sagitario depende de teorías, de una creencia. Ante cualquier situación se agarra del primero sentido que encuentra y deja de profundizar. Qué tiene que aprender de Géminis? A dudar, a cuestionarse.

Hay infinitas opciones y no se sabe cuál es la real. Solo lo sabremos con la experiencia, **es la experiencia que nos valida, no es la teoría.**

En ultima instancia tiene el típico temperamento religioso: si tenemos una catástrofe, que hacemos? Rezamos. Nos la pasamos convocando milagros.

Así el niño en Sagitario, confiando en que Dios va a hacer algo para salvar la situación, queda niño.

También, por mucho que proclame que todo va a ir bien, si no tolero ninguna grieta al optimismo, en el fondo no estoy tan convencido de que todo va a ir bien. En el fondo tengo miedo.

La luna es un mecanismo que se gatilla frente a la inseguridad.

El talento

El talento de la Luna en Sagitario, cuando no viene de esta actitud negacionista, es la alegría de vivir y la confianza en la vida. También es una persona muy generosa, ya que confía en la abundancia. Si tu le haces algo bueno, inmediatamente quiere compartirlo con los demás. Luna en Sagitario siente que la vida es abundante y no le tiene ningún miedo a la escasez, da sabiendo que va a recibir de vuelta, que la energía circula.

Luna en Sagitario en la terapia

Tiende a racionalizar el dolor con discursos optimistas: “todo pasa por algo”, evitando conectar con la emoción real.

En terapia, necesita aprender a quedarse en el proceso, sin escaparse a otra experiencia cuando algo se vuelve incómodo o emocionalmente denso.

- Se trabaja el contacto con el cuerpo y las emociones básicas, para no usar el idealismo y la búsqueda de expansión, como defensa.

- Explorar cómo el miedo a la dependencia o a la rutina emocional puede sabotear la intimidad.
- Integrar que la verdadera libertad no se pierde en los vínculos profundos, sino que puede ampliarse a través de ellos.
- Desarrollar el umbral a la frustración, a los límites, dejar de escaparse a otra cosa, cuando encuentra dificultad.

Resumiendo Luna en Sagitario

***Mecanismo neurótico*: escapar del dolor con expansión o idealismo**

Qué es difícil para Luna en Sagitario

- Enfrentarse a los problemas y al dolor, quedarse en la incomodidad
- Cuestionar sus creencias
- Aceptar los límites
- Ser realista
- Salir del "todo está bien"

Qué necesita aprender Luna en Sagitario:

- Quedarse cuando hay un problema, tomar contacto con el dolor para trascenderlo
- Profundizar
- Cuestionar las creencias rígidas
- Asumir sus responsabilidades
- Sentir sin dar juicios de valor

Preguntas para Luna en Sagitario

¿Qué me cuesta permanecer cuando algo duele?

¿De qué huyo cuando busco siempre lo nuevo?

¿Puedo aprender sin tener todas las respuestas?

Prácticas para Luna en Sagitario:

- Ir a terapia
- Compartirse con personas distintas a ella, y escucharlas
- Observar la respiración sin intentar cambiarla.
- Escribir sobre una frustración reciente sin buscar su sentido.
- Elegir un compromiso pequeño y sostenerlo cada día durante una semana.

Frase sanadora

No necesito huir para expandirme

*Amuleto para Luna en Sagitari*o

Lapislázuli (ayuda a conectar la mente con la verdad interior)

Luna en Capricornio - Si me aman, me esfuerzo

Similar a Luna en casa 10, Luna en conjunción oposición cuadratura con Saturno, Capricornio o Saturno en casa 4

"Aprendí la ternura en la dureza"
(Alejandra Pizarnik)

El hogar y la familia

Este niño nace en un hogar frío, austero, donde las cosas están muy pautadas, donde todas las cosas tienen un modelo de como se deben hacer. Se afectiviza lo esencial, lo austero, prescindir de cosas muy superfluas, y también hacer lo que corresponde, trabajar, cumplir las expectativas.

En este nido hay mucha exigencia. Una escena clásica de Luna en Capricornio es que mamá tiene que trabajar y el bebé queda solo. Mamá está muy ocupada en casa o trabaja fuera, y es para el bebé, porque para esta mamá tener un hijo implica un esfuerzo y esto implica no estar presente. A veces hay una sensación de que la madre es muy torpe para resolver los problemas de la vida, y el niño siente que él tiene que hacerse cargo, porque el niño tiene más criterio. El niño es muy responsable, es un niño adulto que bien pronto aprende a hacerlo todo solo o incluso a ser el adulto emocional de la familia. Luna en Capricornio tiene la sensación de que tiene que hacerse cargo de mamá, tiene que ser sabio, tiene que sostener. Lo que le da seguridad a este niño es hacer las cosas bien, y especialmente hacerlas solo. Va a desarrollar un alto grado de responsabilidad y lo que más seguridad le va a dar es no depender de otro, ser capaz de resolver las cosas él mismo. Este niño se acostumbra a ser adulto desde chiquito. Es similar a Luna en Virgo, pero en Luna en Virgo hay postergación de las necesidades mientras aquí hay una carencia, una falta. **En esta casa no hay para lo que el niño necesita.**

ANNA RIANAND

El lado oscuro de esta madre es su frialdad y ausencia, así como su exigencia.

Este niño desarrolla mucho sentido de la independencia y de la soledad. Aprende a resolver todo solo, a no necesitar, a no depender, a no pedir, y aprende a no registrar sus necesidades. Empieza bien pronto a enfriar, congelar, lo que necesita. Así pronto Luna en Capricornio va a decir: **yo no necesito.**

Desarrolla un gran talento para resolver cualquier situación de la vida real: es eficiente, responsable, y autónomo, le encanta hacer las cosas bien, es el típico buen alumno. Es un ser obediente.

Toda Luna en Capricornio encuentra placer en cumplir con las leyes; las cosas son así por algo, hay una sentido innato de la responsabilidad. Automáticamente a esta Luna todo lo que no sea obedecer, le da temor. La irresponsabilidad le da miedo. Aprende a hacer todo según ciertos modelos, se organiza en función de pautas muy rígidas. Tiende a ser muy eficiente consigo mismo y con los demás, no puede dejar que los demás se encarguen de hacer algo porque no confía que los demás lo hagan como hay que hacerlo. Entonces mejor encargarme yo.

Este niño aprende a no pedir, porque justamente la herida oculta es que **si yo necesito, si yo dependo de los demás, no me van a dar, no hay para mí. hay una herida primaria de carencia, de rechazo.** Para sobrevivir ha congelado sus emociones y deseos, todo lo mamífero ha quedado congelado. **Sería muy peligroso para esta Luna sentir que depende, la confrontaría con algo que la podría desestructurar.**

¿Qué situaciones de destino va a vivir este niño?

En prime lugar va a tardar mucho en registrar su dolor, porque tiene una gran capacidad de sostener las cosas como le parece que corresponda. Tiene una gran capacidad de aguante, es **la Luna que más aguanta del zodiaco.** Sostiene situaciones de gran dolor afectivo, de gran carencia, si piensa que así corresponde hacerlo, que es lo correcto, descuidándose profundamente a si misma y a menudo a todo el contexto familiar. El modelo de amor que tramite a los hijos es un modelo donde hay que hacer ciertas cosas porque se

supone que son buenas, y en nombre de esto se aguanta. **Se sacrifica por lo correcto, por el deber, por el trabajo.** En función de un modelo de lo correcto, posterga muy fácilmente sus necesidades.

El mecanismo

Luna en Capricornio es la típica persona que hace lo que hay que hacer. No hay lugar para la espontaneidad. Es una persona muy obediente, cumplidora y seria. Se cree buena y realista, pero no necesariamente lo es, más bien es obediente a un molde, mientras la realidad es algo más creativo que un molde. Eventualmente empezarán a aparecer situaciones donde se va a evidenciar que la realidad y su criterio de ella, no coinciden. Así empezará una cierta frustración, esta Luna está destinada a encontrarse con dolor y frustración, porque es justo lo que necesita para curar el mecanismo: necesita volver a tocar el dolor que no registró, volver a tocar su lado carente. La vida la va a poner en contacto con eso a través de alguna situación de dolor.

¿Qué le pasa a esta Luna cuando se frustra? En principio tiene una gran capacidad de sostener, de aguantar. Entonces irá postergando el encuentro con el dolor gracias a su aguante, hasta que finalmente no podrá más. Cuando finalmente eso ocurre, estalla una sensación de que " a mí la vida nunca me ha dado nada". Aparece el niño en sombra, y la persona empieza a demandar de más, porque está demandando algo muy antiguo, está demandando cuentas pendientes. Cuando Luna en Capricornio empieza a reclamar, lo que hace es reclamar cosas de hace cinco años atrás, que se han quedado allí enterradas y ahora salen y parece que todo es imperdonable, porque se han cumulado demasiadas cosas. Muestra un dolor muy viejo que ya no se puede reparar, así se genera el mismo circuito sin salida, se confirma que lo que yo necesito, nadie me lo puede dar. Así seguimos con el mismo mecanismo pero desde otro ángulo.

Está realmente dando la oportunidad al otro de reparar? No.

No se puede reparar desde el presente algo que es pasado.

Así se vuelve a confirmar que la vida tiene una deuda conmigo, ese niño sigue sin tener nada, ese niño que no recibió sigue sin recibir, sigue estando solo. Cuando esta Luna empieza a necesitar le viene frío, le viene límite, le viene frustración. Le sigue viniendo Capricornio.

Desarrollo y talento

Esta Luna o no registra la necesidad, o registra la necesidad pendiente del pasado: su dificultad es **registrar la necesidad real y presente.**

Igualmente, este es el camino: ir articulando su necesidad cada vez más, aunque vaya hacia la frustración.

Es muy importante que esta persona empiece a pedir, para ir tomando contacto con lo que es real. Es imperativo que Luna en Capricornio aprenda a no aislare y congelarse ante la frustración que inevitablemente vendrá. Esta es su posibilidad de evolucionar, la posibilidad de darse cuenta de que no está pidiendo lo que necesita hoy, no está en contacto con el presente. ¿Qué es lo que necesita hoy? esto es lo que esta Luna no sabe.

De entrada cuando empieza a reclamar, le parece que necesita todo, pero no es real.

Esta es una Luna que parece que no sufre mientras estaba encarcelada, y de repente parece que sufrió un montón.

Luna en Capricornio ha de aprender que reclamar no es pedir, y que al pedir podemos recibir sí o no, y eso es mejor que congelarse.

Cuando algo va mal en un vínculo, esta persona se congela, dejar de querer. Y esto es muy duro para el otro, que no tiene opción de responder a eso.

También esta Luna necesita darse cuenta, aquí es parecido a Luna en Virgo, que cuando se está mostrando tan responsable, tan sabia, tan adulta, está siendo infantil.

Conforme se va desarmando el mecanismo, nos encontramos con que realmente esta Luna es la menos demandante del zodiaco, es muy independiente- cuando vive desde su maduración, esto funciona con mucha

naturalidad. Tiene el talento de la soledad y de resolver problemas por si misma.

Luna en Capricornio en la terapia

Luna en Capricornio suele mostrarse contenida, autosuficiente y responsable en exceso. En terapia, se trabaja la dificultad para pedir ayuda y la tendencia a sostenerlo todo sola, incluso el dolor. También la tendencia a aguantar de más.

- Explorar la creencia de que mostrar necesidad o fragilidad es un signo de debilidad.
- Conectar con la carencia del pasado y las necesidades del presente
- Reconocer la emoción detrás del control y la autoexigencia.
- Aprender a descansar y recibir, sin sentirse inútil o avergonzada.
- Trabajar la ternura: permitirse ser cuidada, contenida y no solo útil, adulta y responsable.

Resumiendo Luna en Capricornio

Mecanismo neurótico: frialdad afectiva, el esfuerzo

Qué le resulta difícil a Luna en Capricornio

- Darse cuenta de lo que necesita
- Redirigir su atención hacia lo emocional, lo privado, sus necesidades más internas, o el ocio
- Pedir ayuda
- Mostrarse vulnerable

Qué necesita aprender Luna en Capricornio

- Desarrollar autoestima
- Tiempo de ocio
- Darse el valor adecuado a si misma
- Tomarse las cosas con más ligereza
- No exigirse más de lo que le corresponde
- Liberarse de los mandatos que la vuelven rígida
- Reconocer su lado sensible

Preguntas para Luna en Capricornio

¿Qué pasa si no hago nada?

¿Qué parte de mí no se siente merecedora sin esfuerzo?

¿Qué necesito para sentirme segura en la entrega?

Prácticas para Luna en Capricornio

- Trabajar menos, darte ocio y otros espacios
- Tomarte un día sin tareas.
- Escribir sobre lo que te hace sentir cuidada.
- Practicar el descanso consciente: 10 minutos al dia sin meta
- El día de su cumpleaños, permitirse ser la reina de la fiesta, y recibir

Frase sanadora para Luna en Capricornio

Mi valor no depende de lo que produzco

Amuleto para Luna en Capricornio

Cuarzo transparente (abre el corazón y suaviza la rigidez interna)

Luna en Acuario - si me aman me alejo

Similar a Luna en casa 11, Luna en conjunción oposición cuadratura con Urano, Acuario o Urano en casa 4

"Soy libre y por eso estoy perdida"
(Clarice Lispector)

El hogar y la familia

¿Cómo es el nido de este bebé?

Este bebé es un hijo de las estrellas, como si el nido fuera el cielo abierto. En el cielo, en el cambio, en lo creativo, en la libertad, es donde me siento seguro. Me siento seguro cuando todo está abierto, cuando todo está posibilitado.

Esta familia es vanguardista respecto a las generaciones anteriores, su vida es muy distinta: se aprecian las ideas originales, los futurista, lo que está por venir, lo original, lo creativo. A lo mejor es una familia de inmigrantes, bohemios etc.

Esta madre espera de su hijo que sea raro, original, un genio, alguien insólito. Ella ama a un ser del futuro. Pero entonces qué pasa? Si el hijo es extraño, mamá no le va a comprender porque el hijo va a ser muy diferente: entonces el hijo aprende que tiene que ser diferente porque es lo que le gusta a mamá. Pero al mismo tiempo, mamá no me entiende, justo por eso.

Aquí en esta Luna se vive otra experiencia dolorosa: lo que afectivizo me deja al mismo tiempo sin afecto. **Estoy obligada, para ser querida, a ser distinta, y si soy distinta no me comprenden, entonces al final no me quieren.**

Aquí tenemos un mecanismo que no funciona para nada para conseguir afecto, similar a luna en Capricornio, en Aries o Escorpio (de otra manera).

Amamos algo que tiene que ver con las estrellas, pero este ser estrellado como se siente en un cuerpo de mamífero? Se siente con una profunda sensación de incomodidad.

Esta Luna siente que estar dentro de un cuerpo es estar preso. Sentir emociones de mamífero es limitante. Sentir apego es limitante. Aquí hay una persona que fácilmente se disocia del cuerpo. Quiere ser un ser de luz, vivir del aire. Hay un temor que si me quedo atrapado en el cuerpo, en los afectos, soy dependiente, pierdo mi libertad, y si pierdo mi libertad, en esta Luna lo pierdo todo, mi vida se vuelve rutinaria y repetida, la vida se vuelve aburrida, mientras yo amo lo nuevo, lo cambiante, lo original. Entonces todo lo que es normal, habitual, previsible, comuna a todos, a Luna en Acuario le parece espantoso.

Empieza un mecanismo que fuerza la diferencia.

Si soy como todo el mundo, cómo soy? Una persona totalmente priva de interés, un mediocre, no soy interesante. Yo me siento seguro con la gente rara, con la gente interesante, son interesantes porque tienen algo particular, con ellos me siento parte, porque tengo afinidad.

Es muy común en esta Luna sentir que los padres son de otro mundo, como si la cigüeña me hubiera tirado de la casa equivocada. Sentirse un incomprendido dentro de su hogar, el bicho raro de la familia, es típico de la Luna en Acuario.

Me siento siempre abandonado: esta es la herida que se empieza a formar en la Luna en Acuario, como si la vida no me quisiera. Hay una profunda herida de abandono, un abandono que se siente como un corte, como algo repentino. La experiencia del afecto que tiene esta Luna, es que el afecto es algo inestable: un día está y otro no, un día me lo da esta persona pero al día siguiente me lo da otra. Quizás los padres de esta Luna hayan divorciado pronto, o se hayan mudado muchas veces, o el niño está al cuidado de diferentes personas, o a la madre le ha ocurrido algo que a un cierto punto ha hecho que deje de cuidar. El lado oscuro de esta madre es su desconexión, su inconstancia afectiva, la niña con Luna en Acuario ha vivido cortes del suministro afectivo en la infancia.

Se arma **la identificación entre afecto e inestabilidad, que se refuerza de adulta a través de un mecanismo constante de conexión/desconexión.**

En esta Luna hay mucho miedo a depender y a la entrega afectiva, porque allí me voy a encontrar con que si me entrego, esto va a terminar, porque mi experiencia es que nada es permanente. Que se termine es otra vez el abandono, otra vez ese corte con el afecto, que se vivió con mamá.

El tema existencial de esta Luna es: **cómo juntamos libertad y amor?**

Para los humanos este es un tema muy complicado.

Esta Luna necesita que en el vínculo la dejen totalmente libre y aceptarla con su diferencia. El problema es que esta misma necesidad, si es desde el mecanismo, no permite el vínculo.

El mecanismo

Si a esta persona le dan mucha Luna, lo que siente es que quieren atraparlo, y va a necesitar irse. **Mientras más me pidas, más me voy.**

El afecto me quita libertad. El temor más grande que aquí hay es a quedarme sin libertad, necesito sentir que puedo hacer cualquier cosa en cualquier momento, y esto implica dejarlo todo abierto. De lo contrario siento angustia, porque me acerco a la angustia originaria, a la herida de abandono.

Así en las relaciones, mientras estamos y nos queremos, todo fantástico, pero cuando el otro empieza a decir "hagamos un compromiso", Luna en Acuario lo registra como un acto de control, y no como una declaración de amor. Luna en Cáncer es espantosa para Luna en Acuario.

Añado que Luna en Acuario no suele tener ningún registro de la angustia y del corte que vivió en la infancia: justo ahí se generó un shock emocional, y el mecanismo a partir de ahí va a ser cortar con las emociones.

En realidad aquí hay muchísimo miedo de que la relación se corte, pero Luna en Acuario no lo sabe. **No hay registro del miedo al abandono,** porque lo que afectivizo es la libertad y siempre me veo ahí. Así en el mecanismo el miedo al corte ha quedado velado, junto a todo el sentir.

La libertad aquí es una necesidad, cuando el mecanismo se vuelve madura se convertirá en un talento.

Esta Luna no puede descansar en ningún lugar, necesita moverse todo el tiempo, hay una gran inquietud interna- la sensación es que la familia es "este lugar donde no me comprenden", así que no va a haber muchas ganas de tener una familia, o si la tengo, va a ser por supuesto una familia diferente, y luego voy a verme el problema, una vez más, de ser siempre el diferente.

La vida afectiva

Quienes son los míos? Mis amigos, los seres con los que comparto una sensibilidad, a ellos yo pertenezco. Los lazos de sangre para Luna en Acuario no tienen mucho sentido, son cosas del pasado y el pasado me aburre.

Esta Luna corta con todo lo que es del pasado, no le da valor a lo del pasado, se queda todo el tiempo en un lugar cambiante.

Todo este mecanismo va generando que el lado mas lunar, mas mamífero, lo afectivo, quede muy olvidado, como si algo quedara desconectado. **No registro fácilmente la necesidad. Me cuesta hacerme cargo de que es lo que realmente me contiene. Siempre apuesto por la libertad.**

En esta persona a menudo hay hasta un desprecio de las emociones, y un creerse más allá de lo emocional, un creerse más vanguardista, más avanzado, porque no tiene el mismo apego que los demás, cuando lo que tiene es desconexión con el cuerpo emocional.

Desarrollo y talento

Con el tiempo esta persona va a tener que enterarse que como todo ser humano, tiene Luna. Este proceso no va a ser fácil, conectar con la necesidad de pertenecer, de entregarse afectivamente -entonces se va a enamorar de

alguien muy amante de la libertad, y qué siente? que cuando empiezo a entregarme, me dejan. Acuario otra vez.

De esta manera mantengo el mecanismo, volviendo a repetir esta sensación de que no hay permanencia en el afecto. Esto ocurre desde el miedo a la entrega. En la memoria queda la sensación que afecto es incomprensión o corte. El afecto siempre se corta.

Esta Luna tiene que tocar este lugar donde está descontenido, donde no sabe cuidarse, donde no sabe atender sus necesidades. Luna era Acuario se deja cuidar un par de días, no más. El mecanismo lo que no quiere es establecer compromiso, permanencia, toda experiencia ha de ser un one-off.

Luna en Acuario necesita hacerse consciente de que necesita un nido. **Aprender que tengo Luna, este es el viaje para esta Luna.** En este viaje a un cierto punto aparecerá la herida, aparecerá que en algún momento algo cambio con mamá. Mamá (o papá) se fue. La sensación es que hubo un cambio allí donde hubo mucho afecto. Así Luna en Acuario ha asociado que **depender es garantía de abandono, entonces es un peligro.**

Cómo puedo armar un lugar donde pertenezca pero donde al mismo tiempo sea libre, este es el camino de vida de esta Luna.

Talento

Esta Luna es la Luna menos posesiva del zodiaco. No se asusta de que seas único y distinto, al revés, le es atractivo, y no quiere cambiarte (muy diferente a Luna en Escorpio que todo el tiempo quiere cambiar el otro para controlarlo).

Su talento es ser creativa, tiene talento para el cambio. También tiene el talento del amor con desapego (cuando no es desde el miedo), y un máximo contacto con el presente.

En nuestra cultura canceriana, el nido suele echar a aquel que es raro. A la Luna en Acuario al revés le encanta lo exótico - John Lennon, Luna en Acuario, se enamoró de una japonesa, los japoneses eran enemigos de los

ingleses. Lennon se enamora del malo de la película y los ingleses lo repudiaron como traidor.

Luna en Acuario en terapia

Luna en Acuario llega con discurso lúcido y emocionalmente distante. Le cuesta confiar en el vínculo terapéutico, teme perder autonomía o quedar atrapada en la dependencia.

- Trabajar la dificultad para sentir sin racionalizar ni distanciarse.
- Trabajar la tendencia a desconectarse por el miedo a la emoción intensa y al contacto afectivo.
- Permitir que la relación terapéutica despierte empatía y conexión sin invasión.
- Aprender a involucrarse emocionalmente sin perder su individualidad.
- El umbral de tolerancia a las emociones se trabaja poco a poco, para no generar cortocircuito.

Resumiendo Luna en Acuario

Mecanismo neurótico: la disociación (desapego emocional), ser diferente por defecto, desconectarse

Qué le resulta difícil a Luna en Acuario

- El compromiso
- Lo afectivo
- Involucrarse profundamente en una relación
- Sostener vínculos intensos
- Contactar con su carencias emocionales

Qué necesita aprender Luna en Acuario

- No cortar por defecto
- Entrar en vínculos intensos, aprender a sostener la intensidad cada vez más
- Si necesita desconectarse por un tiempo, avisar
- Reconocer sus necesidades afectivas y corporales

Preguntas para Luna en Acuario

- ¿Qué temo sentir si me acerco demasiado?
- ¿Qué parte de mí necesita ser vista?
- ¿Dónde uso la distancia como defensa?

Prácticas para Luna en Acuario

- Todo lo corporal
- Contacto visual sostenido con alguien de confianza.
- Colocar una mano en el corazón y repetir "estoy aquí".
- Participar en algo creativo y colectivo.

Frase sanadora para Luna en Acuario

Puedo estar cerca sin perder mi libertad

Amuleto para Luna en Acuario

Rodonita (favorece la empatía y el vínculo emocional

Luna en Piscis - si me aman, me sacrifico

Similar a Luna en casa 12, Luna en conjunción oposición o cuadratura con Neptuno, Piscis o Neptuno en casa 4

"Me pierdo en los sueños como otros se pierden en el mar;
sé que no hay orilla."
(Anais Nin)

El hogar y la familia

Su nido es la totalidad, el universo entero, es como si fuera el océano cósmico. Este bebé nace en un mundo de sueños, un mundo imaginario, donde todo es posible. No son sensaciones corporales, es fantasía, es un mundo onírico. Este bebé se siente contenido en el mundo de los sueños. Es una sensación como si la vida fuera una gigantesca madre, no hay otra cosa que no sea nido, el nido tiene que ver con lo oceánico. Nos remite a **la experiencia intrauterina,** cuando estaba dentro del útero de la madre. Esa es la sensación de seguridad que tiene esta Luna. **Luna en Piscis afectiva la sensación de ser uno con el otro, un vínculo absolutamente simbiótico que repite lo que se sintió en el útero cuando estaba dentro de mamá.**
¿Cómo es el vínculo con la madre aquí? Hay una conexión inconsciente profundísima, como si la madre adivinara profundamente lo que le pasa al hijo. Hay una conexión que no tiene que ser corporal, porque todo el tiempo estamos conectados, nos estamos sintiendo. Piscis es la resonancia y Luna en Piscis es una persona que resuena profundamente con su madre, se sienten una a la otra. La resonancia en el mecanismo resultará muy afectivizada, al punto de creer que si no hay resonancia, no hay nada.
También la Luna en Piscis afectiviza las cosas mágicas, le gusta todo lo que le permite soltar la imaginación, ensoñar. La música, la danza, todo lo que permite armarse un cuento de hadas, es muy atractivo para esta Luna, que siempre está haciéndose su propia película, su mundo de fantasía. A estas

personas a menudo les encanta dormir y soñar, sueñan mucho (también a veces se duermen cuando hay problemas, o durante un trabajo terapéutico complejo etc).

Tiene una capacidad altísima de empatía con lo que el otro piensa, como si tuviera un radar emocional interno para captar al otro. Siente lo que tú estas sintiendo, captan las vibraciones que no sienten los demás, son gentes ideal para la sanación a través de las conexiones inconscientes. Puede estar con una Luna en Capricornio, o con otras Lunas que no registran sus emociones, y sentir por ellas. Aunque también necesitará distinguir lo que percibe o lo que se inventa, porque tiene una imaginación muy desarrollada así que a veces también se lo inventa. Son muy enamoradizos, se inventan conexiones y luego sufren decepciones.

La. madre de Luna en Piscis es una madre muy dadora, que ha protegido a los niños ante todo. “Hay que darlo todo para los niños, hay que proteger a los niños.”

Su lado oscuro es el sacrificio, y la ensoñación, puede ser una mujer que no se encarga, una alcohólica, una bohemia, o una mujer perdida en fantasías aniñadas.

La niña Luna en Piscis puede ser una niña que se ha refugiado en un mundo onírico propio, o en la pantalla e imágenes, para no sentir lo que ocurría en casa, lo que le ocurría a mamá.

El mecanismo

Luna en Piscis es un mecanismo de estar en una burbuja.

A Luna en Piscis le importa poco la realidad. Prefiere quedarse en un sueño, en su propio mundo de fantasía, no confronta la realidad porque no está dispuesta a soltar lo que siente. Lo complicado de esta Luna es que no hace el check-in con la realidad. Vive en un mundo de fantasía y de película y confía en su intuición, en su sensibilidad, entonces todo lo que no es esto, lo niega. Así se queda totalmente encerrado en su propia alucinación. Y quien la saca de all´?

Luna en Piscis no da la importancia a la materia, a lo concreto. A menudo ignora los mensajes que envía la realidad, entonces la realidad no entra.

¿Qué hace la Luna en Piscis cuando la vida la frustra? Se encierra en su burbuja: música, películas, tele, adicciones, dormir. Así va generando esos estados emocionales que la hacen sentir segura: esa sensación de estar sin límites claros, de flotar, de no tener borde.

Es una Luna que se evade, es una Luna escapista. Se evade en lugares que le permiten reestablecer un equilibrio imaginario. Y de esta manera **evita confrontarse con la realidad.**

Luna en Piscis necesita que el mundo sea sueño, porque **el mundo real para ella es duro o poco atractivo. Luna en Piscis necesita sentirse ilusionada, y estar ilusionada es estar fuera de la realidad.** Entonces cuando me enamoro, necesito estar totalmente ilusionada, y si me desilusiono, se acaba el amor. **No hay entrega real al otro sino al que me permita soñar.** ¿Qué voy a buscar después? Otro que me haga soñar más y mejor.

Hay aquí una Luna que necesita soñar, **prefiere añorar y soñar, a vivir en la realidad concreta.**

Dependiendo de cómo sea su situación, este mecanismo, cuando empiezan a acusarse los golpes de la vida, puede fácilmente conducir a la tristeza o depresión más o menos permanentes.

Para esta luna, la melancolía - añorar lo que no hay- es lugar de seguridad, porque le permite seguir en ensoñación.

La vida afectiva

¡Qué necesita hacer la Luna en Piscis? Conectarse al cuerpo, a lo concreto, a la tierra. Esto es difícil para Luna en Piscis porque la realidad la frustra continuamente. La sensación que Luna en Piscis tiene de la realidad, es que la realidad es muy dura, por eso necesita evadirse. Aquí también hay demasiada Luna, como si esta teta no se acabara jamás. La madre ha protegido mucho, es difícil salirse, es difícil permitir que entre la realidad. Es como si la madre dijera: “el niño siempre tiene que estar protegido.” Así

salir afuera es cruel, afuera hay males, hay peligro, tenemos que proteger al niño, el niño tiene que quedar niño, Luna en Piscis quiere quedarse protegida y para ello necesita la burbuja.

Luna en Piscis necesita confrontar con el afuera, con la realidad, para ver si la realidad coincide con su película o no. Necesita aprender Virgo: discriminar entre sueño y realidad.

Hasta que no hace esto no madura, no sale de la película.

La realidad frustra continuamente a la Luna en Piscis, y necesita aprender a transitar la frustración. **Su trabajo de maduración es pasar por la desilusión. Solo la desilusión, e incorporar la información que viene a través de ella, le va a permitir incorporar información nueva.**

Pero como esta Luna tiene la sensación que conecta con todo, le es difícil registrar que hay algo que no registra.

Aprender a discriminar entre realidad y fantasía es todo un trabajo para esta Luna.

Otro problema de esta Luna es que entiende las relaciones solo en términos de madre e hijo. O se materna o se es maternado, y esto incluye la pareja.

Luna en Piscis es un exceso de energía materna, es como ser la Gran Madre. Tiene una altísima sensibilidad hacia la necesidad de todo ser vivo, sea niño, planta o animal (este será el talento). Son las personas que dedican su vida a rescatar animales etc.

El problema es que a causa del exceso, tiende a maternar de más - maternar a niños cuando ya no son niños- y a crear ambientes sobreprotegidos que terminan achicando a la gente.

Por ejemplo cuando tiene hijos, crea familias ideales, donde los niños, las mascotas, las plantas, están muy bien atendidos, y los que no está atendidos son los adultos. Con la misma pareja es muy común que el erotismo acabe al entrar los hijos en el escenario: todo es invadido por la leche materna.

Es imperativo que Luna en Piscis pueda encauzar el exceso de energía materna en su profesión, de lo contrario terminará achicando a todas las

personas de la casa, incluida la pareja, que también se convierte en un niño, o terminará relacionándose solamente desde salvar/ser salvada.

El afecto desde Luna en Piscis se entiende facilmente como sacrificio, como dar de más, como no poner límites, como salvar. A menudo eligen parejas sufridoras, dependientes, o adictas, personas a quienes rescatar. es imperativo aprender a poner límites, y trabajar la relación con la madre.

Le va a tomar mucho tiempo a Luna en Piscis darse cuenta de cuánto está implicada con las emociones de la propia madre, al punto de no poder discriminar fácilmente entre su propio deseo y lo que la madre deseó. También de cuánta energía se puso en salvar a la madre, en rescatarla de su tristeza.

Talento

El talento de esta Luna es el talento de lo materno, la capacidad de cuidar cada ser vivo, de cuidar la Vida.

Luna en Piscis en terapia

En terapia, necesita contención y límites suaves que le ayuden a volver a sí misma.

- Diferenciar entre empatía y absorción emocional
- Explorar el deseo inconsciente de ser salvada y cómo esto la desconecta de su poder
- Aprender a cuidar sin sacrificarse, a amar sin desaparecer
- Trabajar anclajes corporales o creativos que fortalezcan su presencia en el mundo
- Trabajar la forma de relacionarse que es “o madre o hija”

Resumiendo Luna en Piscis

Mecanismo neurótico: la resonancia, el sacrificio, querer salvar, escapismo, la tristeza

Qué le resulta difícil a Luna en Piscis

- Salir de la fantasía, tomar contacto con la realidad
- Poner en palabra sus emociones
- Marcar y respetar límites
- Discriminar entre sus emociones y las emociones de otros
- Dejar de sobreproteger, maternar de más

Qué necesita aprender Luna en Piscis

- A mantenerse sensible pero sin perderse
- A hacer check in con la realidad
- Límites: se puede dar sin darlo todo y es suficiente
- A discriminar sin volverse obsesiva y caer en la polaridad opuesta (Virgo)
- A relacionarse desde un lugar que no sea hijo-madre

Preguntas para Luna en Piscis

- ¿Dónde me pierdo tratando de salvar a otros?
- ¿Qué necesito para sentirme presente?
- ¿Cómo diferencio compasión de sacrificio?

Prácticas para Luna en Piscis

- El arte
- Todo lo corporal
- Ponerse límites al exceso de dar, exceso de materno
- Enraizamiento corporal, hacer campo desde el cuerpo
- Escribir tus límites personales y leerlos en voz alta.
- Caminar descalza o conectar con la naturaleza.

- Ritual de cierre: lavar las manos visualizando que sueltas lo que no te pertenece.
- Trabajar la espiritualidad y la energía sútil

Frase sanadora para Luna en Piscis

Puedo amar sin perderme

Amuleto para Luna en Piscis

Amatista (purifica, calma y favorece la conexión espiritual clara).

¿A qué es adicta cada luna?

Luna en Aries:

A la adrenalina, la acción, la batalla

Luna en Tauro

A la seguridad material y a la comida

Luna en Géminis

A los libros, a los juegos, a estudiar

Luna en Cáncer

A la familia y la seguridad emocional

Luna en Leo

A ser vista, al aplauso

Luna en Virgo

Al orden y el análisis

Luna en Libra

A la cortesía y a lo formal

Luna en Escorpio

A la intensidad

Luna en Sagitario

A aprender, viajar, expandirse

Luna en Capricornio

A la estructura, al esfuerzo

Luna en Acuario

A la libertad y a ser diferente

Luna en Piscis

A la resonancia, a soñar

¿Cuál es el refugio de cada luna?

Luna en Aries:
El campo de batalla
Luna en Tauro:
La nevera o el banco
Luna en Géminis:
Internet, el móvil, relaciones públicas
Luna en Cáncer:
El hogar, mamá
Luna en Leo:
El escenario, los selfies
Luna en Virgo:
La oficina
Luna en Libra:
El espejo y la relación
Luna en Escorpio:
El sótano
Luna en Sagitario:
La biblioteca, una fiesta o el avión
Luna en Capricornio:
La cima que está escalando
Luna en Acuario:
Los amigos y las causas
Luna en Piscis
El cine, la música, el bar

¿A qué le tiene miedo cada luna?

Luna en Aries:
A quedar atrapado
Luna en Tauro:
a la carencia
Luna en Géminis:
Al aburrimiento
Luna en Cáncer:
A la soledad, al desarraigo
Luna en Leo:
A no ser nadie
Luna en Virgo:
Al caos
Luna en Libra:
Al conflicto y lo que no es bello
Luna en Escorpio:
A todo o nada
Luna en Sagitario
A la tristeza, a la ignorancia, a la injusticia
Luna en Capricornio:
A la frustración
Luna en Acuario:
A la hipocresía, al conservadurismo
Luna en Piscis:
A la agresividad y a maldad, a la realidad

¿Cómo se complica la vida cada luna?

Luna en Aries
Buscando la pelea, con su temperamento
Luna en Tauro
Manteniéndose en sopor perezoso
Luna en Géminis
Con el multitasking y con el exceso de información
Luna en Cáncer
Siendo susceptible, aceptando cuidar a todos para luego quejarse, con su dependencia
Luna en Leo
Con el exceso de exposición y el exceso de ego
Luna en Virgo
Trabajando de más, criticando, con sus manías
Luna en Libra
Diciendo a todos que sí, preocupándose del que dirán
Luna en Escorpio
Metiéndose en situaciones con el todo o nada, atormentándose, controlando
Luna en Sagitario
Exagerando o negando la realidad
Luna en Capricornio
Enfriando las relaciones, trabajando de más, siendo exigente
Luna en Acuario
Con su intermitencia, con querer siempre ser el diferente
Luna en Piscis
Añorando o ilusionándose con lo que no hay, con su somnolencia

Cómo trascender el mecanismo Lunar

La estructura energética de la carta natal es compleja; en principio podemos decir que cada Luna necesita transitar hacia el signo opuesto y complementario, desarrollar la otra polaridad.
El signo opuesto y complementario es un signo que a la luna le provoca dificultad, porque su energía es opuesta.

Los ejes de las polaridades son:
Aries- Libra
Tauro- Escorpio
Géminis- Sagitario
Cáncer- Capricornio
Leo- Acuario
Virgo- Piscis

Esta es una primera manera de desarrollar la energía.
En este sentido, desarrollar la Luna quiere decir hacer lo opuesto a lo que mi mecanismo automatizado me pide. La conducta opuesta, en el momento en el que se da la situación. Así es como salgo del mecanismo en la práctica.

En general, vamos a decir que de la Luna no vamos a salir nunca, porque la Luna es quien somos; se trata de integrar que **somos la Luna también, y no solamente la Luna.**
Se trata de dejar de vivir la propia carta natal desde la Luna; la carta natal se ha de vivir desde el Sol.
Entonces la práctica será llegar a expresar la misma energía, pero de otra manera- a otro nivel, en otro plano. Es lo que entendemos cuando decimos "talento Lunar."
En en este sentido **no se trata tanto de cambiar algo, sino de desarrollarlo de otra manera.** Lo que necesito para mi mecanismo Lunar, es estar presente

en el momento mismo en el que se produce. Tarea no tan sencilla, porque justo cuando estamos en el mecanismo Lunar, es cuando nos perdemos a nosotros mismos.

Si la conciencia llega tarde a enterarse del mecanismo Lunar, no puede hacer nada en ese momento.

Es esencial darse cuenta en el momento mismo y no después, y así dar una respuesta diferente en el momento. Este es un entrenamiento que eventualmente llega con la práctica.

Prácticas de ayuda por elemento

Para las Lunas de fuego

El fuego necesita espacio para brillar, pero también momentos para descansar de su propia intensidad.
El camino aquí es aprender a contener la energía sin apagarla.

- Meditación activa o dinámica (como caminar en silencio, o moverse con la respiración).
- Momentos de quietud diaria: apagar estímulos, quedarse en silencio, mirar una vela sin hacer nada.
- Pranayamas refrescantes y calmantes, especialmente Sitali pranayama o respiraciones lentas y profundas.
- Yoga que enfríe y suavice: yin yoga, posturas que relajan el abdomen y las caderas.
- Baños o rituales con agua, para templar el exceso de fuego.
- Terapia de profundidad o trabajo con la sombra: integrar la vulnerabilidad detrás del impulso.
- Si hay mucha impulsividad o reactividad emocional, se pueden explorar la comunicación consciente o no violenta, técnicas del manejo de la ira.
- Cultivar la ternura y el contacto físico sin sexualizarlo: abrazos, masajes, contacto con animales.

Intención: transformar el fuego reactivo en presencia radiante.

Para las Lunas de tierra

La tierra sostiene, pero a veces se endurece. Estas lunas necesitan recordar que la seguridad no viene solo del control, sino también de la entrega.

Prácticas sugeridas:

- Momentos sin hacer nada, sin objetivo ni productividad: simplemente **estar**.
- Relajaciones guiadas o descanso consciente, escuchando las sensaciones corporales.
- **Yoga suave o yoga terapéutico**, con posturas que abran el pecho y flexibilicen la rigidez de la espalda.
- Prácticas de **feldenkrais** o similar, para recuperar la movilidad y la sensibilidad desde lo suave.
- Trabajo con el **niño interior**, permitir la vulnerabilidad sin juicio.
- Expresión creativa libre: pintar, modelar, cantar o cocinar sin buscar resultados.
- Practicar **pedir ayuda** o expresar necesidades sencillas ("necesito descanso", "necesito compañía").
- Paseos en la naturaleza, jardinería, cocinar con presencia: reconectar con el placer sensorial de lo simple.
- Respiraciones abdominales profundas o **body scan** para ablandar la rigidez corporal.

Intención: transformar la necesidad de control en presencia encarnada y sensible.

Para las Lunas de aire

El aire piensa lo que siente. Su refugio está en las ideas, pero su sanación ocurre cuando se atreve a sentir sin explicarse.

Prácticas sugeridas:

- Momentos de silencio sin lectura ni conversación: permitir el **vacío mental**.
- Meditaciones centradas en el cuerpo y la respiración.

- **Movimiento auténtico o danza libre**: dejar que el cuerpo diga lo que la mente no puede.
- Prácticas de **contact improvisation** o **expresión corporal consciente**.
- Posturas de apertura del pecho y respiraciones amplias y profundas, posturas de yoga que trabajan también los brazos (abren el chakra corazón)
- **Escritura emocional o automática**, sin editar ni analizar.
- Contacto humano profundo: mirar a los ojos, quedarse en la presencia compartida, no huir del silencio.
- Aromaterapia, contacto con texturas naturales, sonidos suaves: volver al **aquí y ahora sensorial**.

Intención: transformar la distancia mental en conexión viva y sentida.

Para las Lunas de agua

El agua siente profundamente. Su refugio es el mundo interior, pero su evolución ocurre cuando aprende a moverse en la realidad sin perder sensibilidad.

Prácticas sugeridas:

- Dialogar mientras se siente: comunicar sin abandonar el cuerpo.
- Buscar vínculos con escucha y contención mutua, evitando fusiones o retiradas.
- Desarrollar el discernimiento mental: leer, escribir o estudiar con enraizamiento.
- Prácticas de **enraizamiento corporal**: postura de la montaña, la diosa, la silla o los guerreros.
- **Tai chi o qi gong**, para fortalecer el centro y dirigir la energía sin reprimirla.

- Respiración de fuego suave o ejercicios de activación abdominal para conectar con la voluntad.
- Acciones concretas y rítmicas: ordenar, limpiar, cocinar, cuidar lo cotidiano como acto meditativo.
- Masajes, automasajes con aceites, duchas frías o baños de mar: recordar el cuerpo como contenedor de la emoción.
- Caminar descalza o sentir los pies como raíz.

Intención: transformar la emoción disuelta en sabiduría encarnada.

Nota final

Cada Luna busca equilibrio en el elemento que menos domina.
No se trata de corregirse, sino de recordar los elementos que faltan para sostener la totalidad de lo que somos.

"Cada elemento recuerda algo del alma:
el fuego, su impulso;
la tierra, su raíz;
el aire, su aliento;
el agua, su memoria.
Todo en nosotros busca volver a casa."
— Anónimo sufí (atribuido)

El hilo de las madres

Doce lunas me habitan,
doce madres me miran desde adentro.
Una me enseñó a cuidar, otra a huir,
otra a brillar, otra a callar.
Cada una trajo una forma distinta
de proteger lo que dolía.
Madres de agua, de fuego, de aire, de tierra —
me parieron una y otra vez
en cada entrega y en cada ausencia.
A veces fui hija del miedo,
otras, del deseo ardiente.
Y todas tejieron el mismo hilo rojo,
entre mi origen y mi destino.
Ahora sé que no hay mejores o peores lunas,
sólo la que aprendí a reconocer
en el agua azulada de sus ojos.
Todas me hicieron cuerpo,
todas me hicieron alma.
Y en el latido que pulsa entre ellas
—la memoria infinita de las madres—
hoy me descubro entera:
hija de la noche negra,
vasija de la luna fría,
madre de mi propia luz.

Anna Rai Anand