LA ASTROLOGÍA EN LA TERAPIA

LA LUNA

ANNA RAI ANAND

La luna
es el planeta
con el que
hay máxima identificación

Identificarme con la luna
no es evolutivo.
Lo que es evolutivo es
identificarme con Sol y Ascendente

Si me identifico con la luna,
repito el pasado.

¿Qué es tu luna?

La huella de la relación con tu madre introyectada y con las figuras que te cuidaron. El linaje femenino.

- Cómo recibiste y experimentaste el afecto durante la infancia.
- En qué estado emocional quedó fijada tu niña interior.
- Qué entiendes hoy por afecto y cómo te relacionas con él y con las emociones.
- Qué necesitas para sentirte segura y protegida.
- Cómo reaccionas ante el estrés, la incertidumbre o la inseguridad.
- Cómo te desconectas cuando la realidad te confronta.
- Cómo expresas tus necesidades y cómo pides lo que necesitas.
- Cómo cuidas a los demás y cómo ejerces la crianza.

Tu luna responde a estas preguntas

- Cómo viviste el vínculo con tu madre?
- ¿Qué necesitas para sentirte segura?
- ¿Cómo das afecto y cómo te esperas recibirlo?
- ¿Qué es lo que afectivizas?
- ¿Cómo te desconectas cuando la realidad te confronta?
- ¿Cómo reaccionas cuando estás en estrés?
- ¿Cómo pides lo que necesitas?
- ¿ Cómo te relacionas con el afecto?
- ¿Qué tipo de madre eres?

La luna es muy importante
en vínculos
porque es tu lenguaje del amor

La luna se manifiesta en
los vínculos estrechos

Si la luna no es consciente,
se manifiesta como mecanismo
emocional compulsivo

Si la luna no es consciente,
ese signo lo vivo neurótico,
manifiesto la sombra
del signo

Cuando la luna se vuelve
consciente,
se transforma en un talento

Luna en un signo=necesito ese signo para sentirme segura

Ejemplo: Luna en Aries=necesito la pelea para sentirme segura
Luna en Escorpio=necesito la asfixia o el drama para sentirme segura
Luna en Capricornio=necesito la soledad para sentirme segura

Tener la luna en un signo no es lo mismo que tener otro planeta en ese signo

Ejemplo:
Luna en Aries=necesito la pelea para sentirme segura, necesito ser independiente en un vínculo.
Venus en Aries= me gusta y valoro la independencia, asi como hacer la parte asertiva en un vínculo.

La luna necesita eso

Luna en Aries=necesito Aries

Luna en Tauro=necesito Tauro

Luna en Géminis=necesito Géminis

y así

Hacer proceso
con mi propia luna
es hacer el viaje
de la niña
a la adulta

También es el viaje
de ir a tomar
a la propia madre
y recuperar
la posibilidad
del afecto

Para “salir de la luna”
he de hacer lo contrario
que mi luna me pide

De entrada cada luna
ha de integrar
el signo contrario

Signos donde por defecto la luna no está cómoda (escaso contacto con lo afectivo en la infancia, entonces soy poco afectiva)

Capricornio, Virgo
Aries, Acuario
Escorpio (depende)

Lunas demasiado buenas (mucha contención y poco límite, entonces no quiero sufrir, quiero quedarme protegida)

Tauro, Cáncer, Sagitario
no quiero sufrir

No tienes solamente una luna.
Tienes **un mecanismo lunar**

- Luna por signo: el signo en el que está tu luna. Ejemplo: si la luna está en Leo, soy Luna en Leo.
- Luna por casa. La luna adquiere el signo que rige esa casa. Ejemplo: si la luna está en casa 5, luna en Leo.
- Luna por aspecto. Si la luna está en aspecto duro con un planeta, soy luna en el signo que rige el planeta. (esto para más adelante)
- El signo en la cúspide de la casa 4. Si la casa 4 está en Leo, soy Luna en Leo.
- Los planetas que están en la casa 4. Si en la casa 4 tengo un planeta, soy Luna en el signo que rige ese planeta. Ejemplo: si el Sol está en la 4, también soy luna en Leo.

Las 12 lunas
por elemento

Lunas de fuego: Aries, Leo, Sagitario

Se relacionan con las emociones desde el fuego: se enfadan, se expresan, han de hacer algo. Son reactivas.

- **Luna en Aries:** la madre invasiva. Afectivizo la pelea, la independencia, la acción y el deseo. Necesito eso en un vínculo, como si todo el rato estuviese peleando con mamá y defendiendo mi independencia, de mamá. Esto me vuelve reactiva frente al límite y al deseo del otro. Cuanto más en estrés estoy, más necesito hacer algo, moverme, más me vuelvo impulsivo reactiva.
- **Luna en Leo:** la niña favorita, familia con mindset de especiales. Afectivizo sentirme especial en un vínculo. Confundo ser especial con ser querida. Si no soy especial, siento que no soy nada. Expectativas poco realistas en vínculos. Si no soy especial, me retiro con orgullo herido o hago la pataleta caprichosa. Dificultad para ver y mostrar la propia sombra/vulnerabilidad.
- **Luna en Sagitario**: luna demasiado buena. ambiente familiar donde hay que ser alegres o "tenemos suerte". Afectivizo la alegría y la falta de límites. Optimismo patológico, no veo la realidad para que encaje en mi relato de "estoy bien."Cuando hay límite, tristeza o confrontación, lo niego o me voy a buscar otra alegría, otra experiencia. "Todo pasa por algo".

Las lunas de fuego necesitan
aprender a reconocer y sostener
lo que sienten
sin tener que transformarlo
inmediatamente en acción.

Lunas de tierra: Tauro, Virgo, Capricornio

Se relacionan con las emociones desde la tierra: la tarea, el control, aguantar, el esfuerzo.

- **Luna en Tauro.** Luna demasiado buena. Familia que le da mucha importancia a la estabilidad, al dinero, a la comida. El bebé ha recibido mucha materia. Afectivizo la seguridad material y corporal. Gran dificultad para transitar las sensaciones corporales desagradables, perder comfort económico. Conformismo para reemplazar con sucedáneos. Me instalo en la pereza (no hago introspección aguanto sin sentir, implodo adentro) para no sentir lo que me confronta.
- **Luna en Virgo:** hay una falta de luna muy grande. Niña que aprendió demasiado pronto a ser servicial. No hubo lugar para sus necesidades. Afectivizo ser servicial, resolver los asuntos del otro y posticipo mis necesidadas. Afectivizo la lógica, entender, no tolero el caos porque tengo mucho miedo de volver a caer en el caos que había en mi familia. Necesito ordenar, limpiar, trabajar, la tarea.
- **Luna en Capricornio:** hay una escasez de luna muy grande. Madre exigente, poco disponible, exceso de responsabilidad y esfuerzo en la infancia, soledad y frialdad. Afectivizo ser responsable, la soledad, no tener necesidades. Gran dificultad para pedir ayuda porque en la infancia he sentido que no hay para mí, entonces me he recortado todas las necesidades. Cuando la realidad me confronta, aguanto y trago en soledad, aumento el esfuerzo y la responsabilidad.

Las lunas de tierra necesitan aprender a dar espacio a las emociones sin necesidad de controlarlas o resolverlas.

Lunas de aire: Géminis, Libra, Acuario

Se relacionan con las emociones desde el aire: entender, racionalizar, desconectarme con la mente.

- **Luna en Géminis**: se ha premiado ser lista, saber muchas cosas, ser divertida. Afectivizo entender, saber cosas, ser lista, la broma. Necesito entender lo que me pasa, me escapo del dolor dispersionando mi energía (voy a otra cosa o busco afecto en otro) o queriendo entender o haciendo bromas. Cumulo información sin hacer nada con eso. Eterno Peter Pan y eterna alumna, dificultad para las responsabilidades de la adulta. Me ubico de hermana o amiga en vínculos. Gran dificultad para el compromiso.
- **Luna en Libra:** madre que quiere quedar bien. Afectivizo la belleza, la armonía y estar en pareja (la pareja es mi refugio). Necesito quedar bien, agradar, ser guapa, seducir, necesito que haya armonía en el vínculo. Agrado como forma de no entrar en el dolor y guardar el vínculo, soy dependiente. No digo lo mío y mantengo una fachada de harmonía. La forma es más importante que el contenido. Cuando la situación es muy confrontativa, me voy a seducir/agradar en otro vínculo. Gran dificultad para el conflicto.
- **Luna en Acuario:** hubo un corte con el afecto en la infancia. Me he sentido diferente en mi familia (la oveja negra). Afectivizo sentirme diferente y desapegada. Me ubico en el rol de diferente por defecto; no tolero la angustia porque me reenvía al trauma originario, cuando la realidad me confronta corto con desapego y me voy. Interrumpo constantemente las emociones así que no las siento (sentir no es seguro). Gran dificultad para el compromiso.

Las lunas de aire necesitan
aprender a sentir
y permanecer en contacto con la
emoción sin tener que explicarla,
racionalizarla o desconectándose.

Lunas de agua: Cáncer, Escorpio, Piscis

Se relacionan con las emociones aislándose en ellas y no comparten lo que sienten

- **Luna en Cáncer:** luna demasiado buena. Simbiosis con la madre, gran conexión emocional con ella. La madre anticipaba mis necesidades emocionales. Afectivizo ser cuidada, protegida, la memoria, la familia, y que anticipen mis necesidades. Tendencia a quedarse niña, a no desarrollar el límite y vínculos realistas. Cuando la realidad me confronta, voy a otro lugar donde me cuidan. Gran dificultad para salir del huevo de lo conocido, para dar cambio. Me ubico en relaciones desde la hija. Gran susceptibilidad, tomos las cosas personales y me espero que el otro se anticipe y lea mi mente.
- **Luna en Escorpio**: madre asfixiante, fusionante, sobreprotectora. La madre estaba en depresión, atravesaba un duelo o hubo abortos en el útero. Afectivizo la fusión, el drama, la intensidad. Necesito fusión en vínculos, sin espacio para la diferenciación. Luego esto me asfixia (como mi madre) y necesito alejarme. En el inconsciente asocio el afecto a la destrucción y a la muerte. Gran reactividad emocional, mecanismos emocionales destructivos para sabotear las relaciones y volver a la herida originaria. Tendencia al control, a la manipulación, al drama y a los celos como forma de mantener un lugar de poder con el otro, no sentirme vulnerable y al final volver a que el amor mata. Dar para recibir lo que no me atrevo a pedir, darlo todo para recibirlo todo a cambio. No se explicitan las cosas, demandas implicitas. Clan de mujeres en lucha por la supervivencia. Madre judía. Es muy dificl decir No porque el No rompe la fusión.
- **Luna en Piscis**: madre sacrificada, víctima, bohemia, alcohólica, escapista o triste. Madre sin límites. Ambiente muy protegido, "los niños no tienen que sufrir." Emociones adoptadas de la madre. Buscar un salvador. Afectivizo la fantasía, la tristeza. Escapismo y adicciones, aislamiento en burbuja. Melancolía y victimización como mecanismos de seguridad. Exceso de materno, relaciones donde los adultos se aniñan. El afecto se entiende como sacrificio. Confundo amor con sentir pena por el otro. Gran dificultad para encarar la dureza de la realidad y ponerme límites.

Las lunas de agua necesitan
aprender a contener
y expresar sus emociones
sin quedar desbordadas por ellas
ni encerrarse en su mundo
emocional.