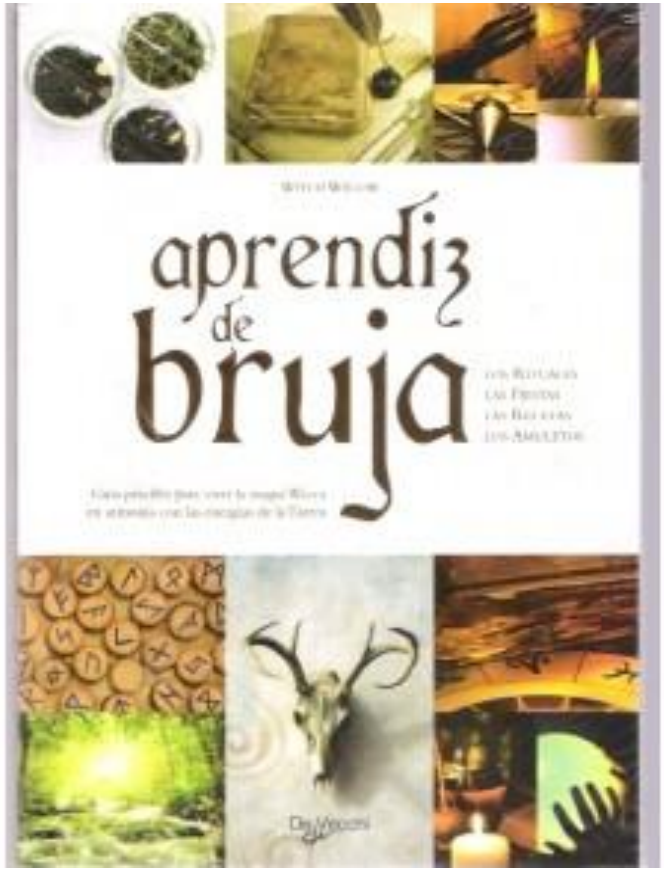


Willow Witch

Índice

Introducción:

- Las brujas de ayer y de hoy
- Wicca: la nueva brujería
- Las nuevas religiones

Lección 1. El poder de la mente

- La meditación
- La visualización
- El enraizamiento
- La descarga de energía
- El uso del pensamiento
- El circulo mágico
- La descarga de energía hasta el cono del poder
- La oración
- El baile en espiral

Lección 2. Los utensilios de las brujas

- El altar
- La escoba
- El caldero
- Las velas
- Inciensos , hierba y aceites esenciales
- El pentáculo
- La copa
- El libro de las sombras
- La varita mágica y el athame
- El habito ritual
- Como obtener los utensilios mágicos
- La purificación de los objetos mágicos

Lección 3. El taller de las brujas

- El habito mágico y sus accesorios
- El collar mágico
- Amuletos y talismanes
- Los saquitos de la magia
- Las piedras mágicas

Lección 4. Las fiestas de las brujas

- Shamain
- Yule
- Imbolc
- Ostara
- Beltane
- Litha
- Lughnasadh
- Mabon

Lección 5. La mesa de las brujas

- Seleccionar lo biológico
- Menú para una fiesta brujesca

Lección 6. La beauty farm de las brujas

- La fitocosmética

Lección 7. La farmacia de las brujas

- La fitoterapia
- Las flores de Bach

Lección 8. Los amigos visibles de las brujas

- Flores, plantas, árboles y hierbas
- Piedras, minerales y cristales

Lección 9. Los amigos invisibles de las brujas

- Los seres pequeños
- Los ovnis

Lección 10. Ritos mágicos para aprendices de brujas

- Ritual para el perfeccionamiento interior
- Ritual para encontrar a la diosa
- Ritual para la salud
- Ritual para el trabajo
- Ritual para resolver un problema determinado
- Ritual para encontrar a la persona adecuada
- Ritual de protección
- Ritual para el dinero
- Y para quien trabaja en grupo

Introducción

- **Las brujas de ayer y de hoy…**

Muchas personas de entre 13 y 50 años, tanto hombres como mujeres, están viviendo la brujería. Ya no se avergüenzan cuando oyen hablar de la cuestión o alguien hace referencia a una "mala bruja"; muy al contrario, se sienten incluso orgullosos.

Sin embargo, tradicionalmente las brujas han sido vistas como personas malvadas porque "adoraban a Satán, organizaban banquetes horripilantes y orgias e, incluso, se comían a los niños" Es cierto que, en otros tiempos, quienes le perseguían las consideraban asesinas, destructoras de las cosechas, responsables de tormentas desastrosas y de todas las calamidades naturales: en resumen, mujeres pérfidas. Hoy empieza a aflorar, por fin, la verdad: de hecho, las brujas no eran seres maléficos como se ha dicho, sino simplemente, personas "distintas" que vivían según unas leyes antiquísimas que la mayoría no aprobada.

Las principales acusaciones que dirigían entre ellas se referían, en general, a haber renegado de la fe cristiana y a su vinculación con Satán, al hecho de hacer uso de poderes mágicos con objetos inconfesables, a su participación en ritos misteriosos como los aquelarres ("en los que volaban cabalgando sobre escobas o animales") y a que provocaban sequías, tormentas y otros desastres naturales que arruinaban las cosechas, mataban animales y personas utilizando la magia negra, impedían que las mujeres concibiesen, causaban enfermedades de todo tipo y mataban y se comían a los niños.

Además, se las acusaba de chupar la sangre como los vampiros y preparar con hierbas venenosas filtros de amor o hechizos que provocaban mal de ojo.

En realidad, las brujas, gracias a sus conocimientos sobre las propiedades de las hierbas, fueron curanderas populares, capaces de medicar y sanar a hombres y animales. Eran personas que no aceptaban la moral común ni las sofocantes leyes del patriarcado y que realizaban ritos religiosos pre cristianos en honor a alguna divinidad pagana. Practicaban el chamanismo, sabían predecir el futuro, curar el mal de ojo y ayudar a los demás con sencillos rituales.

Precisamente porque no atacaban las normas impuestas por la comunidad, fueron perseguidas por el tribunal de la inquisición, los juristas laicos, los corregidores y los teólogos.

Por consiguiente, según estas primeras pinceladas, podemos constatar que en el pasado eran consideradas brujas las mujeres que no atacaban el poder masculino, optaban por vivir la vida a su manera y seguían antiguas tradiciones de la fe pagana en lugar de los ritos de la religión oficial. Los inquisidores llegaron a afirmar que todas las mujeres eran brujas en potencia, precisamente a causa de su sexo. De echo, en la biblia podemos leer: "La mujer está llena de malicia. Todas las maldades y todas las perversidades proceden de ella" (Eclesiastés 25,13)

De cualquier forma, la brujería, tal como es entendida hoy, no tiene nada que ver con la brujería de otros tiempos.

Las brujas de hoy no vuelan en escobas, sino que utilizan los transportes públicos y conducen sus propios coches; no se comen a los niños, y no solo porque muchas veces son vegetarianas, no se transforman en animales, sino que tratan de parecerse a sus personas preferidas en sus aspectos más positivos; no consumen drogas o alucinógenos, y no se sirven de engaños o mentiras para alcanzar sus objetivos. Naturalmente, tampoco destruyen cosechas ni matan animales o personas ni echan mal de ojo. No siguen a Satán ni le conceden poder alguno; no rechazan, necesariamente, la fe cristiana o la de otras religiones, simplemente las toleran. Tampoco hacen uso de ninguna magia para doblegar la voluntad ajena y dominar al prójimo.

Una de las características principales de las brujas de hoy en día en su gran conciencia ecológica, que ayuda a salvar el planeta: respetan la naturaleza y, por ello, tratan de no contaminar y preservar los recursos naturales. Además, practican rituales para armonizarse con el ciclo de las estaciones naturales, se curan con remedios fitoterapeúticos y practican y fomentan una alimentación natural, en muchos casos biológica.

Estudian ciencias de la antigua tradición y buscan una cierta iluminación interior, mediante un proceso de individuación que les permite mejorar día a día (en este sentido desarrollan habilidades naturales como la meditación, la capacidad de prever el futuro, la telepatía etc.…) No dejan de rezar por el bien y el progreso de la

humanidad, así como la paz y la salvación del mundo (están en contra de la explotación de los seres humanos, en especial de las mujeres y los niños)
Respetan a los ancianos y su sabiduría, aunque sin aceptar jerarquía alguna que les imponga un modo particular de comportarse o de pensar. Además, muestran otro aspecto fundamental: una visión gozosa de la vida y del sexo, sin los tabúes o las restricciones que impone la moral común al uso.

- **Wicca, la nueva brujería….**

La Wicca es un movimiento de espiritualidad neo pagana que nació gracias a la elaboración filosófica de Gerard Gardner, considerado a todos los aspectos el padre espiritual de esta creencia. En sus obras, High Magic Aid, Wichcraft for Tomorrow y The Meaning of Witchcraft. Gardner hace suyas las tesis de la conocida antropóloga Margareth Murray, la cual sostiene que el paganismo no sólo no ha muerto, sino que ha evolucionado a la llamada religión de las brujas, un conjunto de prácticas, rituales y creencias muy sincréticas, de tipo iniciático, que tienen como objeto de culto una actividad femenina, considerada la Gran Madre de todo.
Desde los años cincuenta del siglo XX, la Wicca se ha ido enriqueciendo con nuevas aportaciones, realizadas por diversas personas en muchos países del mundo, que comparten, sin embargo, algunas líneas generales.

-La naturaleza es divina y la divinidad está en la propia naturaleza.
-No existe un principio creador externo a la naturaleza y, por consiguiente, no hay una divinidad en los alto de los cielos, superiores y ajena al mundo.
-No hay leyes fijadas por una divinidad, el hombre es responsable de sus propias acciones y debe regirse por si mismo.
-La divinidad es tanto masculina como femenina.
-No existe diferencia entre magia y religión. La magia es un modo de percibir la realidad y ejercitar el propio credo religioso.
-La Wicca es una religión dentro del tipo mistérico, que aboga por la iniciación y aconseja el secreto sobre las prácticas que se llevan a cabo.
-Muchos aspectos de los rituales tienen carácter chamánico.
-La base de la práctica religiosa es la espontaneidad y la inventiva personal. Ambas hacen que los rituales sean originales y personalizados.

- **Las nuevas religiones…**

Como muchas personas saben, la iglesia católica presta actualmente mucha atención a las nuevas religiones, por motivos evidentes, pero también lo hacen los sociólogos, antropólogos y psicólogos, los cuales interpretan la necesidad de integrarse en grupos religiosos ajenos al cristianismo como una señal de profundo malestar, la esencia de algo que concierne a la esfera espiritual.
Aunque quienes procesan nuevas religiones, sobre todos las de origen oriental son, por regla general, personas de un nivel cultural medio-alto, esto no significa que cuenten con un buen nivel de cultura religiosa. De hecho, en muchos casos carecen totalmente de conocimientos no solo teológicos sino también históricos, lo cual contribuye a que la relación con la religión, con cualquier religión, sea menos natural y más esotérica. Tal vez sea el intento de sustraerse a los dogmas de las nuevas religiones lo que hace que los primeros contactos sean mucho mas comprometidos, misteriosos, profundos y sobre todo selectivos.
Si se hace una observación de conjunto, parece que el fenómeno de las nuevas religiones es un proceso de lenta culturización de las personas que, dirigidas a menudo por un maestro espiritual y a través de lecturas de libros y la asistencia a conferencias, van abandonando su propia cultura religiosa original, hasta cortar cualquier conexión con el pasado y renunciar a la religión que les fue impuesta, de manera que pueden llegar a escoger su propio credo de forma autónoma. Las nuevas religiones, sobre todo si son de tipo mistérico, se presentan, mediante un entramado místico-esotérico, como una alternativa a las crisis colectivas, al aislamiento individual y a la perdida de valores, y a las carencias espirituales típicas de la sociedad moderna. El mensaje fundamental de las nuevas religiones se pone en manifiesto gracias al descubrimiento de una tradición esotérica interiorizada en el individuo, que hace de ella una modelo existencial, a fin de encontrar un equilibrio cósmico y redescubrir la sacralidad que nuestra sociedad consumista parece haber olvidado.

LECCION 1. EL PODER DE LA MAGIA

Lo primero que se debe comprender es que el poder no es un don, ni tampoco algo que se pueda adquirir de la noche a la mañana. Ni se compra ni se vende; se gana con el esfuerzo, el estudio, el trabajo y la oración.
Como no resulta fácil llegar a ser bruja, quien quiera conseguir ese objetivo deberá establecer un plan de acción y proceder con orden, sin tener prisa por alcanzar grandes resultados. No se empieza a andar de repente; ponerse de pie y aprender a caminar representa un proceso largo y trabajoso durante el cual uno cae y se vuelve a levantar. NO hay que olvidarlo cuando uno ya es capaz de mantenerse solo sobre los pies, caminar, saltar, y, tal vez, escalar montañas.
Las cosas mas importantes que se deben aprender son las siguientes:

- La meditación
- La visualización
- El enraizamiento
- La descarga de energía
- El uso del pensamiento
- El circulo mágico
- La descarga de energía hasta el cono de poder
- La oración
- El baile en espiral.

LA MEDITACION

La meditación es importante para aprender a relajar completamente el cuerpo y la mente. Ayuda a alejar las tensiones cuando estas son perturbadoras, a concentrar la atención en un objetivo y a detener la mente, que no deja de pensar en lo cotidiano, de manera que se pueda alcanzar un estado alterado de conciencia, en el cual se trabaja mágicamente. Como es lógico, la meditación no es una característica exclusiva de la wicca, sino que se practica en casi todas las religiones.

Para meditar bien es necesario disponer de los siguientes elementos:

- Paciencia.
- Tiempo suficiente
- Entrenamiento
- Lugar adecuado
- Momento apropiado

La posición clásica, la más común pero no necesariamente la más cómoda, es la típica del yoga, consiste en sentarse con las piernas cruzadas, la espalda recta, las manos sobre las rodillas y los ojos cerrados. Otra postura, más cómoda, consiste en tumbarse sobre la espalda con un pequeño cojín debajo de la cabeza, las piernas separadas y los brazos relajados colocados a ambos lados. En esta posición es fácil relajar bien la musculatura (de hecho es tan fácil que a veces se corre el peligro de pasar de la meditación al sueño…)
En realidad todas las posturas son validas: lo importante es que se escoja la que mejor le va a cada uno (se puede meditar en una tumbona, en un sofá, en un prado o en cualquier lugar donde uno se sienta a gusto)
LO fundamental es eliminar cualquier factor perturbador, es decir, no comenzar una sesión de meditación si se esta esperando que se que llegue el técnico de la lavadora, se si ha de ir a buscar a los niños al colegio, si la pareja esta a punto de volver del trabajo o si se esta pendiente de que empiece en la televisión una interesante película.
En resumen, hay que hacer todo lo posible para disfrutar de un buen rato. Asegúrese de que tanto el teléfono móvil como la radio y la televisión están apagadas, de haber conectado el buzón de voz o de que no haya una cazuela en el fuego; en fin, de que nada le pueda interrumpir de improvisto. No se puede poner un avisador para que suene diez minutos después… Es más, si uno cree que no va a tener bastante tiempo o buenas condiciones más vale posponer la sesión de meditación.
Si quiere, puede encender un bastoncito de incienso o poner alguna gota de perfume en un difusor para esencias, y ponerse de fondo música baja y suave. En el mercado pueden encontrar discos de melodías que ayudan a la relajación.
La meditación es una técnica, no se puede pretender dominarla de inmediato y lograr la relajación perfecta desde la primera vez. Casi todas las personas que meditan por primera vez tienen la impresión

de que ha sido un completo fracaso: se le duermen las piernas, notan un hormigueo en las manos y piernas, y les pasan por la mente muchísimas imágenes a modo de publicidad enloquecida que intentan contener en vano.
Para conseguir un buen nivel de meditación, hace falta un largo y constante ejercicio. Comience por la base y recuerde que la gota a gota horada la piedra. Día a día llegara a ser una experta y acabara entrando en un estado diferente de conciencia aunque sea entre ruidos, distracciones etc.…
El objetivo fundamental de la meditación consiste en alcanzar un estado de conciencia en el cual es posible formular visualizaciones y pensamientos creativos, como veremos más adelante. Si cree usted que puede ayudarle, tome nota de las instrucciones del ejercicio base, que le servirán de guía para sus primeras experiencias.
Y recuerde siempre que meditar sirve para:

- Relajarse
- Concentrar la mente en algún objetivo
- Entrar en comunicación con la divinidad
- Purificarse y recargarse energéticamente

EJERCICIO: meditación base
Después de haber elegido el lugar adecuado y asegurarse de que nadie va a molestarle, escoja la posición que le parezca mas cómoda, cierre los ojos e imagine que hay ante usted una escalera. Desde arriba vaya descendiendo los peldaños y contándolos del uno al diez. Una vez haya alcanzado el decimo vera ante usted una puerta, ábrala suavemente y saldrá a una playa preciosa (si lo prefiere puede ser un prado entre suaves montañas) cubierta de arena blanca suavemente calentada por el sol, unas palmeras que delimitan y el mar tranquilo que baña la orilla. Imagine que se tumba sobre la arena caliente y deja que las olas le acaricien el cuerpo. Intente percibir el olor del mar, el susurro del viento que circula entre las ramas de las palmeras, el perfume de la arena mojada, el dulce calor de los rayos del sol sobre su piel, el sabor del agua salada.
Permanezca inmóvil mientras disfruta de ese estado de beatitud e imagine que van escapando de su cuerpo todas las tensiones, el cansancio y los problemas. Intente concentrar su mente solo en los detalles de su playa y dejar fuera los pensamientos que inevitablemente le atosigan.
Permanezca el tiempo que desee disfrutando de esa situación, luego levántese despacio y vuelve sobre sus pasos, es decir, abra la puerta, suba las escaleras contando de diez al uno, y cuando llegue arriba abra los ojos lentamente.

EJERCICIO: Meditación de la luna llena.
En una noche de finales de primavera, o ya de verano, de las de luna llena, diríjase a un prado, o a una playa, en definitiva a un lugar natural, tranquilo y que no sea peligroso.
Va de maravilla el jardín de casa, siempre que no haya perros que le estén dando lametazos en la cara, gatos que trepen sobre su barriga, otras personas que se empeñen en evocar recuerdos de tiempos difíciles, vecinos que se dediquen cantar serenatas… en fin, elijan el jardín si es un lugar al aire libre, solitario y silencioso.
Túmbese cómodamente en el suelo, tal vez sobre una manta si quiere tener más comodidad, y contemplen con serenidad el cielo estrellado. Espire lenta y profundamente, e inspire esta energía de paz que le proporciona la luna. Cierre los ojos e imagine que deambula entre las estrellas sobre una ráfaga de viento.
Imagine también que los pensamientos negativos se escapan de usted y se pierden entre el polvo de las estrellas. Al mismo tiempo déjese penetrar por la luz plateada de la vieja y purificadora luna.
Siga en meditación durante todo el tiempo que quiera, mientras se va liberando de todos los problemas terrenales.

LA VISUALIZACION

La visualización es un tipo particular de meditación que consiste en imaginar un objeto, persona o situación. No se trata de ver con los ojos, sino de percibir con los llamados sentidos internos.
Mediante la visualización se pueden "ver las cosas" pero sobre todo, se puede percibir el perfume, el calor, el sabor y la consistencia. Como es de suponer, no es fácil visualizar bien las primeras veces, y además, mantener la visión: la mente consciente intentará distraernos, como siempre, pero gracias a una práctica continuada al final resultara muy fácil percibir la realidad; será como abrir los ojos al mundo de nuestros deseos.

Hay muchísimos ejercicios de visualización; el más común de ellos consiste en cerrar los ojos e imaginar una pantalla blanca con un punto negro en el centro. Sin embargo, mucha gente prefiere unos ejercicios algo más complicados pero más gratificantes. Puede usted imaginar aquello que más le guste: un sendero, un paisaje que conozca bien, un ramo de flores, el animal que le gusta o el vuelo lento de un halcón.
Las primeras veces será difícil concentrar la atención en el objeto elegido, porque le distraerán las imágenes mentales relacionadas con las mil cosas que tiene pendientes de hacer, los pensamientos que se agolpan en su mente, las tensiones y la actividad del inconsciente, pero con una practica continuada aprenderá a fijar la atención.
Durante las sesiones de visualización, podrá descubrir, además, algunas partes de si misma como, por ejemplo, el niño o el viejo sabio, o encontrar la divinidad o incluso visitar lugares lejanos llenos de poder.

- **EJERCICIO: el helado.**

Colóquese en una postura adecuada de meditación, cierre los ojos e imagine que tiene un helado en la mano. Contemple los colores y sus tonalidades, inhale el perfume de leche y aromas, note una gota fría que desciende a lo largo del cono y alcanza sus dedos, azucarada y un poco pegajosa. Muerda ligeramente la parte superior: sienta el sabor dulce, el gusto de la fruta, la consistencia granulada de la fresa (en realidad puede escoger el gusto que prefiera) la gélida caricia del hielo en la lengua, su lenta caída en la garganta, la clara consistencia del cono entre los dientes.
Tómese el helado con gusto y tranquilidad, y cuando hayas acabado, abra lentamente los ojos.

- **EJERCICIO: El maestro interior.**

Colóquese en posición de meditación. Visualice un lugar que le guste especialmente y ponga en marcha la técnica antes descrita de bajar las escaleras.
Cuando haya visualizado el lugar escogido, imagine que ve una persona anciana que se dirige a su encuentro. Puede ser un hombre o una mujer, según su sensibilidad.
Observe con atención los largos cabellos blancos que le enmarcan el rostro conjunto y las arrugas que han clavado surcos en esa piel que tantas primaveras a conocido. Observe sus ojos, intensos, profundos, ligeramente irónicos y afables a la vez. Mire la sonrisa abierta y cordial, las viejas manos nudosas como las raíces de un árbol que estrechan las suyas, el cálido abrazo fraterno que le envuelve. Él es el maestro interior, será su guía, el padre espiritual, el que siempre le protegerá y velara por usted en cualquier circunstancia. Háblele, confíele sus mas profundos pensamientos, sus temores, sus ansias.
Si repite este ejercicio por lo menos un par de veces por semana, comunicarse con esta parte de su inconsciente se convertirá en una acción habitual. Esto le permite alcanzar una gran profundidad de pensamientos, así como realizar introspecciones realmente notables, y hará de usted una persona mejor y más atenta, no solamente con respecto al mundo exterior, sino también con todo lo referente a sus necesidades de crecimiento interior.

EL ENRAIZAMIENTO

Mi tradición afirma que todo el poder deriva de la Madre Tierra; por consiguiente, este ejercicio sirve para entrar en comunicación con la diosa, sentirse parte de la propia naturaleza y aprender a extraer la energía del cosmos en beneficio de nuestros cuerpos.
Para realizar este ejercicio es necesario estar sentado, con la espalda apoyada en una pared en el tronco de un árbol para que se mantenga recta. Adopte la postura propia de la meditación. Visualice un bosque y camine por un sendero entre las hojas caídas de los arboles o cubierto por una alfombra de suave musgo, hasta alcanzar un pequeño claro, en el centro del cual vera un árbol. Mírelo, no importa de qué árbol se trate, todos tenemos nuestro preferido, puede ser un sauce llorón, una encina, un haya o un pino, de igual. Lo importante es que se sienta a gusto. Obsérvelo atentamente; es grande, poderoso, antiguo y tiene una copa enorme llena de hojas y un tronco robusto que le trasmite seguridad y solidez.
Siéntese bajo el árbol y apoye la espalda contra el tronco, relaje completamente los hombros y pose sus manos en la tierra. Intente notar la rugosidad de la corteza contra su espalda. Trate de convertiré en un todo con el árbol. Sienta que su espalda forma

parte del tronco, que de las piernas le crecen pequeñas raíces que penetran con fuerza en el suelo, atraviesan el humus, recorren capas seguras y húmedas y se van alargando más y más, a la vez que reciben de la tierra la energía positiva y vivificante que, al igual que el agua, le alivia la sed.
Esta energía vivificante de la Madre Tierra recorre sus entrañas como una linfa, asciende desde las raíces hasta el tronco y alcanza las ramas y las hojas, para bajar después de estas, atravesar los brazos, llegar a las manos y regresar a la tierra que ha generado.
La energía forma así un círculo, del cual es usted el intermediario. Usted es el árbol, la tierra y la propia energía. Siga en estado de meditación hasta que se sienta preparada para volver, luego vaya abriendo lentamente los ojos, estire los músculos y conserve esa agradable sensación de bienestar.

LA DESCARGA DE ENERGÍA

Los ejercicios, la visualización, los rituales y las meditaciones dejan, a veces, a la persona un poco nerviosa e irritada. Es algo normal puesto que, una vez evocada la energía, esta puede resultar excesiva para nuestro físico, y por consiguiente, hay que descargarla en el suelo. Lo mejor para librarse de la energía es tumbarse, aunque hay quien prefiere arrodillarse y poner la cabeza contra el suelo y la espalda encorvada, en la típica posición de oración que adoptan los musulmanes. Es fundamental que las palmas de las manos estén abiertas y en contacto con el pavimento, o mejor todavía, con la hierba, en un suelo natural.
Visualice la energía que sale de su cuerpo como un fluido luminoso, pasa a través de las manos y regresa a la madre tierra. Recuerde que la energía nunca se destruye, sino que circula continuamente en un intercambio que es la fuente principal de nuestra magia.
Otra forma de descargar la energía excesiva consiste en darse un baño, jugar con un animal domestico o comer y beber, si bien en este caso es mejor reservar el primer mordisco y el primer sorbo a la diosa. Por supuesto, no estamos hablando de un gran banquete, de una comida compuesta de entremeses, primer plato, segundo y postre, ni de copiosas comidas con callos, judías, quesos, salchichas, pimientos, etc.… un simple tentempié es suficiente, tal vez unas tostadas untadas de queso fresco a las hierbas, unas galletas, un trozo de pastel o un panecillo con semillas de amapola. Olvídese también de que el ritual sea una ocasión especial para empinar el codo: es preferible un vasito de cerveza suave, un zumo de fruta, un batido, sorbete o un vasito de vino dulce. Tenga siempre presente que los excesos son obstáculos en el camino de nuestra evolución.

- El baño mágico.

Dediquemos ahora dos palabras al baño mágico. No se trata, obviamente, del clásico baño de asiento cómodamente instalados en una bañera rebosante de espuma, sino de un auténtico "ejercicio de bienestar" que sirve para purificar el cuerpo de la suciedad y las toxinas acumuladas, y el alma de las energías sobrantes que podamos haber almacenado a lo largo de todo el día.
Un baño mágico es una forma de ritual, y por consiguiente, se ha de preparar con mucha atención. No se debe tener prisa alguna. Es recomendable reducir la intensidad de la luz y disponer alrededor algunas velas para que el ambiente sea más relajante. También se puede quemar una varita de incienso o poner algunas gotas de aceites esenciales perfumados en un difusor y dejar como fondo una música de meditación.
Asegúrese de que nadie va a molestarle, descuelgue el teléfono o conecte el contestador automático, y disfrute de este momento especial. Como es de suponer, puede añadir al agua de baño una infusión de hierbas, aceites esenciales o perfumes que le ayuden a descargar la tensión.
Una vez dentro del agua, que no debe estar demasiado caliente, visualice las olas del mar, un lago limpio y cristalino, o cualquier espectáculo natural que le haga sentir bien, y sintonice con las energías positivas del agua. Imagine que esta penetra en los poros de su piel como si usted fuese tierra seca que se humedece con las lluvias primaverales. El agua penetra en su interior, limpia y purifica las células y se lleva consigo todos los posibles porquerías, física y espiritual, dejándole la piel aterciopelada y el alma purificada.
Resulta fácil llevar a cabo ejercicios de meditación, visualización y enraizamiento mientras se toma un baño mágico…

EL USO DEL PENSAMIENTO

El pensamiento es energía, una energía que se debe aprender a utilizar. De hecho, no debemos olvidar jamás que "las formas más fuertes y poderosas de la magia son el pensamiento y la voluntad"

Todo el mundo sueña despierto, piensa intensamente en algo y quiere traducir a la realidad los deseos más profundos. Uno de los aspectos más misteriosos, pero también más poderosos, de la magia de las brujas es la posibilidad de hacer realidad cosas nacidas de nuestra imaginación. Se debe comprender, sin embargo, que no basta con visualizar un maletín repleto de billetes de cien euros para que este aparezca misteriosamente ante nosotros. No es este el tipo de magia que nos interesa, y además no suele funcionar. Las brujas creen que el pensamiento es un tipo de energía que puede ser modelada y adoptar una forma que luego perdurará en el tiempo, y que puede concretarse, incluso, en objetos físicos. Sin embargo, hace falta mucha práctica para alcanzar el dominio de nuestra técnica. Por regla general, los porcentajes mas elevados de éxito se dan cuando se intenta organizar el pensamiento para favorecer proyectos creativos, solucionar problemas, intuir nuevas oportunidades y defenderse del ataque de la negatividad propia y ajena.

No es posible proyectar el pensamiento si previamente no se consigue entrar en estado alterado de conciencia: por consiguiente, no intente crear nuevas formas-pensamiento si no están acostumbrados a visualizar muy bien el objeto deseado. La base del éxito radica en saber crear formas-pensamientos claras, detalladas y verosímiles en todos los pormenores.

Ya hemos visto que visualizar no significa ver con los ojos del cuerpo, sino con los de la mente. Cuando consiga dominar esta técnica, lograra visualizar no solamente situaciones simples, sino también sonidos, olores, sensaciones de calor y frio, etc. El paso siguiente es la llamada visualización creativa, que suele consistir en crear una forma-pensamiento muy elaborada, por ejemplo, el paisaje preferido (hemos hablado de la playa y del bosque, pero podría tratarse también de una estancia o un templo) Llegados a este nivel, también es posible crear una forma-pensamiento capaz de comunicarse con usted, como en el caso del maestro interior, del guía, etc.

Solo cuando llegue a esta fase podrá visualizar lo que desee. Su habilidad mágica consistirá en dar vida a esta forma-pensamiento a través de su energía. En la base de todo, vuelvo a repetirlo, esta la capacidad de visualizar, por lo que debe concentrarse sobre todo en los ejercicios para aprender "esta técnica". No intente crear formas-pensamiento hasta que no este muy segura/o de su capacidad de visualización.

Pero, ¿Cómo se llega a la realización de una forma-pensamiento? ¿Y por qué? En la base de todo se halla la teoría de que el universo esta constituido por un todo único, cuyas partes estén continuamente en contacto entre si e interactúan. Las personas no son simples individuos separados de todo el resto, sino que están inmersas en una especie de océano energético. Cada individuo tiene, además de su propia conciencia, un fin en la vida. Mediante la meditación, por ejemplo, una persona logra crear una relación armónica con todo aquello que la rodea y pasa a formar parte de la energía del universo.

Todos sabemos que el universo esta rodeado por un campo de energía que pone en comunicación todas las cosas. También sabemos que el cuerpo físico no es una simple masa, sino un conjunto de partículas en continua y constante relación entre si y unidas por la energía. Como resulta que también el pensamiento y la voluntad son formas de energía, si logramos alterar nuestro pensamiento y entrar en un estado alterado de conciencia, conseguiremos interactuar con esa realidad.

La mente es capaz de influir en el desarrollo de los acontecimientos. Algunos parapsicólogos afirman que cuando se evoca un pensamiento mágico se produce un fuerte estado emotivo que ayuda a desarrollar la clarividencia y la psicocinesis; de hecho, la magia es posible por la liberación de las energías psíquicas, dado que estas pueden actuar a distancia. Practicas, rituales, formulas y gestos son simplemente ayudas que sirven para desarrollar los poderes y concentrar el pensamiento hasta lograr la plasmación de las formas.

Antes de ejercitarse en la creación de formas-pensamientos, hay que tener en cuenta que, sin embargo, algunos conceptos importantes:

- Jamás debe crear formas-pensamientos negativos que puedan perjudicar a otras personas (como imaginar accidentes, enfermedades, desgracias…)
- Cuando se concentra para crear una forma-pensamiento, intente no albergar dudas, en especial sobre la posibilidad de poner en práctica lo que está visualizando. No basta la fuerza de voluntad, se precisa también una buena dosis de confianza en la propia capacidad y en la energía del universo. Cuando quiera crear una forma-pensamiento, por ejemplo si desea encontrar un trabajo nuevo, visualice siempre el éxito consumado, imagínese ya ocupada en su nueva actividad.
- Si está pensando en crear una forma-pensamiento para robarle el novio a la amiga o el marido a una compañera de trabajo, olvídelo, no es posible, y además es inmoral hacer uso de formas-pensamiento para doblegar la voluntad del prójimo.
- Cuando quiera crear una forma-pensamiento trate de ser lo mas precisa posible, porque solo se puede realizar aquello que se define con claridad y se puede identificar con un determinado nombre.
- Facilite la realización de su forma-pensamiento escribiendo todos los detalles en un diario o en un cuaderno, e incluso dibujándolo o fotografiándolo; en definitiva, intentando definir la realidad desde todos los puntos de vista. Por ejemplo, si quiere ardientemente encontrar un determinado tipo de vivienda, visualícelo todos los días y vaya repitiendo una frase tipo: "He encontrado la casa de mis sueños"
- No tenga prisa. No crea que al cabo de algunos días o meses sus deseos se verán ya cumplidos; a veces hacen falta años para que una forma-pensamiento se concrete. Seria muy bonito que todos nosotros pudiésemos imaginar hechos positivos sobre nuestra propia vida y sobre la del prójimo, y que todo ello pudiese hacerse realidad sin esfuerzo alguno, pero no es así. Si no tiene usted paciencia, no se dedique a la magia.
- Intente ser decidida en sus objetivos. Uno de los mayores problemas a la hora de realizar una forma-pensamiento es el hecho de cambiar continuamente de idea sobre lo que se desea. Si por ejemplo usted quiere comprar un modelo determinado de coche que desde hace tiempo le gusta, debe mantenerse constante en su deseo y no cambiar de idea cada vez que sale otro modelo al mercado. En este caso, nunca conseguirá nada.
- Para terminar, una precisión: algunas personas creer que es posible crear una forma-pensamiento para los asuntos relacionados con el mundo de los afectos. Esto les sucede sobre todo a las personas jóvenes, a aquellas que sueñan con el príncipe azul. Por ello es conveniente recordar que el príncipe azul solo existe en los cuentos. Si bien es posible crear una forma-pensamiento para atraer a la persona que tenemos destinada y con la cual podremos ser felices, es imposible "crearlo", alto, rubio, guapo y de ojos verdes, además de romántico, rico y generoso.

EL CÍRCULO MÁGICO…

Según muchos estudios de la wicca, el círculo es una esfera de energía, una especie de gran pompa de jabón que retiene lo que nosotros evocamos, con lo que se impide que se disperse.
El círculo mágico divide los mundos, es como una esfera de cristal que en su interior conserva energía mágica. Es un lugar protegido y para las brujas representa un verdadero templo privado, un lugar sagrado, resguardado de cualquier negatividad y dentro del cual pueden encontrar a las divinidades. Trazar el círculo significa sobre todo impedir que la energía, que evocaremos, crearemos y utilizaremos con fines mágicos, se disperse en el entorno circundante, para ser nosotros mismos los que lancemos esta energía hacia nuestro blanco, utilizando el cono de poder.
Trazar el círculo es muy sencillo y se puede hacer con la varita mágica, con la espada o con el athame, o simplemente con un dedo de la mano; sin embargo, hay quienes prefieren utilizar puntas de cristal. Muchos, en cambio, buscan los puntos cardinales y luego disponen una vela encendida en cada una de las cuatro direcciones.
Una vez preparado el altar, tome el objeto con el cual quiere trazar el circulo y vaya recorriendo lentamente la circunferencia del círculo en el sentido de las agujas del reloj, a la vez que trata de visualizar una luz que rodea completamente tanto el altar como a usted mismo. En el caso de que se vea obligada a interrumpir el ritual y

salir del círculo, puede estar tranquilo, porque no va a suceder ninguna catástrofe ni le va a ocurrir nada extraño, sólo se disolverá la burbuja de energía y deberá volver a empezar de nuevo desde el principio. Si debe salir del círculo durante la realización de un ritual, simplemente recorte con la ayuda de la varita mágica una especie de puerta por la que pueda salir y ciérrela a su espalda. Los wiccan suelen decir que "cuando el círculo está acabado, estamos entre los dos mundos" en este lugar podemos entrar en comunión con la Diosa y proceder a la invocación y al resto del ritual.

LA DESCARGA DE ENERGÍA HASTA EL CONO DE PODER

La ultima frase, y también la mas importante de un ritual, es la focalización del objetivo por el que se esta trabajando. En realidad se trata de expresar, con aseveraciones positivas y conceptos claros, la petición que deseamos ver satisfecha.
Los maestros ponen siempre en guardia a los neófitos mediante este sencillo consejo: "analiza bien lo que pides, porque podrías conseguirlo"
Con el fin de concentrar mejor el poder se sugiere escribir en una hoja de papel aquello que se desea. Concéntrese y visualice el resultado positivo del trabajo mágico: su deseo se ha hecho realidad y está viviendo aquello que quería. Si no logra visualizar bien ni siquiera los mínimos detalles, déjelo correr, no se puede hacer realidad lo que de entrada es confuso y nebuloso. Cuando en cambio tenga el resultado antes sus ojos, libere toda la energía con un cono de poder. Con los dedos entrecruzados y las palmas unidas, junte las manos sobre la cabeza y visualice la energía, que como un rayo láser, se desprende de éstas; luego, a fin de inundar de poder su petición, dirija este "rayo" a la hoja de papel.

LA ORACION

La forma mas apropiada de plegaria es una comunicación "de tu a tu" con las divinidades. Puedes hablarles con palabras sencillas o mediante la utilización de las oraciones dirigidas a los antiguos dioses del paganismo, los himnos homéricos u otros. Existen, sin embargo, dos plegarias específicas de la Wicca, que se denominan la Rede y la Runa de las brujas.

REDE

Debemos observar las leyes Wicca
con total confianza y amor perfecto;
debemos vivir y dejar vivir.
Equitativamente dar y pedir.
Tres veces el círculo trazaremos,
y a los espíritus malignos fuera mantendremos.
Para atraer la magia cada vez,
que rimen los hechizos debemos hacer.
En el tacto dulzura, en la mirada suavidad,
poco hablar, mucho escuchar.
Con actos y palabras a Los Antiguos honraremos,
por el amor y la luz de nuevo nos guiaremos.
Ven en Deosil, con la menguante luna,
cantando la alegre canción de la Runa.
Ven a Widdershins, con la menguante luna,
cantando la triste canción de la Runa.
Cuando es nueva de la Señora la Luna,
besa sus manos, dos veces, no una.
Cuando la luna se vuelve redonda,
lo que deseas tu corazón ronda.
Atención al viento del norte debes prestar,
atrancar la puerta, las velas arriar.
Cuando el viento sopla del este,
espera lo nuevo y organiza el banquete.
Cuando el viento del sur sopla,
el amor nos besará en la boca.
Cuando el viento susurra desde el oeste,
los corazones reconfortados se sienten.
Nueve maderas al caldero van,
deprisa y lento las quemarás.
Madera de sauco, el árbol de la señora,
no la quemes o serás maldito desde ahora.
Cuando la rueda comienza a girar,
pronto los fuegos de Beltane arderán.
Cuando la rueda de Yule a girado,

enciende el leño, es la ley del astado.
La flor, el arbusto y el árbol aprenden,
sus bendiciones de la señora les tiende.
Donde las ondas del agua van,
tira una piedra y sabrás la verdad.
Cuando tengas una gran necesidad,
la codicia de otros no escucharás.
Con el torno tiempo no pasaremos
o entre sus amigos no contaremos.
Feliz encuentro y feliz partida,
se calientan los corazones y se encienden las mejillas.
La tripe ley debemos recordar,
triple maldad, triple bondad.
Cuando tengas mala suerte,
lleva la estrella azul en la frente.
En el amor sincero serás
o el amor falso se volverá.
Ocho palabras de la Rede Wiccana encierra:
no dañes a nadie, haz lo que quieras…

RUNA DE LAS BRUJAS

Escucha ahora las palabras de las brujas,
los secretos que escondemos en la noche,
cuando la oscuridad era nuestro único sendero.
¡Hoy nosotras estamos orgullosas en la luz!
Misteriosos agua y fuego, la tierra y la amplia Aria,
de la quinta esencia escondida nosotros los conocemos,
y podemos osar manteniendo el secreto.
El nacimiento y el renacimiento de toda la Naturaleza,
el paso del invierno a la primavera
esto nosotros lo compartimos con la Vida Universal,
y nos regocijamos en la Mágica Rueda del Año,
donde regresan los Grandes Aquelarres.
Las brujas son vistas en Lughnasadh y en Imbolc,
mientras danzan, en Beltane y en Shamain.
Cuando día y noche son iguales en duración,
cuando el sol esta al máximo y al mínimo,
eso, estos son los cuatro Aquelarres,
y las brujas vuelven a hacer fiesta.
Trece lunas de plata son,
trece los componentes de la congregación,
trece veces el Esbats vuelve gozoso
para formar un año más un día.
¡Cuántos años han transcurrido!
El poder de las brujas continúa,
y las mujeres y los hombres rezan.
Cuando el círculo Mágico está abierto,
de espada o de athame lleno de poder,
une dos mundos unidos este mundo y el país de las sombras.
Un mundo no conoce la justicia,
y el otro mundo no puede hablar.
Los viejos dioses son aquí invocados,
el gran sendero de la magia es recorrido.
Dos son los pilares mágicos,
que están en las puertas del sagrario.
Dos son los poderes de la naturaleza,
las formas y las fuerzas divinas,
tú haz esto y serás cambiado,
vivirás en el amor sin herir a nadie.
Este es el último mandamiento.
De la vieja magia esto viene dado.
A ocho palabras esta red obedece:
haz lo que quieras si no dañas a nadie…

EL BAILE EN ESPIRAL

Esta danza suele realizarse entre varias personas que se coger de la mano un forman un amplio círculo; de esta forma las energías de todos los componentes se suman y el poder que se consigue es inmenso. Se va girando cada vez más deprisa hasta llegar al ritmo máximo, después se aminora.
Una vez que se a formado el círculo de personas y se ha empezado a girar, quien dirige la danza, por regla general una sacerdotisa, corta el círculo y da vida a una espiral que se mueve en el sentido de las agujar del reloj; cuando ya ha llegado a la parte central del círculo, se vuelve y comienza a girar en el sentido contrario. Esos movimientos se realizan varias veces, de forma que la larga serpiente de personas se enrolla sobre si misma y otra vez. Cuando la energía ha alcanzado un nivel alto, quien conduce el círculo lo

vuelve a cerrar y focaliza el objetivo, liberando por consiguiente el cono de poder.
También es posible para quienes practican en solitario, si bien de forma más complicada, desarrollar energía con la danza en espiral. Para lograrlo deberás girar vertiginosamente sobre si mismo, un poco como los derviches rotantes, hasta que se nota que le empieza a girar la cabeza, así como un agradable sentido de euforia debido a la hiperoxigenación. En este momento debe detenerse y liberar la energía que se ha creado.

RESUMEN:

- El poder es fruto del estudio y del trabajo.
- Se medita en solitario y con gran concentración.
- En brujería, el pensamiento tiene como objetivo ayudar.
- El círculo mágico se traza con la varita mágica.
- Un cono de poder de crea liberando de golpe la energía acumulada.
- El enraizamiento es una comunión con la Madre Tierra.
- la energía se descarga y se restituye a la Madre Tierra.
- La oración es un método para comunicarse con lo divino.
- La danza en espiral es la evolución de la energía en grupo.

LECCION 2. LOS UTENSILIOS DE LAS BRUJAS

Todos los movimientos espirituales cuentan con sus objetos de culto y, por consiguiente, el arte de la brujería también tiene los suyos.
Es importante comprender que no deben ser necesariamente objetos mágicos, es decir, comprados a precio de oro en las tiendas de magia. Lo que los hace únicos es nuestra intención, nuestra voluntad y la ceremonia de consagración que luego impregnamos con nuestras energías.
A continuación, ofrecemos una relación de los utensilios necesarios para ejercitar nuestro arte.

- **Altar**
- **Escoba**
- **Caldero**
- **Velas**
- **Incienso**
- **Pentáculo**
- **Copa**
- **Libro de las Sombras**
- **Varita mágica**
- **Athame**
- **Hábito ritual**

EL ALTAR

Aunque no tengamos templos o iglesias a nuestra disposición, los ritos mágicos de la Wicca se deben llevar a cabo en un espacio adecuado.
Para convertir un lugar en sagrado hace falta, como primera medida, que disponga de un altar. Existen dos tipos: el altar móvil, que se utiliza solamente para los rituales y luego se retira, y el fijo, situado en un lugar especial de la casa, sobre el que se colocan los símbolos de la Diosa y del Dios. No todo el mundo puede tener en casa un altar fijo, sobre todo si vive con otras personas que pudieran sentirse ofendidas. En cambio, quien viva solo o con personas que lo acepten, puede tener un altar fijo, por ejemplo una mesita, dedicado únicamente a cumplir esa función. A los profanos

les puede parecer una extraña exposición de objetos, pero para nosotros, en cambio, no sólo tiene una importancia ritual, sino que además nos recuerda nuestro camino espiritual.
En el caso de que a los demás miembros de la casa no les gustase tener allí un altar fijo, se puede preparar uno móvil en el momento de realizar el ritual, y luego guardar todos los objetos en una bolsa, baúl, etc. El altar móvil puede ser una mesa plegable o dos caballetes con un tablero encima. Si incluso esto supone un problema, entonces bastará con disponer los objetos en el suelo, pero con cuidado para no quemar el parqué o manchar irremediablemente el mármol...
tanto si es fijo como si es móvil, se aconseja cubrir el altar con un paño, trozo de tela o mantel a modo de ornamento y protección. Algunas tradiciones cambian el mantel según el tipo de ritual que realizan, e incluso hay algunas personas que tienen ocho principales diferentes para las fiestas de la Rueda del año y uno blanco para los Esbats. Como es de suponer, el altar adquiere más prestancia y valor si su cobertura está bordada, adornada con perlitas o pintada. En definitiva, cada persona adorna su altar como cree más adecuado.
Por regla general, en el centro del altar se pone una imagen del Dios o de la Diosa, que puede ser una estatuilla, una figura recortada y plegada sobre un cartón o simplemente un símbolo. Detrás de esta imagen se sitúan los símbolos de los cuatro elementos de la naturales: Tierra (o sal), agua, aire y fuego. Tanto la tierra como el agua se pueden poner en un vaso o en algún otro recipiente de cristal. Se desaconseja el uso de materiales plásticos porque no son productos naturales, pero la cerámica, la madera o el metal resultan , en cambio, ideales. El aire y el fuego se simbolizan respectivamente mediante un bastoncito de incienso o un difusor de esencias y una vela.
Otro elemento presente es un platito para las ofrendas, en el que cada uno puede poner semillas, flores, monedas, cristales, piedras y todo aquello que crea que puede ser de agrado de la divinidad. Algunas personas también ponen en el altar los instrumentos utilizados en los rituales, por ejemplo la varita, la copa, el athame, el Libro de las Sombras, etc.

LA ESCOBA

La iconografía clásica muestra con mucha frecuencia a las brujas volando a caballos de na escoba, por lo que no debe sorprendernos demasiado que la escoba sea un instrumento importante en la Wicca.
Según la antropóloga Margaret Murray, el vínculo entre las brujas y la escoba se remonta a "una época muy remota y se explica por el hecho de que la escoba es sustancialmente un objeto que se usa en las casas y, por consiguiente, es propiedad de las mujeres, es el equivalente femenino de un arnés similar al tridente. Esta es la razón por la cual, en las representaciones medievales de danzas de brujas, las mujeres o brujas sostienen en su mano escobas mientras los hombres o diablos empuñan tridentes"
Es evidente que ninguno de nosotros posee una escoba mágica susceptible a hechar a volar. Sería estipendo, nos ahorraríamos dinero en gasolina y seguros. En realidad, la escoba solamente es un objeto simbólico que limpia y elimina todo lo negativo que nos rodea.
Pero cuidado; nunca debemos barrer nuestro espacio espiritual en las noches de luna negra, pues podríamos correr el riesgo de hacer desaparecer la buena suerte.
Las mejores escobas son las de sorgo. Son baratas y es fácil encontrarlas en las droguerías. Mejores todavía son las viejas escobas de barrendero, hechas de ramas, que todavía pueden encontrarse en algunas tiendas. Adorne el mango con dibujos y cintas, y colóquela, después de utilizarla, detrás de la puerta de entrada de su casa. De esta forma mantendrá alejados de la vivienda los problemas, la pobreza y la negatividad.
También es posible confeccionarse una pequeña escoba y colgarla en el espejo retrovisor o ponerla en la guantera del coche: servirá para alejar accidentes, multas, etc.

EL CALDERO

Todos hemos visto ilustraciones en las que una bruja está mezclando alguna poción extraña en un gran caldero, muy similar al que usaban nuestras abuelas para hacer los guisos. Según la tradición, el caldero se utilizaba para hervir los cuerpos de los niños, de los cuales se extraía la grasa que, mezclada con hierbas

alucinógenas, servía para volar. Como es de suponer, esta teoría fue pura invención de los inquisidores, y los calderos tienen una simbología muy distinta. Entre nosotras los calderos, aunque de dimensiones mucho más reducidos, son utilizados para realizar actos mágicos.
El mejor es el que está hecho de cobre o hierro, como el clásico para los guisos: se apoya sobre un trípode, que lo sostiene y del cual se puede retirar para ponerlo sobre el fuego, en el caso de que se quiera utilizar para hacer tisanas, decocciones, etc. Sin embargo, como las brujas modernas disponen de utensilios para cocinar mucho más adecuados, suelen usar recipientes más apropiados y fáciles de limpiar.
Por regla general, el caldero de cobre no se usa demasiado y sirve sobre todo para quemar hierbas, hojas de papel que contienen peticiones, encantamientos, etc. Hoy día es posible encontrar en los anticuarios calderos de este tipo, aunque de dimensiones reducidas.

LAS VELAS

En su calidad de poderosos símbolos de luz, las velas son elementos comunes en los rituales. La luz representa el poder divino, la sabiduría, la iluminación y el conocimiento, y por este motivo las velas son tan importantes en los rituales wiccanos. Los llevados a cabo con las velas son algunos de los más simples, pero tambien de los más poderosos, sobre todo si e realiza con la debida convicción y concentración. La magia de las velas se basa en dos principios básicos; la concentración del pensamiento en un fin determinado y el uso de un objeto simbólico -precisamente la vela- que consigue, unidos a otros, catalizar el pensamiento mágico. El requisito fundamental sigue siendo, sin embargo, la fuerza de voluntad de quien oficia el ritual. Cada color tiene, además, un significado mágico preciso. Hay quien afirma que es mejor que cada uno se confeccione sus propias velas; sin embargo, hay quien , por comodidad, prefiere comprarlas y luego prepararlas, es decir, consagrarlas para los ritos.
Uno de los momentos más importantes de cualquier ritual es la "vesticion" de la vela. Consiste en ungirla con un aceite esencial que ayude a crear un vínculo especial con ella. De hecho, al untarla con aceite le tranferimos nuestras vibraciones y las intenciones por las cuales oficiamos el ritual, y la convertiremos en un poderoso instrumento de nuestra voluntad. Mientras realizamos el acto de ungirla tenemos que pensar intensamente en el objetivo a obtener, intentando visualizar la realización del deseo expresado en el ritual.

Los colores:

Las velas que utlicemos, segun el fin que queramos alcanzar, pueden y deben ser de colores diferentes. De hecho, antes de emprender alguna celebracion hay que escoger el color con sumo cuidado porque cada uno provoca un efecto diferente.
Las diversas tradiciones y civilizaciones han atribuido desde tiempos inmemoriales significados simbólicos a los colores (hay en este sentido codigos universales). En todo caso pueden variar las interpretaciones que dan las culturas a cada color por separado. Por ejemplo, en Japón el color de luto es el blanco, mientras que en Europa lo es el negro. D cualquier forma, en la historia del hombre los colores siempre han estado en la base del pensamiento simbolico. Los colores universalmente reconocidos son siete, exactamente los que aperecen en el arco iris. A lo largo de los siglos, estos han sido relacionados con los siete planetas, los siete días de la semana, los siete cielos, las siete notas musicales, etc. y también se han creado concordancias con los elementos: por ejemplo, el marrón y el negro simbolizan la tierra; el amarillo y el blanco, el aire; el rojo y el naranja, el fuego, y el verde, el agua.

Amarillo: Se utiliza el amarillo para favorecer el nacimiento del sentimiento como el optimismo y la curiosidad con respecto a todo aquello que es nuevo, que todavía no existe, que está por inventar, para reforzar la esperanza en el futuro y para que no se desvanezca la confianza en la felicidad futura si estamos viviendo un moemtno malo o un conflicto interior del cual debemos liberarnos para proseguir el camino de la evolucion. El amarillo es útil para reforzar la energía psiquica de las personas, curar una voluntad débil, sacar a alguien de embrollos y manipulaciones, reforzar la autodisciplina, superar las dificultades con las que podemos tropezarnos en la realizacion de algo que nos hemos propuesto, superar una autoestima pobre, una frialdad emotiva o fisica hacia personas

proximas a nosotros o un exceso de agresividad; para reforzar la rsistencia a los ataques de ira, las explosiones de violencia y el furor ciego que aturde.
Con respecto a la salud, el amarillo se utiliza para el cuidado del aparato digestivo y las dolencias del estómago, hígado, páncreas, contra los calculos y las ulceras, y en caso de digestioines dificiles e hipertension. Además, el amarillo realiza una accion estimulante sobre el sistema nervioso central y ayuda a reforzar la capacidad intelectual y perceptiva, tanto nuestra como ajena.
El amarillo es el color originario de la cera de las abejas.
La vela amarilla suele utilizarse en rituales relacionados con los aspectos materiales de la vida (el trabajo, la remuneracion economica, los intercambios comerciales) Ejerce ademas una influencia especial sobre el humos de las personas y se usa para curar trastornos como la depresion y la distimia.

Azul celeste: El uso de este color es de fundamental importancia para favorecer la reconciliacion, sobre todo despues de peleas familiares, la estabilida en las relaciones de colaboracion y amistad, y al solidez de los vinculos afectiivos duraderos. El color azul despierta la sensibilidad de las personas, las ganas de vivir y la vision positiva de la realidad.
Se utiliza en los rituales cuando se quiere alcanzar una mayor elevacion espiritual, para evocar a las entidades hechizadas de las aguas y para alejar los fantasmas y las pesadillas. Cuando se utiliza como color de apoyo en un ritual, confiere fuerza y estabilidad a lo que se esta a punto de llevar a cabo.

Azul marino: se usa el color azul marino para proceder al camino de la luz y resolver conflictos interpersonales, sobre todo en el reducido ámbito familiar, donde puede ayudar a eliminar las mentiras, la violencia verbal, la critica continua y excesiva por parte de personas mayores o padres demasiado autoritarios y cerrados con respecto a las ideas de los mas jovenes. El azul oscuro sirve tambien para acallar chismes y rumores.
Se utiliza este color para la curacion de las personas muy tímidas e introvertidas, para ayudar a los tartamudos y en todos los trastornos relacionados con la garganta, los oidos, la voz y la boca. Segun algunos, se pueden usar tambien velas azul marrino para prevenir enfermedades degenerativas del cerebro.
Se usa este color en los rituales de protección, para obtener el apoyo de personas influyentes e importantes a la hora de conseguir algo que deseemos mucho, para lograr contactos provechosos y hacer amistades prestigiosas. Los sentimientos asociados al color azul oscuro son la lealtad, el honor, la protección del propio nombre y el impulso altruista.

Blanco: En magia se usa el blanco para purificar, exorcisar o sustituir algun otro color no disponible en ese momento. Se utiliza en los rituales de adivinacion, en cualquier tipo de exorcismos, para estimular la clarividencia o para reforzar la espiritualidad de las personas por las que se actúa. este color está muy ligado a los aspectos mas personales e íntimos de las personas, como la belleza interior y la pureza del corazón, la sensibilidad espiritual, la capacidad de imaginacion y la creatividad. Se usa en particular en los rituales de protección, en aspectos relacionados con los niños y los ancianos y en temas de salud para tratar enfermedades de los huesos y del pecho. Es útil en los rituales sobre la gestacion, el nacimiento y la lactancia, como proteccion y curacion.
Por otra parte el blanco se utiliza mucho como color devocional; de hecho, las velasde este color son llamadas puras o neutras y se utilizan sobre todo como ofrendas de agradecimiento.

Dorado: El color del oro está estrechamente vinculado al simbolismo del sol. En magia se utiliza este color en los rituales destinados a atraer sobre el solicitante bienestar material, prosperidad y riqueza, pero tambien energía positiva y la energía de las fuerzas cósmicas para una curazión o la solucion para un gran conflicto.

Marron: El el color de la tierra y simboliza todo lo relacionado con la mujer, con la fertilidad y con el sentido práctico y de solidez. Es el color más utilizado con respecto a cuestiones materiales vinculadas al trabajo manual o a la produccion agricola.
Es adoptado en rituales en los que es necesario hacer aterrizar en el mundo material a quien tiende a estar demasiado en las nubez, a quien tiene una vision del mundo demasiado idealizada, romantica, poetica y muy poco realista, a quien no logra integrarse en el

ambiente donde vive, a quien no tiene una buena relacion con su madre, con las mujeres de la familia, o a quien no se relaciona bien con su parte femenina y tiende entonces a desarrollar comportamientos agresivos e intolerantes.

Naranja: Estimula la accion, promueve la independencia y la confianza en uno mismo, libera de los miedos, disminuye el complejo por frustraciones. favorece la superacion de las inhibiciones y libera de los condicionamientos; asimismo, es eficaz en caso de padecer depresion, poca vitalidad y escasa energía.
Se utiliza la vela naranja en magia cuado se quieren obtener cambios significativos en la psique; aumentar la capacidad de sentirse satisfecho y comprender la propia valía, desarrollar la inteligencia emotiva y la capacidad de experimentar el placer sin ceder a los sentimienttos de culpa, perfeccionar la facultad de atenderse a uno mismo y a los demás, cambiar la actitud con respecto a la realidad, mejorar la capacidad de experimentar nuevas sensaciones y eliminar los sentimientos de culpa cuando son inútiles y paralizantes, para hacer llegar a la conciencia traumas y violencias sufridas en el pasado, para curar las heridas del alma debidas a abusos sexuales y emotivos o a engaños y traiciones soportados, para superar el sentido de abandono y de desolacion, para vencer la frialdad excesiva con la pareja, para atenuar el rigor moral o religioso excesivo y para ayudar a personas con problemas de alcoholismo y miedo al sexo. Es tambien muy importante en las situaciones de conflictos familiares internos, cuando nos enfrentamos a verdaderos desafíos generacinales.

Plateado: El color plateado se utiliza para aumentar la propia vision interior y la capacidad para ver en el corazon de las personas, para favorecer la clarividencia y para los asuntos femeninos relacionados con la salud y la afectividad. Este color tiene el poder de neutralizar los efectos negativos de conjuros y rituales (los llamados efectos boomerang); se usa además para solicitar y atraer la protección divina y favorece la propia espiritualidad, en un nivel no demasiado alto de elevacion interior. El plateado sirve para que las personas se vuelvan más estables y fuertes en el plano espiritual, favorece la concentracion y ayuda en la busqueda de la verdad, además de reforzar y estabilizar la fe.
En magia se utilizan las velas plateadas para entrar en contacto con entidades espirituales femeninas, sobre todo con la hadas, pero tambien para evocar santos y poderes angélicos, principalmente en aquellos rituales donde se pide ayuda en el camino iniciatico, para dar una nueva furnza a la evolucion interior y mayor energía para alcanzar unos objetivos cada vez más elevados.

Rojo: En magia el rojo simboliza la energía cmbativa, la fuerza vital y se vincula al deseo de obtener rápidamente resultados practicos, el éxito y la vistoria o la resolucion de un problema. Este color trasnmite tambien la necesidad de hallarse en situaciones que puedan ofrecer emociones intensas como poder, victoria, conquista, lucha y competicion.
Se trabaja con el rojo para resolver problemas de salud, reforzar la vitalidad, ayudar a quien no se siente a gusto consigo mismo o con los otros, aumentar la confianza en las propias posibilidades, reforzar la seguridad en uno mismo y en la propia valía, y tambien`para reaccionar ante una situacion insatisfactoria y penosa. Este color simboliza el amor sexual, el erotismo y el deseo de conquista. El rojo se utiliza mucho en rituales oficiados para obtener, reforzar o reavivar el amor y la pasion, ahuyentar enemigos conocidos u ocultos, recargar energéticamente a alguien que ha padecido intervenciones quirúrgicas o enfermedades graves y para alcanzar el propio equilibrio psicofisico.

Rosa: En magia el rosa influye en las emocionesy se relaciona con todas las manifestaciones positivas de carácter afectivo, ya se trate de una pareja, de amigos o de parientes. De hecho, el rosa se utiliza para reconciliar a personas peleadas, estabilizar relaciones que están en crisis, generar estima y comprension entre los miembros de una pareja, suavizar los rasgos desagradables del caracter de una persona, calmar los espiritus inquietos y las personas violentas.
Además de la afectividad, el rosa simboliza tambien el espiritu de sacrificio, la contemplacion, la mistica, la libertad del pensamiento que tiende a lo divino, el renacimiento y el logro de la perfeccion espiritual.

Verde: El verde es el color más difundido en la tierra, simboliza la generosidad y el don de ofrecer, los buenos sentimientos y la busqueda de equilibrio e la relacion con los demas, sobre todo con la pareja.
En magia se utiliza el verde para suavizar e orgullo excesivo, confortar, anular la ausencia de perfeccion de la propia identidad o valía y reforzar la autoestima. Este color tiene una profunda influencia en el sistema nervioso: por consiguiente, ayuda a encontrar el equilibrio, el amor justo por uno mismo que no derive del egoismo, la capacidad de relacionarse con los otros y de dejarse llevar a la intimidad, la capacidad de amar, el altruismo y la dedicacion a los otros.
Se utiliza el verde para ayudar a las personas demasiado cerradas, frías, asociales y críticas, para combatir el sentido de aislamiento y depresion, superar el miedo al encuentro con el otro y a la relacion sentimental y neutralizar los efectos devastadores de los celos. En magia tambien se utiliza el verde en todos aquellos rituales donde se piden mejoras economicas, ,suerte, prosperidad, productividad de los campos y abundancia en las ventas o en las transacciones comerciales.

Violeta: En magia se usa el color violeta para aumentar la capacidad de percepcion, tanto la propia como la ajena, es decir, la capacidad de conciencia y análisis; tambien se emplea en el desarrollo de la vision interior y en la busqueda del espiritu guia, y para desarrollar la inteligencia, aumentar la capacidad de reflexion y de introspeccion, alcanzar el conocimiento de la propia valía y del propio poder, favorecer la apertura mental y seguir el sendero que lleva a la sabiduría. De hecho, este color se utiliza sobre todo en los rituales que se relacionan con nosotros mismos, con nuestra orientacion y nuestra busqueda espiritual, pero tambien para apaciguar estados de animo violentos y ataques de rabia y furor, así como para desarrollar la sensibilidad con respecto al universo espiritual, ayudar a quienes les cuesta distinguir entre la realidad y la imaginacion, y a quienes sufren de inseguridad emotiva y excesivo apega a la familia de origen.
El violeta tiene tambien mucha fuerza para alejar pensamientos recurrentes relativos al plano espiritual (por ejemplo, cuando uno cree ser perseguido por fatasmas) en caso de confusion moral y en estado de disociacion.

INCIENSOS, HIERBAS Y ACEITES ESENCIALES...

El incienso se puede encontrar basicamente en dos presentaciones: en conos o bastoncitos, ya confeccionados, y en grano.
Los dos primeros no presentan dificultad alguna de uso; estan compuestos por hierbas pulverizadas unidas mediante resinas y aceite, y por una pequeña cantidad de salitre para que se quemen mejor. Se pueden encontrar en tiendas y hasta en supermercados, tienen diversos perfumes y son facilismos de usar. Basta con colocarlos sobre un soporte idoneo y encender la punta con una cerilla o un encendedor. Cuando prende, se sopla y la llama se apaga, pero el incienso sigue quemando y desprendiendo un humo perfumado.
El incienso en grano presupone el uso de un carboncillo. En las tiendas especializadas (herboristerías y tiendas de articulos religiosos) venden pastillas de carbon prensado; se sistiene con una pinza y se acerca a a llama de una vela (se pueden usar tambien un encendedor, pero se corre el riesgo de agotar la carga con solo tres o cuatro aplicaciones...) hasta que empieza lentamente a arder.
Además, es necesario contar con un soporte algo elevado capaz de resistir el calor, pues si se pone el carboncillo incandescente en un palto de metal colocado directamente sobre el mueble, aquel se calentara y acabara por dañarlo.
Lo ideal sería colocar un pequeño recipiente de cerámica, o mejor, todavia de arcilla, sobre un platito, aunque poniendo debajo un filtro o trozo de corcho a fin de aislar bien la superficie sobre la cual colocaremos nuestro incensario.
Cuando el fondo del carboncillo este completamente rojo e incandescente lo pondremos en el recipiente y colocaremos encima los granos de incienso. Estos deben quemar sin llama e irse deshaciendo lentamente, a la vez que van desprendiendo su perfume. Tambien se puede polverizar sobre una tabla de picar o colocar dentro de un mortero.
Presentamos a continuacion algunos tipos diferentes de inciensos. Cada uno es adecuando para ocasiones y situaciones diferentes:

- **Para consagrar los instrumentos magicos...**

20 gramos de madera de sandalo, 20 de granos de incienso, 10 de aguja de abeto, 10 de aguja de rosmarino y 10 gotas de aceite esencial de lavanda

- **Para la adivinacion...**

20 gramos de maderra de sandalo, 20 de granos de benzoito, 10 de musgo de encina, 10 de flores de artemisa y 10 gotas de aceite esencial del arbol de la vida.

- **Para el trabajo...**

20 gramos de madera de sandalo, 20 de granos de mirra, 10 hojas de albahaca, 10 de semillas de aneto o de hinnojo y 10 gotas de aceite esencial de verbena.

- **Para atraer el amor....**

20 gramos de madera de sandalo, 20 gramos de incienso, 10 de petalos de rosa roja, 10 de flores de lavanda y 10 gotas de aceite esencial de verbena.

- **Para purificar la casa...**

20 gramos de madera de sandalo, 20 de granos de incienso, 10 de flores de lavanda, 10 de agujas de pino y 10 gotas de aceite esencial de hiperico.

- **Para rituales de proteccion...**

20 gramos de madera de sandalo, 20 de granos de incienso, 10 de agujas de rosmarino, 10 de hojas de laurel y 10 gotas de aceite esencial de hipetico.

- **Para aumentar el poder magico...**

20 gramos de madera de sandalo, 20 de granos de incienso, 10 de hojas de acacia, 10 de flores de jazmin y 10 gotas de aceite esencial de muguete.

- **Para conservar la salud...**

20 gramos de madera de sandalo, 20 de granos de incienso, 10 de hojas de laurel, 10 de hojas de salvia y 10 gotas de aceite esencial de hiperico.

EL PENTÁCULO

El pentáculo es un simbolo muy complejo que a lo largo del tiempo ha sido cargado con valores ambiguos. De hecho, tambien los satanistas y sectas extrañas usan a veces una estrellla de cinco puntas, al igual que otros utilizan crucifijos y demás simbolos sagrados que, sin embargo, llevan al reves en señal de desprecio. Las brujas, en cambio, lleva única y exclusivamente pentáculos con una punta hacia arriba, que simboliza el poder de la mente, y posiblemente inscritos en un círculo que representa el poder de la Madre Tierra.
El pentáculo recuerda a Leonardo y sirve para proteger a quien practica la magia del efecto boomerang, los errores y la negatividad.
Algunos estudiosos afirman que el nombre del pentáulo, con su estrella de cinco puntas, deriva del griego pente, que significa precisamente "cinco". Otros, en cambio, optan por creer que deriva de la palabra griega pan, que signifia "todo" una sintesis de macrocosmos.
Muchos seguidores de la Wicca llevan joyas con el pentaculo, y hay en el mercado muchos colgantes, realizados con diversos materiales.

LA COPA

La copa es también un símbolo de la divinidad femenina: la que se usa en la wicca recuerda al santo grial, que es la versión cristianizada del caldero de Ceriwden. Según algunas tradiciones, la copa simboliza la comprensión de la naturaleza, mientras que para nosotros es el símbolo del vientre de la diosa, que lo contiene y da luz a todo, en una continua renovación de la vida.
LA copa es uno de los instrumentos más importantes en los rituales: se suele utilizar para contener el agua, pero también se mezclan en su interior agua y sal para las bendiciones y las purificaciones, y se vierte el vino para las ofrendas de los aquelarres y para los brindis rituales; a veces se ponen a flotar velas o pétalos de flores.
Procurarse una copa es muy fácil; sirven las de cristal que se usan para los helados, las de vino o, en definitiva, cualquier vaso en forma de tulipa, más bien ancho y con pie. Hay quien utiliza también cálices parecidos a los usados en las ceremonias religiosas, pero se

afirma que son excesivamente ajenos a nuestra tradición, demasiado preciosos y, sobre todo, caros.

EL LIBRO DE LAS SOMBRAS

El libro de las sombras es un diario en el que el practicante wicca anota ritos, formulas, plegarias e invocaciones que se utilizan durante los rituales. Algunos usan hojas de pergamino cosidas a mano, otros un elegante diario o un cuaderno con tapas duras, y otros incluso un álbum de dibujos o de fotos. Lo importante es comprender que la base no tiene valor alguno: puede ser un simple cuaderno de apuntes, a pesar de que a menudo las brujas quieren para su altar lo mejor que puedan conseguir.
A nosotros nos gusta escribir en la primera pagina del libro de las sombras nuestro nombre mágico y poner el sello de nuestra tradición (hay que lo adorna con dibujos, runas, triskeles, etc.)
Como es lógico, al primer libro de las sombras le seguirán otros a lo largo de la vida, donde cada uno dejara constancia de los cambios, los nuevos rituales aprendidos, así como las oraciones, poesías y todo aquello que puede contribuir a su propia evolución.

LA VARITA MÁGICA Y EL ATHAME

Según la magia salomónica, el origen de la varita mágica se remonta a Morsés. En la mitología hebraica la verga-varita de Morsés, fue creada el sexto día, es decir, aquel en el que fueron plasmadas las cosas importantes. Fue confiado a Adán, luego a Enoch, Sem, Abraham, Isaak, Jacob y José. Por consiguiente, la varita entro a formar parte del patrimonio ritual de los egipcios, entre los cuales obtuvo una caracterización simbólica mas definida y se difundió asi en otras muchas culturas.
La leyenda ha querido que fuera hecha con la madera del árbol de la vida. La varita simboliza la voluntad de quien lleva a cabo la magia y sirve para dirigir la energía y, con frecuencia, para trazar el círculo.
La tradición sostiene que la varita debiera medir exactamente la distancia que hay entre el codo y la punta del dedo índice de la persona que va a utilizarla.
Muchas personas van al bosque a buscar una rama con la que realizar su propia varita. Para ello la cortan con la ayuda del athame, le quitan la corteza y la consagran. Algunos les hacen incisiones en forma de símbolos y sellos o escriben su nombre mágico, runas, etc.
A fin de que nuestra varita no pierda su elasticidad, es conveniente untarla, de vez en cuando con aceite. Se puede aprovechar la ocasión para usar aceites esenciales, que le otorgarán vibración mágica.
El athame es un cuchillo ritual que tiene el mango de color negro y la hoja de doble corte, lo que simboliza la vida y la muerte. Muchos wicca lo utilizan para trazar el círculo o realizar encantamientos.

EL HÁBITO RITUAL

También el hábito es un objeto que se usa solo en los rituales. Puede tratarse simplemente de una sencilla túnica hecha con un retal o de un hábito bien confeccionado.
Algunos wicca visten a modo de hábito capas muy hermosas, para sentirse en armonía con la energía de fiesta y sacralidad de las ceremonias, y a menudo se compran otras nuevas pensando precisamente en los aquelarres. Los hay que desean reflejar las estaciones del año a través de los colores seleccionados y que representan los elementos en sus vestidos.
Sin embargo, hay otros wicca que no disponen de ellos y que incluso están en contra de los hábitos ceremoniales. No es que, parafraseando, el hábito haga al mago, pero seguramente ayuda a introducirse en un contextual ritual-místico y contribuye a conectar al oficiante con su parte mas profunda, esa que esta más próxima a los dioses. Sirve, en definitiva, para crear el dama sacro, dentro y fuera de nosotros.

COMO OBTENER LOS UTENSILIOS MÁGICOS

Convertirse en wicca significa mejorar uno mismo en todos los sentidos. No cabe duda de que se trata de un camino que tiene que conducir a un proceso de individuación, a un perfeccionamiento

interior, a aminorar los propios defectos, pero también es una forma de aumentar y diversificar las propias capacidades manuales y prácticas.
Muchos wicca se interesan por las manualidades: hacen velas, crean talismanes con pasta de sal y similares, enfilan collares, cosen hábitos, empastan la arcilla, pintan, bordan, etc. Contar con estos conocimientos resulta muy útil si uno decide fabricarse los objetos rituales que va a utilizar.
Ciertamente es más cómodo ir a comprarlos. Hay tiendas que venden objetos preciosos, atendidas por personas que nos pueden ayudar a realizar lo que se nos ha ocurrido, o que lo hacen por nosotros. Pero sin duda supone una gran satisfacción llegar a crear los objetos mágicos con nuestras propias manos, por lo menos para algunos.
Carece de importancia que los primeros experimentos sean frustrantes: tal vez las velas nos salgan torcidas e irregulares, las galletas quemadas y los ropajes no estén muy bien cosidos. No importa, no te dejes abatir por los fracasos: aprender es la palabra clave. Y ahora… ¡a trabajar!

- **CONFECCIONAR UNA ESCOBA MÁGICA**

Fabricarse la propia escoba es posible y no tiene mayores secretos. Lo primero que hay que hacer es escoger la madera que se va a usar; la mas indicada es la de avellano, que, según los celtas, cuenta con un gran poder mágico y purificatorio.
El momento mas adecuado para procurarse las ramitas de avellano es seguramente Beltane.
Tome el cuchillo ritual y diríjase a un bosque, busque la planta que le parezca más adecuada y trate de ponerse en contacto con su espíritu. Escoja la rama mas fina y tome solamente las que necesites. Después de eliminar las hojas, júntelas dejando en el centro una de mayor tamaño, de un par de centímetros de diámetro y átelas. Para ello puede usar un cordel fuerte o un alambre. Cubra el punto donde ha quedado el cordel con una cinta roja. Puede decorar el mango con runas, símbolos mágicos y dibujos.

- **CONFECCIONAR UNA VELA**

Las velas se componen de una mecha y de cera, que puede ser de varios tipos y estar embellecida y enriquecida con perfumes, polvos, esencias, hojas, flores y diferentes sustancias.
Antes de empezar a preparar las velas deshaga la cera al baño maría. No lo haga directamente en un cazo, pues podría calentarse a incendiarse. Si la cera se encendiera, apúrese a echar arena sobre la llama o tapar el cazo. Nunca intente apagar con agua la cera que se ha incendiado. La cera ideal para la realización de las velas en una mezcla compuesta al 80% de parafina y el 20% de estearina: esta mezcla con estas proporciones se encuentran a la venta en tiendas ya listas para ser usadas.
Vierta la cera en un recipiente resistente al calor, póngala luego a calentar al baño maría, y vaya removiéndola con una cuchara de madera.
Para el baño maría utilice dos cazos de medidas diferentes, a fin de que puede introducirse el menor dentro del mayor. Ponga agua a hervir en el grande y la cera en el pequeño. Con la ayuda de un termómetro, mida la temperatura hasta que la mezcla alcance el punto de fusión, en torno a los 60·c. cuando la cera se vuelva liquida y adquiera un aspecto transparente, puede apartarla del fuego.
Corte una mecha de unos 25 cm. de largo (o, si hace dos velas a la vez, 50cm.) siempre calculando por lo menos tres o cuatro centímetros más, sumérgela unos minutos en la cera fundida sosteniendo un lado con los dedos, luego saque la vela y deje que se enfríe completamente. Es muy importante que, antes de cada nueva inmersión en la cera caliente, la vela esté completamente fría y, como para ello a veces hace falta bastante tiempo, se aconseja construir un tendedero con una traviesa de la que colgar las velas.
Repita la operación varias veces; observará que la vela empieza a espesarse. Continúe con las inmersiones hasta que consiga las dimensiones deseadas. Pueden hacer falta incluso hasta 30 o 40 inmersiones. Una vez alcanzada la dimensión deseada, deje enfriar la vela, pero tenga cuidado de no posarla sobre un lado hasta que no esté bien fría, pues si la cera está todavía tibia podría deformarse y aplanarse. Antes de encender la vela recuerde cortar la mecha, dejando solo un cm.

- **CONFECCIONAR UN LIBRO DE LAS SOMBRAS.**

Procúrese hojas de papel de arroz o de carta y de otro tipo de papel que sea bastante grueso y bonito. Si no quieres gastar tanto, puedes optar por unos folios ligeramente coloreados, como los que

se utilizan comúnmente, u hojas de un álbum de dibujo o de un cuaderno normal y corriente, o incluso un grueso bloc de notas al que le quitarás la espiral. En cualquier caso, las hojas no deben estar cosidas.
Tome un cartón mas bien grueso, parecido al que se usa para los embalajes (lo puede encontrar en cualquier supermercado, por ejemplo, el de las cajas que contienen las botellas de vino); a continuación busque un retal de tela gruesa para tapicería (es adecuada la que se utiliza para tapizar sillas, pero también sirve un trozo de cuero o un retal de terciopelo, de paño, de brocado o de otro material que te guste). Tome ocho folios cada vez y dóblelos por la mitad a fin de obtener el formato clásico del cuaderno, luego, con una aguja gruesa e hilo blanco muy resistente cósalos por el doblez para que queden sujetos. Obtendrá así un octavo. Una vez cosidos unos diez tacos de folios, júntelos y fíjelos con un poco de pegamento, deje secar éste y refuerce el lomo con cinta adhesiva transparente. Para que el resultado sea todavía más estable puede pegar en el lomo del bloc de folios un cartoncillo ligero.
A continuación deberá proceder a realizar las tapas: corte el cartón de un tamaño un poco mayor que el folio y dóblelo por dos puntos formando una carpeta que pueda contener perfectamente el bloc antes confeccionado; forre seguidamente esta cubierta con la seda, el terciopelo, el cuero o cualquier otra tela que haya escogido y péguela. Ponga un peso encima y deje secar bien el conjunto. Extienda luego una capa de pegamento dentro del lomo y presione con las manos el dorso del bloque de folios para que se adhiera bien.
Puede optar por otras soluciones para la cubierta, como por ejemplo realizar fantasías con recortes, inserciones de flores secas, etc... . pero tenga en cuenta que, como luego deberá escribir en el interior, no debe pegar a las tapas objetos gruesos, como conchas, que podrían adornar muchísimo su libro de las sombras pero hacerlo inutilizable.

- **CONFECCIONAR UN HABITO RITUAL**

A quien domine ya el arte de la costura no debería resultarle difícil conseguir confeccionar una túnica y una capa para realizar sus ritos; sólo hace falta un poco de paciencia. Pero para los novatos vamos a explicar cómo proceder paso a paso.
Lo primero que hay que hacer es escoger la tela: use fibras naturales como la lana, el lino, el algodón o la seda, porque, como no se trata de un vestido al uso, sino de algo especial que utilizara en las celebraciones y en rituales, no puede contener, bajo ningún concepto ser de fibra sintética. Recuerde que las telas gruesas resultarán más difíciles de coser, pero si, por otra parte no usa una tela con cuerpo, la capa no le quedara elegante y correrá el riesgo de tener que empezar de nuevo.
Es imprescindible que a continuación se tome las medidas.
Para coger práctica le aconsejo que haga una prueba con una sábana vieja, mas adelante ya podrá atreverse con una tela más cara. Si no se siente segura, haga primero un patrón en papel, luego clávelo con alfileres sobre la tela escogida y córtela, después, dejando un margen de por lo menos dos dedos más respecto al modelo. Cuando empiece a coser, no olvide darle la vuelta a la tela el hilvane los dobladillos para que luego sea más fácil coserlos y le quede mejor.
La túnica es seguramente el hábito ritual más fácil de confeccionar, puede ponérsela sobre otra ropa si tiene frio o sola si hace calor. Era, sin duda, la prenda más usada en la antigüedad, como se puede observar fácilmente en ilustraciones sobre esa época.
Mida su envergadura, es decir, la distancia entre sus muñecas con los brazos abiertos (para mayor comodidad, puede sostener los dos extremos de un cordel con las manos manteniendo los brazos abiertos). Adapte luego esta medida a la tela escogida.
Una vez tenga la anchura y la longitud de la túnica, le bastará con doblar en dos la tela rectangular y coserla en la parte de los hombros y de los costados, dejando los huecos para los brazos y el cuello; le quedara en forma de un barco, aunque si quiere también puede darle forma cuadrada. Luego, con un poco de fantasía, se podrán añadir estrellas, conchas agujereadas, perlas, etc.

LA PURIFICACIÓN DE LOS OBJETOS MÁGICOS.

Antes de usar los instrumentos rituales hay que purificarlos. El método más utilizado consiste en rociarlos echando con los dedos algunas gotas de una solución de agua y sal. El contacto con la sal, en estado puro o disuelta en agua, sirve para liberar los objetos de

la negatividad que puedan haber absorbido; la sal, una vez usada, no se debe eliminar.
No obstante, como algunos de los objetos se pueden estropear con el agua y la sal, por ejemplo, el Libro de las Sombras o el hábito, generalmente estos se purifican pasándoles por encima el humo de algunas hierbas secas que habrán puesto a quemar sobre un carboncillo incandescente. Las hierbas mas utilizadas para esta purificación ritual son: la sabia, que elimina la negatividad, la lavanda, que atrae energía positiva y el romero, que es purificante y equilibrante. Cada uno, sin embargo, es libre de usar las hierbas cuya vibración mejor perciba en su propio ser, o bien optar simplemente por un bastoncillo de incienso.

Resumen:

- Es bueno que sea uno mismo quien confeccione los instrumentos mágicos.
- El altar se adorna siguiendo la propia inspiración y según el momento y el objetivo buscado.
- Las velas se usan siguiendo los preceptos de los colores.
- Los inciensos se utilizan para expandir la conciencia y para purificar el ambiente.
- La escoba se emplea para alejar negatividad.
- La copa sirve para las ofrendas rituales.
- El Libro de las Sombras es un libro que va escribiendo uno mismo poco a poco.
- La varita mágica es un instrumento para canalizar la energía.
- El hábito ritual se utiliza solamente en determinados momentos.
- El athame sirve para llevar a cabo encantamientos.

LECCION 3. EL TALLER DE LAS BRUJAS

¿Existe de verdad una moda de las brujas? A veces se observan en las pasarelas desfiles inspirados en el mundo de las brujas; en ellos, las modelos van luciendo vestidos preferentemente negros, faldas de piel y jerséis de angora con hilos de lana que, a modo de telarañas, cuelgan por todas partes. O largos chales, ponchos o bufandas.
Pero también se pueden observar colores más luminosos (los del arco iris, por ejemplo), vestidos ligeros, encajes y velos. Las líneas suelen ser asimétricas y siempre cuelga algo, la falda tiene alguna cola o las mangas son como las alas de un murciélago. La imagen dominante es la de una selva.
Así pues, la Wicca, la magia blanca, con sus sugerencias esotéricas y estilistas, ha llegado también al mundo de la moda, que ha creado vestidos de formas irregulares en los que las asimetrías, la superposición, los elementos dinámicos y el patchwork de telas y fantasías, dan vida a una colección sorprendente. Los calcetines negros que llegan a media pierna, los bordados de lana que se convierten en telarañas y el encaje negro de las faldas al bies dan una imagen de hada metropolitana.
Lo cierto es que, si bien la imagen de la bruja vestida de negro es todavía difusa, está claro que las pertenecientes a la magia Wicca suelen preferir los colores y tejidos naturales.” A menudo se piensa en las brujas como en personas vestidas de forma espantosa, con faldas tremendas y amplios chales que las esconden. Es una imagen estereotipada que recuerda muchísimo a la befana, esa maga vieja y fea que en Italia lleva regalos a los niños, pero que ya no se identifica con nosotras … No me gustan las personas que ostentan su presunta pertenencia al -mundo de las sombras- con vestidos oscuros tipo dark, tachones y otras diabladuras. Las brujas que yo conozco suelen vestirse preferentemente con colores que recuerdan a la naturaleza” (Laura Rangoni. Vivere Wicca, Milán 2004, pag.135)
A muchas brujas les gusta ponerse vestidos confeccionados con fibras naturales, la verdadera lana del jersey tipo noruego o andino, el algodón fino de las túnicas indias y de las camisas coreanas y la seda natural de los chales indios.

Pero vivimos en una sociedad en que se usa muchísimo la fibra sintética, y como somos poquísimas las personas que nos podemos permitir unas verdaderas medias de seda, nos limitamos a optar por los pantis de licra. Como en todo, lo importante es mantener un equilibrio y no volvernos maniáticas del uso de las fibras naturales.

EL HÁBITO MÁGICO Y SUS ACCESORIOS

Para oficiar la magia hay que disponer de vestidos rituales adecuados, los cuales, sin embargo, no son iguales para todas, sino que varían en función de la sensibilidad de quien lleva a cabo los rituales y el motivo por el que estos se realizan. En general, lo mejor sería ponerse un hábito de color neutro, blanco por ejemplo, que puede ser simplemente una túnica confeccionada con un retal de tela.
El hábito también podría ser de piel, como el de los antiguos chamanes, adornado con plumas, pedacitos de hueso y abalorios. En lo que se refiere a uso de las telas y colores, quien quiera comprar un hábito o confeccionarlo debe dejarse guiar por el instinto: puede ocurrir que uno descubra una tela étnica, como un tejido batik con colores que fascinan, un retal de seda pura o de algodón, que recuerden el cielo o el mar, o un amplio chal blanco, que hace pensar en la nieve que recubre las montañas. Es mejor no optar por tejidos sintéticos, como en el caso del paño del altar.
Si se quiere personalizar el hábito ritual cabe la posibilidad de bordar o dibujar encima signos zodiacales, runas u otros motivos y símbolos indelebles que sintamos próximos.
El hábito mágico solamente se emplea cuando se ofician los rituales, antes nadie debe tocarlos ni lavarlos y ha de ser purificado antes de utilizarlo si lo ha confeccionado otra persona.
El hábito se puede complementar con accesorios de fuerte valor evocativo, por ejemplo el cinturón que simboliza la fidelidad; de hecho, sirve para sujetar y sostener en la cintura la espada del guerrero, el puñal, la bolsa, las llaves, etc.… objetos indispensables que, como no se pueden dejar sin vigilancia, se llevan encima.
Desde el punto de vista mágico, el cinturón protege de los espíritus malignos y de la negatividad, al igual que las murallas la ciudad. Suele ser adecuado levar en el cinturón una bolsa en la cual guardar los objetos necesarios para oficiar los rituales, por ejemplo las cerillas para encender las velas y el cuchillo con el cual se cortan las hierbas o se traza el círculo mágico.
La capa simboliza el universo, del cual el cuerpo de oficiante es el axis mundi. Pocas son las personas que se ponen también la capa, solo indispensable en los rituales de purificación de las grandes negatividades para arropar al oficiante y alejar los efectos bumerán de la magia negra que se intenta erradicar.
El sombrero sirve para cubrir la cabeza y protegerla, porque los cabellos pueden convertirse en receptores de la energía del cosmos, pero simboliza también la corona, la señal del poder. La capucha se usa, en cambio, para salvaguardar los secretos iniciáticos, morir como persona y renacer como oficiante de magia.

El COLLAR MÁGICO

En lo relativo a las joyas, hay muchas wicca que se cargan de amuletos, cadenas, colgantes, pentáculos y lunas, ostentando así públicamente su pertenencia a la Wicca. Esto no siempre es positivo, porque demasiada parafernalia y un uso excesivo de amuletos resultan a veces grotescos.
El collar, además de un adorno, puede indicar un grado, una función, una condición de súbdito (basta pensar en los collares de los perros y de los esclavos). En muchas tradiciones, quien oficia en magia lleva al cuello un collar que no se quita nunca, ni siquiera cuando ha terminado el ritual. Antaño, el collar ritual solía ser rígido y de plata, pero también podía estar hecho de semillas, guijarros, perlitas, corales o trocitos de maderas unidos por un cordoncito o un hilo de plata. Es preferible que cada uno aprenda a confeccionarse su propio collar mágico, que deberá llevar siempre durante los rituales pero también cuando sienta la necesidad de hacerlo. El collar es el símbolo de poder, pero también un adorno que refleja la belleza. El collar ritual también puede hacerse en primavera con flores, hojas y frutas: en este caso, una vez finalizado el rito, cuélguelo de un árbol o arrójelo al agua.
Para confeccionar un collar mágico basta con un poco de fantasía y un mínimo de habilidad manual: en realidad, se trata de tomar el

hilo de bordar más bien grueso, tal vez de diversos colores, o un cordel fino llamado cola de ratón y enfilar en él conchas, abalorios, etc. En las tiendas de bricolaje, en las de dibujo o en las droguerías o en las viejas mercerías, se pueden encontrar diversos tipos de cordel y abalorios. Hay una técnica algo más compleja que consiste en trenzar varios hilos entre si. Se puede empezar sólo con dos, anudándolos después de haber enfilado cada abalorio: de esta forma, si se rompiera el collar, no se perderían todas las perlitas.
Uno de los collares más simples pero también mas cargados de energía es el confeccionado con conchas. Puede optar por una de estas dos soluciones: buscar conchas que ya tengan de por si un agujerito natural, que han sido arrastradas desde lejos por las olas y pulidas por la arena, o conseguir un taladro de modelismo y hace usted mismo los agujeros. Puede recoger las conchas en una playa o bien, tras una buena paella con almejas, guardarlas, lavarlas bien y usarlas para hacerse su tan original collar…

AMULETOS Y TALISMANES

En el lenguaje corriente, palabras como talismán o amuletos se utilizan a menudo como sinónimos, a pesar de que cada uno cuenta con su propio y preciso significado.
El amuleto es un objeto natural que refleja simbólicamente un concepto por analogía: el girasol es una planta del sol porque se vuelve hacia él; el rubí es una piedra de Marte porque es rojo como el fuego y la sangre, etc.
Encontramos la primera vez el termino amuletum en la historia natural de Plinio el viejo; desde entonces, y en términos generales, ha mantenido sus atribuciones de objeto que preserva de las enfermedades y de los influjos negativos. De hecho, el amuleto aparece a menudo en las prácticas mágicas con una finalidad protectora contra maleficios, enfermedades, accidentes, etc.
El amuleto es un objeto que procede siempre de la naturaleza (desde la vara de Aarón hasta la pata de conejo, desde el escarabajo egipcio hasta el cuernecillo para ahuyentar desgracias).
Los amuletos naturales tienen formas o colores excepcionales, por ejemplo una pluma de un tono particular de azul marino, un guijarro antropomorfo, piedras agujereadas, palos y raíces de extraño diseño, una concha, un diente de animal encontrado en un bosque, un cuerno de cabrito, etc.
Existen asimismo amuletos creados por el hombre a semejanza de objetos naturales que, por su poder específico, son adecuados para proteger una situación determinada. Es el caso, por ejemplo, de los saquitos mágicos. Cuando se convierten en objetos más complejos, es decir, compuestos por más elementos, los amuletos se transforman en fetiches que ya tienen un papel mas articulado. En la práctica se llevan siempre encima para proteger a su propietario.
Los talismanes son sellos, figuras o caracteres astrológicos y están impresos, labrados o sellados sobre una piedra, un metal correspondiente al astro en cuestión, un pergamino, etc. Confieren poderes y beneficios a quienes los poseen.
En síntesis, el poder de os talismanes depende de su origen, del material de que están hechos y de los signos, las inscripciones y las figuras que aparecen en él. Es sobre todo la magia ceremonial, que toma mucho de la cábala hebraica, la que estudia la producción de los talismanes, mientras que la Wicca prefiere dotarse de amuletos procedentes del mundo natural.

LOS SAQUITOS DE MAGIA

Confeccionar un saquito de magia es muy fácil, basta con tomar un trozo rectangular de tela blanca, o de color, según sus intenciones, que puede ser de lino, seda o algodón nunca sintético que mida aproximadamente ocho o diez centímetros de largo y cinco de ancho. Doble el retal en dos y cosa los dos lados por el revés, luego dele la vuelta y ciérrelo con una cinta del mismo color. Dentro del saquito se introducen diversos objetos purificados, en función del objetivo que se haya fijado.

- **Para atraer el amor…**

Prepare un saquito rojo, introduzca pétalos secos de rosa y lavanda, una piedra de color rojo (tipo rubí), una concha y un trozo de papel donde hayas escrito tu intención, por ejemplo: "Que llegue a mí la persona que me está destinada". Llévelo colgado al cuello o en el bolsillo.

- **Para resultar simpática…**

Prepare un saquito rosa, meta dentro un trocito de madera de sándalo, un cuarzo hialino, algunas flores de madreselva, hojas secas de helecho y tres granos de incienso.

- **Para encender la pasión…**

Prepare un saquito rojo, introduzca en él flores secas de verbena y granado, y un papelito donde aparezcan escritas con tinta roja una frase de tu elección.

- **Para alcanzar la iluminación…**

Ponga en un saquito blanco pétalos de rosa blanca, un cristal de cuarzo hialino y una pizca de beleño y estramonio seco.

- **Para favorecer la búsqueda interior...**

Prepare un saquito azul oscuro o lila, meta dentro pétalos de rosa blanca, un pedacito de turmalina, tres granos de incienso y una pizca de beleño y belladona secos.

- **Para saltar los obstáculos….**

Prepare un saquito rojo e introduzca en su interior hojas de fresno, un trocito de pirita, siete granos de mirra y pétalos de girasol.

- **Para propiciar una mejora económica…**

Prepare un saquito de algodón o de seda blanca que cerrara con una cinta roja. Introduzca siete garbanzos crudos, siete monedas pequeñas y siete pétalos de flores amarillas (girasol, capuchina, narciso…)

- **Contra la negatividad…**

Prepare un saquito de algodón blanco e introduzca siete granos de sal marina, un cristal y un clavo pequeño.

LAS PIEDRAS MÁGICAS…

Ágata: proporciona el valor para afrontar problemas y situaciones difíciles, y ayuda a encontrar la fuerza para superar los obstáculos. Estimula la seguridad interior, de la medida sobre la propia valía y suaviza los aspectos problemáticos del carácter para hacer que uno sea más abierto al diálogo. Se usa en los rituales para alejar los pensamientos tristes e infundir fuerza y coraje.

Aguamarina: facilita la comunicación y es aconsejable para todos aquellos a los que les cuesta expresarse. Aumenta la confianza en uno mismo, estimula la fuerza interior y la capacidad para tomar decisiones, llevar a buen término situaciones no resueltas y cosas dejadas en suspenso. Incrementa los poderes mentales y contribuye a purificar la mente de pensamientos inútiles.

Amatista: se utiliza en todos los rituales con los que se quiere profundizar en la conciencia para ahuyentar enfermedades y malestares, pero sobre todo para la meditación, porque sus vibraciones pueden abrir puertas interiores y hacer que las visiones y los sueños sean lucidos. Calma las emociones violentas y, por consiguiente, se emplea para combatir el estrés. También se usa en los rituales para llevar paz y serenidad donde sólo hay peleas y tensiones.

Coral: el coral no es una piedra, sino el esqueleto de un animal marino. Cuenta sobre todo con un enorme poder para alejar el mal y curar; en el sur de Europa se usa como poderoso talismán. Sirve en los rituales para reforzar el poder de seducción y el deseo sexual, y para proteger a personas y cosas.

Cuarzo: después del diamante, es el mineral que más energía aporta. Estimula la evolución tanto en el plano material como en el espiritual. Vuelve estables las emociones y ahuyenta las negativas. Proporciona lucidez al pensamiento y aumenta los noveles de conciencia. Favorece la comunicación con la divinidad y los espíritus elementales. Disuelve y transforma las energías negativas.

Diamante: es la piedra más pura y poderosa. Su energía es tan fuerte que no todo el mundo la soporta. Absorbe cualquier negatividad e infunde paz y serenidad a quien lo lleva. Se usa en los rituales en los que se necesita una gran reserva de energía para curar y alejar desgracias y enfermedades. Favorece la fidelidad en todos los campos, pero sobre todo en las relaciones y por este motivo es la piedra de los anillos de compromiso.

Esmeralda: se utiliza en los rituales para obtener bienestar material, riqueza y entradas licitas de dinero. Favorece el desarrollo de la intuición, de la clarividencia y de la capacidad para discernir con lucidez. Incrementa la inteligencia y la agudeza mental.

Fluorita: es muy útil para equilibrar las energías y puede curar la desazón espiritual y la depresión. Favorece la concentración y la conciencia de la propia valía espiritual. Es muy útil para la meditación. En los rituales sirve para potenciar las propias facultades mentales y entrar en contacto con los Seres Pequeños (hadas, elfos, gnomos)

Granada: ayuda a reforzar el poder de seducción y el deseo sexual, y por eso se usa tanto en los rituales susceptibles de favorecer encuentros eróticos como en los destinados a mejorar las relación entre las parejas. Es útil asimismo en aquellas situaciones en las que hace falta una buena reserva de valor para afrontar problemas materiales, sobre todo de origen económico y relacionado con el hogar.

Jade: proporciona valor, sobre todo en las decisiones relacionadas con asuntos del corazón. Es muy fuerte en el plano energético y por eso suele utilizarse en rituales que proporcionan la salud y que ayudan a reponerse tras una enfermedad. Además puede infundir sabiduría y paz interior a quien lo lleva.

Lapislázuli: esta piedra es útil para la evolución interior y la comunicación con otras entidades y con la divinidad. Se usa en todos los rituales de evocación para contactar con el guía interior o con los espíritus elementales. Además ayuda a reforzar el carácter, a separar el pensamiento de la materia y a que este se vuelva más elevado.

Malaquita: esta piedra no es apropiada para todo el mundo: canaliza las energías inconscientes y puede sacar a la luz miedos y bloqueos mentales. Ayuda a reducir las tensiones y el estrés. Es útil para favorecer todas las entradas licitas del dinero, por lo que se utiliza sobre todo en los rituales orientados a favorecer la prosperidad, a encontrar un trabajo, a recuperar una crédito… etc.

Pirita: por su parecido con el oro está presente en todos los rituales susceptibles de favorecer la prosperidad, la ayuda y la colaboración de quien está alrededor de nosotros. Como aumenta la vitalidad y la alegría de vivir, están indicadas para quienes se sienten vacíos y deprimidos.

Rubí: da fuerza y vigor a quien carece de ellos y estimula la pasión, también sensual, y la capacidad de reaccionar ante un obstáculo y de hacerse valer. Aleja la tristeza y, por consiguiente, el ideal en los rituales contra la depresión, en caso de luto o de fuertes pesares existenciales. Es importante para quienes se sienten con las pilas descargadas, pues proporciona la energía necesaria para llevar a bien término los proyectos emprendidos.

Turmalina: es un potente cristal para favorecer la meditación porque pone en comunicación con los espíritus elementales y con la divinidad. Ayuda a conseguir el perfeccionamiento interior, purifica de las emociones negativas y refuerza la voluntad y la alegría de vivir. Se utiliza en aquellos rituales destinados a infundir confianza y alegría a quien carece de ellas y también para aumentar las propias facultades psíquicas.

Turquesa: protege de todos los males, exactamente igual que el coral. Si llevamos las dos piedras juntas, ni la negatividad ni la envidia podrán hacer mella en nosotros. Proporciona fuerza física y mental, favorece la acción y aumenta la alegría de vivir. Infunde una gran energía en los momentos de cansancio y, por consiguiente, en los rituales ayuda a combatir la depresión y los estados de fatiga mental y física debidos a una enfermedad.

Resumen:

- Las brujas se visten con ropa de fibras naturales.
- Las brujas lucen joyas étnicas.
- Un talismán es un objeto ritual y simbólico.

LECCION 4. LAS FIESTAS DE LAS BRUJAS

Por regla general, las brujas suelen reunirse con ocasión de ocho importantes fiestas rituales y todas las noches de luna llena. Estas fiestas se llaman sabbat y esbat. Las brujas siguen el calendario céltico. Nos referimos a continuación a estas fiestas, que se acompañan de sabrosos menús, uno para cada festividad (podrá preparar los diversos platos siguiendo las recetas de la lección 5, dedicado a la cocina de las brujas)

SAMHAIN (31 OCTUBRE – 1 NOVIEMBRE)

Para los antiguos celtas el año daba comienzo la noche del 31 de Octubre al 1 de Noviembre, cuando la Iglesia cristiana celebraba la fiesta de Todos los santos. En el mundo anglosajón, es conocida como Halloween.
Para nosotras, Samhain es una de las fiestas más importantes: es nuestra Nochevieja, así que puede tranquilamente, si quiere, desear "feliz año nuevo" a los amigos que recorran su mismo sendero, sin que la tomen por loca.
El verano se ha marchado y está llegando el frio y el invierno. Es el momento de examinar la situación, de prepararse para un periodo de meditación y reposo. Es tiempo de balances, por lo que podemos escribir en un trozo de papel todo aquello que hemos hecho de bueno en el curso del año apenas terminado y los proyectos para el próximo.
Como adornar el altar:

- Preparar calabazas ornamentales.
- Castañas con cáscaras
- Avellanas
- Piñas
- Manzanas cortadas por la mitad
- Nueces

El talismán: Tome una piña grande de un pino y ábrala con suavidad. Colóquela sobre una rama de acebo y sujétela con un alambre. Rocíelo con un spray durado y decórela con algunas cintas de color rojo oscuro. Después de haberla bendecido en el altar, ponga el talismán en el centro de su habitación.

YULE (21 DE DICIEMBRE) SOLSTICIO DE INVIERNO

Yule es la noche del solsticio de invierno y corresponde más o menos a la Navidad Cristiana. Las frases del solsticio están entre las más importantes del calendario Wicca y se llaman también sabbat mayores. Yule en particular representa el momento de paso de las tinieblas a la luz, porque después del 21 de diciembre empieza a alargarse el día y se camina hacia la primavera que, aunque todavía lejana, parece aproximarse gracias a que el tiempo de oscuridad de reduce.
Los protagonistas de la fiesta de Yule son el abeto, el clásico árbol de navidad que representa a la Diosa en esta estación, y la guirnalda que tan a menudo vemos en los países nórdicos y que es una representación de la Rueda del año. En el mundo Wiccan se honra también al rey del acebo (simboliza el invierno que muere), que deja el rey al poder de la encina (smboliza la primavera que está por venir.
Como adornar el altar:

- Ramos de abeto
- Ramas de acebo con las bayas
- Fruta seca
- Naranjas
- Eléboro
- Estrellas de navidad.

El talismán: tome una guirnalda y clave en ella ramitas de abeto y de acebo. En el centro ponga una naranja en la que habrá clavado trece clavos de olor. Añada también tres piñas y una vela blanca. Puede rociar la guirnalda con polvo dorado y nieve artificial. Ponga el talismán en su casa, por ejemplo como centro de la mesa del comedor

IMBOLC (2 DE FEBERO), LA CANDELARIA

Imbolc, que algunos wiccan consideran un Sabbat menor, es la fiesta de la luz. Los días se alargan y la primavera ya está mas cerca. Corresponde a la fiesta cristiana de la Candelaria, de origen

pagano, en el ámbito de la cual se bendicen los cirios que se usarán durante el año.
En el mundo céltico es tradición encender inmensas hogueras para ayudar a que la tierra se caliente e invitar y ayudar al sol a calentar con mayor intensidad. De hecho, con esta fiesta se celebra el despertar de la Madre Naturaleza, que ofrece a los hombres los primeros corderos.
Como adornar el altar:

- Un cuenco con leche.
- Flores blancas.
- Velas.
- Foto de corderos o polluelos.
- Ramas de hiedra.

El talismán: Tome algunas amas de hiedra y átelas con hilo de lana blanca, formando una especie de lazo. Sujete a la lana algunas campanillas y conchas agujereadas, o bien monedas plateadas también agujeradas. Ponga este talismán en su dormitorio.

OSTARA (21 DE MARZO), EQUINOCCIO DE PRIMAVERA

Es el equinoccio de primavera y coincide casi siempre con la Pascua de la religión cristiana.
En Ostara el día y la noche tienen la misma duración. La naturaleza se despierta de su largo sueño invernal, la hierba ya comienza a despuntar por todas partes y los prados empiezan a cubrirse de flores, en particular de las inflorescencias amarillas del diente de león. Las aves preparan sus nidos y muchos animales perciben el reclamo de la estación de los "amores".
Para los humanos no es una excepción y Ostara representa, de hecho, la alegría de vivir después del frio y la oscuridad invernal.
Como adornar el altar:

- Un cuenco lleno de huevos.
- Flores de campo.
- Nidos e imágenes de pájaros (o figuras de pájaros)
- Prímulas en un jarroncito.
- Foto de cachorros o conejitos.

El talismán: hágase con un huevo grande; lo ideal sería un huevo de oca, o incluso de avestruz. Haga un agujero pequeño en la parte inferior a fin de poder vaciar su contenido, luego con un cuchillo muy afilado practique una incisión limpia, procurando no romper la cáscara. Debe obtener dos mitades. Póngalos en un cuenco que contenga sal y llénelo de tierra fértil de jardín. Ponga sobre esta tierra algunas semillas de grano, heno o mijo (u otras a su elección) y riegue con cuidado. El huevo no tardará en florecer, y aportará armonía y alegría de vivir.

BELTANE (30 DE ABRIL – 1 DE MAYO)

Junto con Shamain, Beltane es la fiesta más importante del calendario wiccan. Contrariamente a muchas otras festividades paganas que se han cristianizado, Beltane no ha sido tapada por ninguna fiesta cristiana, sino que ha sido denominada sencillamente con el nombre de "Noche de Valpurga", cuando, según de dice, las brujas son mas peligrosas…
Para nosotras es en realidad la fiesta por excelencia, la más entrañable porque recuerda a fertilidad, la abundancia, el amor, en resumen, todo lo positivo que existe. Se acostumbra a preparar dos grandes hogueras entre las que se pasa para alejar los males y el sufrimiento (antaño era costumbre hacer pasar también al ganado). En muchos países se ponen y adornan los llamados árboles de mayo.
Como adornar el altar:

- Ramas de espino.
- Flores silvestres.
- Fruta.
- Botellas de sidra o cerveza.
- Dulces en forma de corazón.
- Foto de sus animales domésticos.

El talismán: prepare un gran ramo de hierbas aromatizadas; romero, tomillo, salvia, ruda, lavanda, perejil… etc. (cuantas más encuentre mejor). Procúrese una cinta blanca para la salud, una roja para el amor, una rosa para las amistades, una verde para el trabajo y una azul para la evolución interior. Trence todas las cintas a medida que va expresando un deseo cada vez que hace un nudo. Con la cuerda obtenida, ate las hierbas y póngalas a secar en su dormitorio. Conserve este talismán durante todo el año, para

quemarlo en la hoguera de Beltane del año siguiente, momento en el que ya confeccionará uno nuevo.

LITHA (24 DE JUNIO), SOLSTICIO DE VERANO

En esta fecha se celebra el solsticio de verano, la culminación de la fuerza del sol. Es el día más largo del año, y marca el momento en que empiezan a reducirse las horas de luz, el camino imparable hacia el otoño y el invierno. En los países anglosajones, se la llama también las fiestas de Midsummer, que significa "Mitad de verano" mientras que en el mundo cristiano celebra su San Juan Bautista.
Es un día mágico por excelencia, sobre todo en lo que respecta a las hierbas, que en esta época del año cuentan con la máxima concentración de poder balsámico.
Como adornar el altar:

- Ramas de verbena e hipérico.
- Flores silvestres.
- Fruta
- Una ramita de espigas
- Cristales
- Cintas amarillas y doradas.
- Monedas doradas.

El talismán: Este talismán sirva para procurar fertilidad y abundancia en todas las situaciones difíciles de la vida. Haga un ramito con cada una de estas hierbas: romero, tomillo, laurel, salvia, mejorana, dragoncillo, hipérico, verbena y albahaca. Anúdelo con una cinta de color naranja o amarillo fuerte y deje el ramo resultante al aire libre para que se cubra de rocío. A continuación ponga las hierbas a secar, consérvelas luego en unos saquitos de color amarillo, y coloque uno en cada habitación de su casa.

LUGHNASADH (1 DE AGOSTO)

Se trata de la fiesta de Lugh, dios del sol y de la primera cosecha, y se celebra el día que se abre el periodo en que se siegan los cereales y se empieza a recoger la fruta que se conservara para el invierno.

En muchas zonas existen fiestas en las que todos aquellos que han participado en la siega se reúnen para cenar y bailar alegremente, y celebrar también la abundancia de los dones de la Madre Tierra arrojando ruedas ardiendo por pendientes y colinas.
Como adornar el altar:

- Manojos de espigas.
- Panochas
- Muñecos de paja
- Girasoles
- Cristales y piedras de color amarillo
- Miel
- Monedas doradas.

El talismán: el talismán de Lughnasadh sirve sobre todo para lograr prosperidad económica. Forme una corona con un pequeño haz de espigas y átela por varios puntos con un cordel o un hilo amarillo. Coloque en medio tres panochas y átelas a las espigas con una cinta de color verde, como símbolo de la prosperidad económica. Agujeree algunas monedas doradas y átelas a las panochas o péguelas encima. Consérvelo todo en la habitación donde estudias o trabajas.

MABON (21 DE SEPTIEMBRE), EQUINOCCIO DE OTOÑO

Durante el equinoccio de otoño el día y la noche tienen la misma duración. Esta fecha marca el descenso del sol en el otro mundo y la llegada de las tinieblas y el frio del invierno.
En el mundo agrícola, es el momento de almacenar los productos que la tierra tan generosamente nos ha dado y de terminar todas las tareas pendientes. Asimismo, en esta fecha suele dar comienzo la vendimia. También nosotras nos preparamos pata el nuevo año que se avecina y empieza el colegio para muchos niños.
Como adornar el altar:

- Un cuenco lleno de patatas
- Tres manzanas
- Un vaso de whisky o licor de cereales
- Un racimo de uvas
- Moras o frutas de bosque
- Flores silvestres
- Nueces

El talismán: tome tres ramas de avellano con sus frutos y tres ramas de encina con sus bellotas. Añada alguna ramita de salvia y una flor de girasol (o una margarita grande amarilla). Átelo todo con una cinta de color marrón y póngalo como centro en la mesa del comedor.

Resumen:
- Las fiestas rituales de la wicca son ocho.
- La luna se celebra cuando está llena.
- Las fiestas más importantes son los solsticios y los equinoccios.
- Para los Esbats se debe honrar a la Diosa.

LECCION 5. LA MESA DE LAS BRUJAS

Las brujas son por naturaleza personas curiosas que, en consecuencia, suelen busca sabores poco convencionales, aromas antiquísimos ya olvidado, innovadores o todavía por inventar, así como recetas que se diferencies de las tradicionales (por ejemplo, étnicas). En la cocina es indispensable la fantasía, además de contar con ingredientes genuinos.
Existen dos clases de recetas brujescas, las de cada día y las de los días de fiesta.
La vida cotidiana nos lleva a considerar la comida como un fastidio, una pérdida de tiempo más que un verdadero placer. Sirve para alimentarnos aunque no nos guste demasiado. Por esa razón, y dentro de lo posible, las brujas prefieren consumir alimentos procedentes de agricultura y crías biológicas. En cambio, cuando se trata de reunirse para celebrar aniversarios o sabba el asunto cambia completamente.

SELECCIONAR LO BIOLÓGICO…

Ya hemos señalado antes que la brujería es una elección de vida orientada al respeto a la naturaleza, una cuestión que se refleja también y sobre todo en la alimentación.

La elección más lógica para quienes deciden vivir del modo más natural posible es, sin duda, la alimentación biológica.
Por definición, los alimentos biológicos proceden de la agricultura biológica, es decir, de una concepción del trabajo de la tierra que no contempla la utilización de productos químicos en las diferentes fases del cultivo ni en la transformación y almacenamiento. En la producción procedente de la agricultura biológica no se contempla el uso de herbicidas, insecticidas, fungicidas, fertilizantes, colorantes y conservantes no naturales, es decir, productos de laboratorio.
Sin duda, la alimentación basada en ese criterio contribuye a conservar la salud: el beneficio que se obtiene no se basa en que los productos no aporten mayora calidad nutricional, sino en que no contienen sustancias nocivas.
Los productos biológicos suelen ser más caros que los convencionales y esto va en detrimento de su difusión; sin embargo, los consumidores están aprendiendo a adquirirlo por otras razones, en primer lugar porque son de una calidad excelente, y la calidad siempre se paga. Pero, además, ese precio más elevado también se debe a otros factores: cultivar biológicamente requiere mas mano de obra y una gestión mas esmerada; la mayor parte de estos productos proceden de empresas pequeñas que no disfrutan de las facilidades económicas que tienen los grandes productores e la industria alimentaria; los alimentos biológicos carecen del gancho que supone la publicidad; en efecto, son todavía poco conocidos y, por consiguiente, se producen en cantidades más reducidas para evitar excedentes. Digamos, no obstante, que comer bien no significa que se deban comprar solo productos "bio". Como en todos los campos de la vida, también en esta cuestión debe hacerse uso del sentido común. De entrada hay que buscar un equilibrio entre nuestra crónica falta de tiempo y nuestra economía. Es lógico que una persona que trabaja todo el día no tenga ganas de meterse en la cocina, amasar o cocinar platos complicados. Pero entre esa realidad y el consumo diario de platos preparados descongelados en el microondas hay un término medio. Sin duda, quien disfruta comiendo sano encuentra tiempo para invertir en su propio bienestar, recorrer los mercados o los grandes centros comerciales y escoger verduras, frutas y pescados que luego preparara con esmero. Cuando yo vivía en la ciudad llegaba a comprar hasta veinte o veinticinco piezas de verdura variada (en los mercados es posible adquirir una sola zanahoria, un puñado de espinacas o dos

cebollas, y no hacer necesariamente reservas exageradas) y una vez en casa preparaba unas sopas estupendas que repartía en recipientes individuales y guardaba en el congelador. Luego, me bastaba sacar las raciones necesarias cada mañana antes de ir a trabajar, y por la noche la sopa estaba descongelada y lista para calentar. Utilizaba el mismo sistema para los estofados, los asados…

Algunos consejos útiles…

- Mejor poco pero bueno. Gaste un poco más, pero compre aceite de oliva virgen extra obtenido del prensado en frio, y utilice la mitad de lo normal. Su presupuesto no se vera afectado.
- Evite comprar mas de lo que necesita para comer, así no tendrá que tirar comida.
- Cocine solo raciones exactas: los restos no gustan a nadie.
- No demonice los alimentos pesados y los fritos, sea indulgente consigo misma. Si le apetece una bolsa de patatas fritas, desfrútelas porque la comida no debe ser un castigo, sino una satisfacción.
- Si puede, seleccione los productos procedentes del comercio justo, así, además de optar por productos de calidad, llevara también a cabo una acción solidaria.
- A ser posible, compre a menudo, así evitará acumular ingredientes provisiones de productos que luego caducan o acaban en la basura.

LA COCINA DE LAS FIESTAS

Una de las cosas más agradables que uno puede hacer el compartir la comida con las personas queridas.
Las brujas son por naturales, personas alegres que aprecian la buena mesa. Aunque sea usted una naturista empedernida, olvídese de organizar una fiesta brujesca a base de ensaladas y quesos, si no quiere correr el riesgo de perder a sus amigos… Ciertamente no se trata de organizar una comida pantagruélica (en realidad, la finalidad de estas suntuosas cenas es precisamente alegrar el corazón y no solamente el paladar), pero por lo menos intente realizar platos divertidos. No es necesario tampoco que se vaya al otro extremo: codornices a los pétalos de rosa, foie gras de oca o jamón curado en costras, pues, por muy buenos que sean estos platos, no sólo la arruinarán, sino que además le harían estar horas y horas en la cocina, un tiempo que, sin duda, podría emplear de un modo mas divertido y provechoso. Así pues, no exagere, ni en un sentido ni en otro.
Es preferible, en general, ofrecer tostadas con cremas a base de quesos magros con aceitunas, cebolletas, anchoas, pimientos, etc. que entristecer a los invitados con germen se soja y zanahorias hervidas. Recuerdo una fiesta brujesca que organicé hace unos años. Acababa de quedarme sin trabajo y no podía permitirme el lujo de gastar cifras exorbitantes, por lo que organicé una que ha quedado en la historia como el "sabba de los espaguetis". Ofrecía a mis compañeros una selección de cinco tipos de espaguetis con cinco salsas distintas a cuál más apetitosa: amatriciana (una salsa propia de Amatrice) carbonara, picante, de aceitunas y tomates secos y de tomate con atún. Había gastado una cantidad modesta y había ofrecido unos platos apetitosos. Todavía hoy, mis amigas recuerdan aquella velada como una de las más originales.

Algunos consejos útiles:

- Que los platos que prepare sean refinados carece de importancia, lo mejor es que sean sabrosos y sanos.
- Nos reunimos para estar en compañía y no para demostrar nuestras habilidades culinarias o atiborrarnos de comida.
- Preste también atención al aspecto de los platos que presenta, unas lonchas de queso cortadas en forma de estrella con molde son sin duda más apetitosas que unas lonchas servidas tal cual.
- Pruebe a realizar mezclas poco habituales, pero no obligue a sus amigos a disfrutar de platos excesivamente rebuscados y extraños.
- Intente recuperar antiguas recetas campesinas y sabores olvidados.
- Póngase a prueba: haga pan, galletas o un pastel y evite las tartas "de plástico" o los dulces recubiertos de crema de colores imposibles.

LECCION 6- LA BEAUTY FARM DE LAS BRUJAS

No cabe duda que todas las mujeres se preocupan pos su aspecto y realizan algunos sacrificios para estar más hermosas y en mejor estado físico. Por eso utilizan cremas que estiran las arrugas, disuelven las celulitis, broncean sin sol y hacen desaparecer las manchas de las manos. Y también champús que convierten el cabello en una brillante melena ligera y ondulada, esmaltes que refuerzan las uñas e impiden que se rompan, perfumes susceptibles de embriagar al más pintado… sin embargo, la verdad es que no se pueden hacer milagros: la celulitis reposa plácidamente en nuestros muslos, tenemos el cabello lacio y débil, quebradizo y maltrecho, nuestro rostro está surcado de arrugas y arruguitas, y las uñas son victima de la acción de los detergentes, el polvo, etc. Esto no significa que no sea adecuado y lícito usar cosméticos que nos hacen sentir mejor, suavizar la piel, evitar la rugosidad de las manos y protegen el cabello de los agentes contaminadores. Todas estas cosas hacen que nos sintamos bien con nosotras mismas, y eso es lo que de verdad importa. No se trata tanto de gustar a nadie como de gustarnos a nosotras mismas. No hace falta estar delgadas, ser guapas, atractivas y sexys para complacer a alguien, sea nuestro compañero, aquel que nos quiere conquistar o el novio oficial. Lo importante es sentirse bien con una misma, mirarse al espejo por la mañana y saber decirse que el cuerpo no es perfecto, pero que ya está bien así. Lo importante es aceptar las propias imperfecciones y conseguir una armonía psicofísica.

Las brujas lo saben muy bien. Son conscientes de que viven en una sociedad en la que el culto a la imagen es realmente exagerado, hasta el punto de que hay personas que no dudan en someterse a verdaderas torturas, cuando no a intervenciones quirúrgicas, para parecerse lo más posible a las divas del cine o la televisión.

A continuación, exponemos algunos conceptos de los cuales las brujas deben ser perfectamente conocedoras:

- La belleza exterior es sólo un reflejo de la interior. Cuidar la segunda significa estar seguras de la primera, y no viceversa.
- La belleza no es un valor absoluto y, por tanto, desaparece. Por consiguiente, aunque esté dispuesta a hacer sacrificios para mejorar su aspecto físico, estos no deben ser nunca desproporcionados ni un objetivo en si mismo.
- Los cosméticos deben usarse con sensatez, no es necesario gastar una fortuna para enriquecer a las compañías que prometen milagros.
- Hay que estar muy atentas a la hora de comprar. Siempre es preferible usar productos no probados en animales, es decir, aquellos que llevan esta indicación en su envoltorio; si todas adoptásemos esta simple precaución, cesarían los experimentos inútiles con animales de laboratorios.
- Existe la posibilidad de "fabricarse" los propios cosméticos. En realidad es bastante simple, solo hay que comprar los ingredientes que se encuentran en todas las herboristerías medianamente abastecidas.

LA FITOCOSMÉTICA

¿Cuáles son exactamente los cosméticos naturales que podemos preparar? En realidad no son muchos los ungüentos que necesitamos. Pongamos un ejemplo: la crema para la cara para devolver a la piel hidratación y la nutrición que pueden faltar o verse comprometidas por el sol, el viento, el frio, etc. Pero, ¿acaso tiene sentido tener una crema para el contorno de los labios, otra para la zona de la nariz a fin de evitar la formación de espinillas, otra para las mejillas, que es la parte mas expuesta, una anti arrugas para la frente y otras cuantas mas?

Todas las mujeres deberían tener pocas cremas y utilizarlas con regularidad. Veamos a continuación que productos son verdaderamente indispensables para el cuidado del cuerpo.

- Productos para añadir al agua del baño, tanto para limpiar la piel como para obtener un agradable efecto relajante y vigorizante.
- Productos para el cuidado del cabello. Pocas son las personas que se sienten satisfechas de su cabello, a menudo sometido a torturas despiadadas. Es necesario ante todo lavarse la cabeza de forma no agresiva, para reforzar el cabello cuando

muestras señales de debilidad debido sobre todo a la acción corrosiva de la contaminación y para prevenir una pérdida excesiva o una producción de debo exagerada. Además, el cabello suele estar sometido a decoloraciones, tintes, permanentes, estiramientos, lavados demasiado frecuentes, cepillados vigorosos, lacas, espumas y secados con aire demasiado caliente. Para tener el pelo sano y brillante no es necesario tratarlo excesivamente, para no dañar la patina de creatina que lo recubre.

- Productos para proteger la piel de la acción agresiva de los rayos de sol, que pueden provocar verdaderos problemas, como insolaciones, sequedad excesiva o deshidratación.
- Productos para la higiene bucal que pueden abrillantar y limpiar los dientes sin comprometer la capa del esmalte. Es, sin embargo, indispensable en este caso un uso frecuente del cepillo para eliminar restos de comida, sarro en formación, placa, etc.
- Productos para la limpieza del rostro. Es conveniente que, antes de ir a dormir, incluso quien no se maquilla, se pase un algodón por la cara para eliminar la suciedad, la grasa, el polvillo de la polución que pudieran obstruir los poros de la piel. Para ello, basta una buena leche desmaquilladora, que se puede sustituir por la leche normal y la nata fresca, y un tónico que pueda rehidratar la piel y evitar las posibles rojeces.
- Productos para la rehidratación del rostro. Son las famosas cremas de belleza. A decir verdad, cumplidos los treinta años, si la piel está bien hidratada se mantiene elástica, pero si en cambio está deshidratada se escama y se vuelve opaca. La capacidad de regeneración de las células de la piel del rostro disminuye y es necesario suplirla con productos adecuados, además de una dieta equilibrada y rica en vitaminas.
- Productos para rehidratar el cuerpo después del baño o la ducha, y cada vez que la piel se vea sometida a estrés.
- Productos para el cuidado de la manos, que, como están todo el día en primera línea, son atacadas despiadadamente por muchos enemigos: detergentes agresivos, jabones que resecan, suciedad, etc. Mantener elástica y sana la piel de las manos no s solo un factos estético, sino el primer paso para poder experimentar el bienestar psicofísico del que hemos hablado. Si las manos pican, se escaman, se agrietan o se forman dolorosas fístulas en la yema de los dedos, se crea inevitablemente un malestar que puede llegar a convertirse en verdaderas pesadillas.
- Productos para el cuidado de los pies. A menudo damos por descontado que los pies están ahí y cumplen con su cometido. Pero desde el momento que deben soportar todo el peso del cuerpo, tienen derecho a algunas atenciones especiales. Las callosidades, la piel muerta y los hongos pueden hacer sufrir mucho.

Todos estos productos se pueden preparar en casa con recetas sencillas que nos permitirán cuidar de nuestro cuerpo sin agredir a la naturaleza. Veamos algunas:

DECOCCION PARA EL BAÑO

Gracias a su alto contenido en flavonoides y resina, el eucalipto actúa también como relajante del sistema nervioso. Por ello, en caso de sentir cansancio, irritabilidad o estrés puede prepararse un baño relajante a base de una decocción de eucalipto. Para ello tome dos puñados de hojas y hiérvalas durante diez minutos en un litro de agua, cuélelas y eche la decocción en la bañera. Una variante de este preparado consiste en usar el aceite especial de eucalipto, incluso mezclarlo con aceite esencial de pino.

LOCCION ANTICASPA

La base de esta cocción debe ser el jugo de ortiga, por lo menos treinta mililitros. Se obtiene poniendo a hervir cien gramos de puntas de ortiga en un litro de agua durante veinte minutos. Luego se cuela. En esta loción hay que emulsionar diez gotas de aceite esencial de naranja amarga y friccionar por la noche el cabello y el cuero cabelludo durante por lo menos cinco minutos. Se puede conservar esta loción tres o cuatro días en la nevera.

FRICCION VIGORIZANTE PARA CABELLOS DÉBILES
En medio litro de alcohol puro, ponga a macerar cien gramos de berros y cinco clavos de olor durante una semana. Transcurrido este tiempo, cuele y añada doscientos mililitros de agua destilada. Friccione el cuero cabelludo con este preparado cada día durante un mes.

COMPRESAS CONTRA LA CAIDA DEL CABELLO
Para evitar la caída del cabello puede hacer una compresa con una decocción a base de yemas de abedul. Ponga a hervir en medio litro de agua diez gramos de yemas de abedul durante media hora. Después añada a la decocción la pulpa triturada de uno o más pepinos y mézclelo bien. Ponga esta compresa sobre el cabello una vez a la semana durante media hora.

ACEITE BRONCEADOR
Además del aceite de bergamoto, también su esencia estimula en bronceado. Es posible preparar en casa este aceite solar: tome un litro de aceite de oliva virgen extra prensado en frio y añada diez gramos de tinte madre de corteza de nogal y diez de esencia de bergamoto. Se puede conservar tres meses.

CREMA PARA DESPUES DEL SOL
Tome veinte gramos de flores frescas y hojas de caléndula, y píquelas en el mortero hasta reducirlas a polvo. Mézclelas con cuatro cucharadas de nata y dos de glicerina, y extienda la crema sobre la piel enrojecida por el sol. Esta crema se puede conservar en la nevera cuatro días como máximo.

DENTÍFRICO
El carbón vegetal se usa también como dentífrico. Tome veinte gramos de ese carbón y añádale diez gramos de polvo de china, un poco de agua y, si le apetece, una gota de esencia de menta. Se lavan los dientes con un cepillo bastante duro y se acaba enjuagándose con abundante agua.

TINTE PARA EL CABELLO
La corteza de nogal triturada se puede usar como tinte de color castaño para los cabellos grises. Triture unas veinte cortezas y aplíquela sobre el cabello por lo menos durante una hora. Lave luego la cabeza con un champú neutro. Vigile que el preparado no gotee y le manche la ropa o la piel, porque cuesta mucho eliminar las manchas de corteza de nogal.

CREMA NUTRITIVA PARA EL ROSTRO
Pique en el mortero veinte gramos de pétalos frescos de rosa canina, también llamada escaramujo, y añádale cuatro cucharadas de aceite de almendras, una de harina de arroz y una de nata fresca. Haga un delicado masaje en la cara con la crema resultante y elimine el exceso con un algodoncito embebido en agua de rosas. Este preparado se puede conservar en la nevera como máximo cuatro días.

CREMA EMOLIENTE E HIDRATANTE PARA EL ROSTRO
Tome una buena crema neutra y mézclela con cincuenta gramos de mucílago de malva y diez gotas de aceite esencial de caléndula. Póngase este preparado el rostro dos veces la día como mínimo. El producto se puede conservar un mes en la nevera.

CREMA NUTRITIVA PARA LAS MANOS
Mezcle dos cucharadas de aceite de almendras dulces, cincuenta gramos de crema neutra y cuarenta gotas de aceite esencial de violeta. Utilice esta crema en las manos y en el cuerpo para tener una piel suave y evitar que se agriete.

TÓNICO
Lleve a ebullición doscientos mililitros de agua, añada cincuenta gramos de pétalos de rosa y deje en infusión durante un cuarto de hora. Cuele la infusión, déjela enfriar completamente y consérvela en la nevera cuatro o cinco días como máximo. Se trata de la conocida agua de rosas que se vende ya preparada.

MASCARILLA FACIAL
La agrimonia se utiliza mucho para eliminar las espinillas y purificar la piel grasa. Se necesitan dos cucharadas de flores secas de agrimonia y cinco de yogur descremado mezclado con dos cucharadas de jarabe de azúcar. Póngalo todo en un cazo y caliéntelo al baño maría. Sáquelo del fuego cuando haya alcanzado la consistencia de una crema. Deje que se enfríe completamente y retírelo con la ayuda de agua templada. Esta mascarilla no se

conserva, por lo que hay que prepararla cada vez que se quiera usar.

LOCIÓN PARA EL CUERPO

Utilice un tónico neutro o agua de rosas como base y emulsiónelo con cinco gotas de aceite de sándalo, dos cucharaditas de café de miel y cinco cucharadas de aceite de almendras. Fricciónese el cuerpo con esta loción después del baño. Esta loción no se conserva, por lo que hay que prepararla cada vez que se quiera usar.

Resumen:

- Para una bruja es más importante estar bien consigo misma que parecer guapa o sexy.
- Para que un cosmético sea bueno, debe ser natural.
- Se debe hidratar la piel del rostro.
- Para el cuerpo hace falta un cosmético que hidrate y nutra la piel.
- Para los cabellos hay que utilizar productos naturales y no agresivos.
- Se deben eliminar las callosidades, los hongos y las cutículas de los pies.
- Para las manos hay que utilizar crema hidratante con mucha frecuencia.

LECCION 7. LA FARMACIA DE LAS BRUJAS

LA FITOTERAPIA

Las brujas han sido temidas desde la edad media por su profundo conocimiento de las propiedades de las plantas medicinales y por su capacidad para preparar tisanas, ungüentos, pomadas y otros fármacos naturales. Fue precisamente este saber lo que desencadenó su persecución, sobre todo en zonas donde no había médicos. Y esto porque basta una dosis equivocada para que uno enferme en lugar de curarse. Además, en tiempos remotos, sobre todo, era muy estrecha la relación entra la medicina popular y la magia. Las brujas proporcionaban, por otra parte, preparados a base de hierbas, pero también utilizaban códigos basados en señales, gestos, plegarias y rituales muy precisos.

Sin embargo, los defensores de la medicina oficial también utilizaban las hierbas. Hasta la aparición de la química y la creación de sustancias de síntesis eran sobre todo los monjes quienes cultivaban y preparaban las hierbas necesarias para recuperar la salud.

Fue en el siglo XIX cuando se empezó a investigar científicamente sobre las propiedades de las raíces, bayas, flores y rizomas, se aislaron los principios activos y se confirmo la presencia de sus propiedades curativas, algo que nuestros antepasados sabían por otros procedimientos desde hacia mucho tiempo. La ciencia puedo entonces explicar que en una determinada planta existen compuestos químicos particulares capaces de curar una determinada dolencia, pero, como hasta entonces los mecanismos de curación eran absolutamente desconocidos, esas propiedades habían estado rodeadas de un halo de magia. A menudo se pensaba en el origen divino de las plantas y en unos seres superiores que les otorgaban las propiedades necesarias para que pudieran curar.

En la actualidad disponemos de medicinas para casi todas las patologías, si bien muchas personas sostienen que no solo es posible, sino ventajoso, redescubrir los "remedios de la abuela". Eso puede estar bien, pero también aquí hay que hacer uso del sentido común: es evidente que para tratar enfermedades graves la fitoterapia no puede sustituir la medicina oficial (de hecho, si se desconoce el diagnostico y para determinadas patologías, siempre es preferible consultar al medico para recurrir a terapias caseras). Esta claro que no se pueden sustituir ciertos fármacos químicos: quien necesita insulina todos los días no puede ni debe limitarse a beber una tisana, quien se hace una herida grave debe hacer uso de antibióticos y no de cataplasmas, quien es hipertenso debe tomar un betabloqueante y no fiarse solamente de una decocción.

Sin embargo, en caso de patologías que no ponen en peligro nuestra vida, como resfriados, inflamaciones leves, torceduras, dolores reumáticos, ansiedad, insomnio, etc. Se puede evitar la ingesta de sustancias químicas potencialmente toxicas, (¿nunca ha leído el

aviso "efectos secundarios" en los prospectos de los medicamentos?)
Todos loe remedios que se indican en las paginas siguientes utilizan productos que se pueden encontrar fácilmente en las herboristerías y su precio no es exagerado. Solo es necesario tomar algunas precauciones, como por ejemplo no conservar mucho las hierbas mucho tiempo, pues, por regla general, transcurridos seis meses de su recolección pierden sus principios activos.
Hay que cuidar mucho su forma de conservación para evitar que se enmohezcan, se sequen en exceso o se estropeen. Lo ideal es guardarla en tarros de cristal oscuro y comprar cantidades limitadas cuando se necesitan.
De todas formas, las hierbas tardan más en lograr la curación que los fármacos. Si, por ejemplo, un dolor reumático pasa al cabo de unos veinte minutos con un antiinflamatorio químico (aunque luego vuelva a presentarse puntual al día siguiente), una cura con arpagofito suele hacer efecto (de forma duradera) al cabo de un par de semanas.

Veamos ahora algunas recetas simples para curar las dolencias más comunes. Recordemos que las preparaciones deben ser frescas y que, a menos que contengan también alcohol, se pueden conservar en la nevera un par de días como máximo.

DOLOR DE GARGANTA, TOS, RESFRIADOS, CATARRO…

- Poción estimulante a la canela…

En el caso de enfermedades bronquiales, resfriados, catarros o tos persistente, se puede tomar una cucharada de este preparado cada hora. Se mezclan cien mililitros de vino tinto calidad superior, cincuenta de coñac, cincuenta de jarabe de naranja amarga, cuatro de extracto de china y diez de tintura madre de canela.

- Decocción de cuatro frutas…

También para curar las afecciones bronquiales, como la tos y el catarro, se puede preparar una decocción poniendo a hervir durante media hora en un litro de agua veinte gramos de pulpa de dátiles, veinte de azufaifo, veinte de higos secos y veinte de pasas. Se cuela la decocción y se bebe caliente. Se puede conservar en la nevera tres o cuatro días…

- Miel balsámica de pino…

Para combatir el catarro y liberar la vías respiratorias de pueden tomar a demanda dos cucharaditas de miel balsámica, sola o disuelta en un poco de leche templada. Para obtener miel balsámica se ponen a hervir durante una hora quinientos gramos de yemas de pino en un litro y medio de agua. Luego se cuela y se añaden setecientos gramos de miel. Se disuelven al baño maría y se mezcla bien haciéndolo hervir cinco minutos.

FIEBRE Y GRIPE

- Decocción de corteza de china…

Se hierven cinco gramos de corteza en polvo en cien mililitros de agua durante media hora y se cuela de inmediato, en caliente. Es eficaz en caso de fiebre alta o de dolores abdominales y de estomago. Conviene endulzar la decocción con un poco de miel, porque es bastante amarga, se pueden tomar como máximo tres tazas al día.

- Polvos febrífugos de corteza de china…

Estos polvos febrífugos, que se toma con una taza de leche, se preparan cuando aparece una fiebre intermitente que causa debilidad. Basta mezclar dos gramos de polvo de china, medio de canela en polvo y medio de jengibre, también en polvo.

DIGESTIONES LENTAS Y PESADAS

- Tisana de laurel…

Normaliza las funciones gástricas y facilita el trabajo del estómago en caso de digestiones difíciles. Deben ponerse a macerar durante dos horas diez gramos de hojas de laurel, diez de hojas de menta y ocho clavos de olor en un litro de agua. A continuación de lleva a ebullición y se deja hervir una hora mas o menos. Se cuela y se conserva en la nevera tres o cuatro días.

- Vino medicinal de genciana…

Se ponen a macerar treinta gramos de flores de genciana en trescientos mililitros de alcohol de sesenta grados durante un día entero. Se añade seguidamente un litro de vino tinto, se remueve y

se deja diez días en infusión. Se cuela antes de beber. Es indicado como aperitivo o como digestivo.

INFLAMACIONES DE LA CAVIDAD ORAL

- Desinfectante oral de granada...

Se prepara una infusión con la cáscara de la fruta y se hacen gárgaras para eliminar una inflamación en la boca o en la garganta. Se ponen a hervir diez o doce gramos de cáscara en un litro de agua durante diez minutos. Ates de colarla hay que dejarla enfriar completamente. Se puede conservar en la nevera cuatro días como máximo.

- Gargarismos para la higiene buco-oral cotidiana…

Contra el dolor de garganta y las inflamaciones de la cavidad oral, pero también simplemente para desinfectar un poco la boca por la mañana y por la noche, se deben poner a hervir diez gramos de hojas de salvia, diez de pétalos de rosa canina y diez de hojas de pulmonaria en un litro de agua durante cinco minutos. Se deja enfriar y se cuela. Está bien hacer gárgaras por lo menos dos veces al día, pero lo ideal sería cuatro veces.

AEROFAGIA Y METEORISMO

- Infusión de laurel…

Sirve para expulsar los gases intestinales, favorece la sudoración, tiene propiedades tónicas y fortalece el estómago. Para obtenerla, se ponen diez gramos de hojas de laurel, una cucharada de flores de melisa y una de hojas de tomillo y menta en agua hirviendo, y se tapa el recipiente; después se deja reposar hasta que esté fría y se cuela. Conviene exprimir al máximo para que no se pierdan los principios activos de las platas. Se bebe a sorbos durante todo el día.

- Carbón vegetal de abedul…

Contra las flatulencias y el meteorismo se toman una o dos cucharadas de carbón vegetal de abedul después de las comidas. El carbón es el absorbente mas poderoso conocido. De hecho, inhibe, neutraliza tanto a las bacterias que producen gas como a las toxinas.

HALITOSIS

- Extracto de enebro y albahaca…

Esta receta, que es conocida durante muchos siglos, es muy útil para quien padece el enojoso problema de la halitosis. Deben machacarse en el mortero cincuenta gramos de bayas frescas de enebro, treinta de hojas frescas de albahaca y quince de corteza de regaliz previamente dejada en remojo durante horas. Se pone esta mezcla en un trozo de lienzo fino y se exprime para que salga todo el líquido. Se conserva en la nevera. Tras lavarse los dientes después de las comidas de toman diez gotas de este extracto disueltas en una taza de agua caliente.

CONTUSIONES, CARDENALES, DISTORSIONES

- Aceite de laurel…

En un litro de aceite de oliva virgen extra obtenido de la presión en frio, se ponen a macerar cien gramos de drupas, ligeramente machacadas, durante treinta días. Se usa para dar masajes en aquellas partes del cuerpo que han sufrido contusiones o torceduras, para ablandar las hemorroides y también contra los reumatismos.

- Aceite medicinal de hipérico…

Se puede hacer con el hipérico un aceite contra las torceduras y las quemaduras. Se ponen a macerar e aceite de oliva virgen extra, prensado en frio, un puñado de flores de hipérico; se filtran al cabo de un mes como mínimo y se mezclan con canela, macis y ruda. Se puede conservar en frasco o en una botella de cristal oscuro hasta un año.

- Tintura alcohólica…

Macerado en alcohol, el romero sirve para friccionar partes doloridas a causa de caídas, hematomas o contusiones. Se preparan en infusión doscientos cincuenta gramos de flores de romero en medio litro de alcohol puro y se deja macerar veinte días. Después se cuela y se conserva en frascos de cristal oscuro. Se impregna una gasa con el alcohol y se frota delicadamente la zona dolorida.

CANSANCIO DE PIES

- Pediluvio de menta y albahaca…

Veinte gotas de aceite esencial de menta y diez de aceite esencial de albahaca mezcladas con dos cucharadas de sal gruesa en agua

alejan los dolores ocasionados por el cansancio y también el mal olor.

CALAMBRES Y ESPASMOS MUSCULARES

- Tisana antiespasmódica de naranjo…

Elimina los espasmos musculares debido a tensiones, nerviosismo y ansiedad. En un litro de agua caliente se ponen a macerar dos gramos de hojas de azahar y dos de hojas de tilo. Se añade azúcar y se bebe una taza cada hora. Esta tisana puede conservarse en la nevera un par de días como máximo.

DOLORES ARTRÍTICOS, ARTROSIS, REUMATISMOS

- Cataplasma de linfa de abedul…

Con la linfa de abedul se hacen cataplasmas para curar los dolores provocados por la artrosis, las distensiones de los ligamentos y las contusiones. Se mezcla harina blanca y semillas de lino, y se hace una pasta con la linfa de abedul. A continuación se aplica sobre la parte dolorida.

- Alcohol de limón…

Sirve para friccionar las partes doloridas. Se dejan macerar cincuenta gramos de corteza fresca de limonero en cien mililitros de alcohol de ochenta grados.

PICADURAS DE INSECTOS

- Ungüento de cáscaras de limón…

Contra las molestas irritaciones provocadas por las picaduras de mosquitos y otros insectos se puede utilizar este ungüento que se aplica sobre la parte afectada. Se ralla muy finamente la cáscara de un limón, que lógicamente debe proceder de cultivos biológicos, y se le añaden cincuenta gramos de glicerina y dos gotas de aceite esencial de pino. En la nevera se puede conservar casi un mes.

INSOMNIO

- Tisana relajante con valeriana…

En una taza de agua hirviendo se pone una pizca de flor de tilo, cinco gramos de hojas de naranjo, una cucharadita de inflorescencias de manzanilla y una de valeriana. Se deja todo en infusión algunos minutos y se cuela. Para que tenga un efecto relajante y vagamente hipnótico hay que beber de dos o tres tazas al día.

- Infusión con menta…

Se toman diez gramos de hojas de menta, diez de flores de manzanilla, diez de flores de lavanda y diez de hojas de melisa, y se deja en infusión con un litro de agua recién hervida. Se tapa, se deja reposar toda la noche y a continuación se cuela. Se pueden beber hasta tres tazas antes de acostarse. Esta infusión puede conservarse en la nevera tres días como máximo.

ANSIEDAD, NERVIOSISMO, AGITACION…

- Infusión de flores de azahar…

La medicina tradicional utiliza la infusión endulzada de flores, que producen los mismos efectos calmantes que el agua de flores de azahar. Para obtenerla, se echan quince gramos de flores de azahar en un litro de agua hirviendo, se tapa el recipiente y se deja reposar hasta que se enfríe; luego se cuela mientras se exprime bien para que no se pierdan los principios activos de la planta. La dosis recomendada es de dos tazas antes de acostarse, pero se puede tomar también cuando uno siente ansiedad o está nervioso por cualquier motivo. Además de sus efectos calmantes y ansiolíticos, puede ayudar en las crisis de pánico. Esta infusión se puede conservar en la nevera tres días como máximo.

DOLORES MENSTRUALES…

- Decocción de laurel…

Se ponen diez gramos de flores de aquilea, cinco hojas de laurel, cuatro o cinco trozos pequeños de jengibre, diez gramos de salvia y diez de inflorescencias de manzanilla en infusión dentro de una taza con agua hirviendo durante diez minutos; a continuación, se cuela. Se pueden beber hasta cuatro tazas al día. Esta decocción se conserva en la nevera durante tres días.

INFECCION DE LAS VIAS URINARIAS Y CISTITIS…

- Tisana de manzana…

En caso de inflamación de las vías urinarias se puede preparar una tisana con manzanas. Sin pelarla, simplemente troceándolas, se

ponen a macerar cincuenta gramos de manzana en un litro de agua durante dos días. Después se hierven durante una hora más o menos y se cuelan. Esta tisana se guarda en la nevera y puede aguantar tres o cuatro días.

RETENCIONES DE LÍQUIDO, PRESION ALTA, DIURESIS INSUFICIENTE

- Infusión diurética de cerezas…

Para una correcta función diurética, o en caso de tener la presión alta, se ponen treinta gramos de pedúnculos de cereza en un litro de agua recién hervida. Se tapa el recipiente y se deja reposar hasta que se enfríe, entonces se puede colar. Mientras se cuela conviene exprimir bien el residuo para que no se pierdan los principios activos de la planta. Se pueden consumir de una a tres tazas diarias según demanda. Se puede conservar en la nevera tres días.

- Decocción diurética de granada…

La película amarilla que envuelve los granos de la granada tiene propiedades diuréticas. Se prepara una decocción con unos cincuenta gramos, se deja hervir durante media hora en un litro de agua y se cuela cuando se haya enfriado. Como es un poco amarga, se aconseja endulzar la decocción con un poco de miel. Se puede beber dos tazas al día. En la nevera puede aguantar hasta tres días.

RONQUERA

- Inhalaciones con aceite esencial de bergamota…

Este aceite esencial es un remedio infalible contra la afonía. Se ponen tres gotas en agua hirviendo con otras tres de aceite esencial de eucalipto, pinto y tomillo, y se hacen inhalaciones…

PRURITO Y ERITEMA

- Alcohol alcanforado…

Para las enfermedades pruriginosas propias de los niños, como el sarampión, la varicela o la escarlatina, es un sustituto eficaz del alcohol mentolado y se usa para hacer fricciones externas con un poco de algodón. La receta es: diez gramos de alcanfor, setenta mililitros de alcohol de noventa y cinco grados y veinte de agua. En botellas de cristal oscuro se puede conservar hasta un año.

- Aceite de almendras y cortezas de olmo…

Para actuar contra la dermatitis, la dermatosis y el herpes se puede aplicar un excelente aceite que se obtiene poniendo al baño maría cincuenta gramos de corteza de olmo triturada con doscientos cincuenta mililitros de aceite de almendras. Se deja hervir a fuego lento durante dos horas y luego se cuela. Se puede conservar en botellas de cristal oscuro hasta seis meses.

CANSANCIO

- Elixir reconstituyente de canela…

Hay quien lo llama también elixir de Todd. Se mezclan cuarenta mililitros de aguardiente, cinco de tintura de canela, treinta de jarabe de azúcar y setenta y cinco de agua. Se emulsiona todo y se toma a cucharadas como un jarabe.

ESTREÑIMIENTO

- Infusión de casia…

Para obtener este laxante se ponen cinco gramos de hojas de casia en infusión durante diez minutos en cien mililitros de agua recién hervida. Se tapa el recipiente y se deja reposar hasta que se enfríe, luego se cuela. Conviene exprimir mientras se cuela para que no pierdan los principios activos de la planta. Dos tazas al día son suficientes. Se cuela y se toma la primera taza por la mañana, en ayunas, y la otra durante el día.

- Infusión de arraclán…

Se usa como laxante porque no causa irritaciones intestinales. Se hace una infusión con cinco gramos de arraclán en ciento cincuenta mililitros de agua recién hervida. Se tapa el recipiente, se deja enfriar y luego se pone a macerar durante cuatro horas antes de colarlo. Durante la operación de filtrado hay que exprimirlo bien para que no se pierdan los principios activos de la planta. Se pueden beber de dos a cuatro tazas al día.

LLAGAS, HERIDAS, GRIETAS, ÚLCERAS, QUEMADURAS

- Decocción de semillas de membrillo…

Se toman cincuenta granos de semilla de membrillo y se ponen a hervir en doscientos mililitros de agua durante dos horas. La

decocción así obtenida es útil contra las grietas en los pezones cuando se está amamantado y par las fiebres labiales. Se puede conservar en la nevera de cuatro a seis días.

- Cataplasma de avellano…

La ulceración de las venas varicosas se puede remediar con cataplasmas de corteza de avellano. Se toman cien gramos de corteza y se ponen a hervir en agua durante diez minutos, a continuación se espesan con harina de habas o de semillas de lino hasta obtener una pasta bastante densa. Se hace la cataplasma poniendo la pasta en un trapo que se cierra bien. Se aplica sobre las partes que duelen.

ACNÉ Y GRANOS

- Decocción de bardana y árnica…

Se hierven quinientos mililitros de agua, diez gramos de flores de bardana y diez de pétalos de árnica durante media hora. Se cuela mientras está caliente. Se impregna un algodón hidrófilo y se aplica sobre el rostro o sobre el grano que debe madurar. Es conveniente repetir la operación varias veces. Se usa también para curar furúnculos. El preparado se puede conservar en la nevera de cinco a seis días.

CONJUNTIVITIS E INFECCIONES OCULARES

- Infusión para cataplasmas…

En doscientos mililitros de agua recién hervida se echan veinte gramos de flores de lis y diez de agrimonia. Se cuela y se deja enfriar. Con gasa estéril se pueden preparar cataplasmas para tratar los ojos irritados. Este preparado se puede conservar en la nevera durante dos días.

LAS FLORES DE BACH

El médico inglés Edgard Bach (1886-1936) que dedicó toda su vida al estudio y a la investigación, logro descubrir y seleccionar algunas esencias florales, treinta y ocho para ser exactos, susceptibles de influir positivamente en la psique y "curar" emociones negativas y paralizantes. Disponibles en herboristerías y también en algunas farmacias, las flores de Bach se venden en forma de gotas, que deben ponerse bajo la lengua o beberse con agua mineral natural, aunque también se puede utilizar mediante difusores como las esencias. Veamos brevemente cuales son y que curan:

1. Agrimony (agrimonia): ayuda a forjar la personalidad, a no esconder el verdadero yo y a no evitar la confrontación de carácter constructivo.
2. Aspen (álamo alpino): combate los temores infundados e irracionales como el miedo a la oscuridad y a la magia.
3. Beech (haya): abre el dialogo, evita las criticas destructivas y la intolerancia. Ayuda a fomentar la paciencia.
4. Centauro (centaura menor): sirve para no ser excesivamente accesible y dependiente a los demás, ayuda a reivindicar los espacios propios y a defender la dignidad, y a reconocer las capacidades propias.
5. Cerato (plombagina): aumenta la confianza e la propia capacidad de juicio, refuerza el carácter y favorece el sentido de la responsabilidad a la hora de tomar decisiones.
6. Cherry Plum (mirobálano o ciruelo asiático): combate la impulsividad y el miedo a perder el control del cuerpo y la mente.
7. Chesnut bud (yema de castaño de Indias): ayuda a no repetir los mismos errores y favorece la predisposición a aprender cosas nuevas.
8. Chicory (achicoria silvestre): combate la inseguridad y la obsesión. Es útil para quien tiene un carácter dominante y tendencias manipuladoras, sobre todo en lo que respecta a los hijos y a la pareja.
9. Clematis (clemátide): es útil para quienes huyen de la realidad y se crean un mundo de fantasía en el que se refugian para evadirse de las dificultades cotidianas. Contribuye, además, a aumentar el sentido de la realidad y la concentración.
10. Crab Apple (manzano silvestre): combate el sentido exagerado de vergüenza y de culpa de quien no se acepta tal como es y no tiene confianza en sus propias posibilidades.
11. Elm (olmo ingles): es útil para todos aquellos que no se sienten a la altura de lo que creen que deberían hacer, están confusos y no encuentran la fuerza para seguir adelante y para tomar decisiones importantes.

12. Gentian (meliloto): combate el escepticismo excesivo, la desconfianza y el pesimismo, la depresión y el sentido de incapacidad para superar los obstáculos.
13. Gorse (aulaga): combate la desesperación, la depresión, la resignación, el cansancio interior y las pocas ganas de vivir.
14. Heater (erica): sirve a todos aquellos que afirman no ser bastantes queridos, que tienen miedo a la soledad y al abandono, y a quienes tienden a agigantar sus problemas.
15. Holly (acebo): ayuda contra el deseo de venganza, la rabia, la envidia, los celos, las manías de persecución y la desconfianza.
16. Honeysuckle (madreselva): combate la pena, los sentimientos excesivos de nostalgia por lo que ya no está, el recuerdo obsesivo del pasado en detrimento del presente.
17. Hornbeam (carpe blanco): ayuda contra el cansancio físico y psíquico, la excesiva fatiga mental, el estrés y el aburrimiento existencial.
18. Impatiens (flores de cristal): combate la impaciencia, la impulsividad, la irritabilidad y el deseo de realizar todo de inmediato sin preocuparse por los ritmos de los demás.
19. Larch (lárice): sirve para combatir la escasa confianza en uno mismo, el sentido de inferioridad, de incapacidad y de impotencia. Ayuda a concentrarse en el camino a seguir para alcanzar los objetivos.
20. Mimulus: ayuda a superar la timidez excesiva, la hipersensibilidad y la lucha contra las fobias a la oscuridad, la suciedad, los lugares cerrados, etc.
21. Mustard (mostaza): combate la melancolía, la introversión y el sentido de opresión; ayuda a restablecer un clima de serenidad y de confianza en la vida y en el prójimo.
22. Oak (encina): sirve para todos aquellos que se sienten excesivamente responsabilizados por el deber, que son severos e inflexibles consigo mismos, que afirman ser indispensables e insusceptibles; a quienes quieren hacerse cargo de todo, aunque escondiéndolo a su entorno más cercano, motivo por el cual se sienten cansados, agotados, exhaustos.
23. Olive (olivo): ayuda en caso de fatiga física e interior desmesurada, especialmente después de un acontecimiento dramático (luto, divorcio, enfermedad, estrés, etc.)
24. Pine (pino silvestre): combate el sentido excesivo de culpabilidad, la constante autocritica, la desconfianza absoluta en las propias posibilidades.
25. Red chestnut (castaño rojo): combate la ansiedad, las preocupaciones, los miedos y la angustia exagerada respecto a las personas amadas y a los familiares.
26. Rock rose (heliantemo): ayuda en las crisis de pánico a quienes sienten miedos no motivados y tienen afectado el sistema nervioso. Sirve para fomentar sentimientos de seguridad y valentía.
27. Rock wáter (agua de manantial): combate la excesiva auto exigencia, la obsesión por la forma física; ayuda a relajarse y a no ser demasiado exigente ni con uno mismo ni con los demás.
28. Scleranthus (escleranto): ayuda a quienes se muestran indecisos, inconstantes e insatisfechos de sus propias decisiones, no muestran flexibilidad mental y tienen un humor inestable.
29. Star of Belem (estrella de belén): combate las inseguridades, la infelicidad, la tristeza y la desolación causadas por hechos trágicos y traumáticos, incluso lejanos.
30. Sweet chestnut (castaño dulce): sirve para quienes son presa de una profunda desesperación, sienten un profundo vacío, un enorme estrés mental, y se ven incapaces de seguir adelante.
31. Vervain (verbena): es útil en caso de entusiasmo o celo exagerado e hiperactividad estresante hasta el agotamiento.
32. Vine (vid): combate la ambición desmesurada, la sed de poder, la tiranía, el sentido de autoridad exagerado y la incapacidad para fiarse de los otros y delegar.
33. Walnut (nuez): combate la inseguridad, la indecisión y la preocupación desmesurada por el juicio que hagan los demás, favorece el cambio y facilita la transición de lo viejo a lo nuevo.
34. Wáter violet (violeta de agua): ayuda a aquellos que se sienten superiores a los demás, a los que se quedan solos a causa de su arrogancia y a los que les cuesta relacionarse con el prójimo.
35. White chestnut (castaño de indias): favorece la eliminación de los pensamientos obsesivos y ayuda a redimensionar los problemas y a mirar las cosas con cierta distancia.
36. Wild oat (avena silvestre): ayuda a aquellos que no saben qué camino seguir, sienten inseguridad ante su futuro y sufren ansiedad y depresiones debido a la tensión de no saber como actuar.

37. Wild rose (escaramujo): combate la apatía, la resignación, el sentido de rendición interior, la tristeza latente, el cansancio existencial y la falta de interés por las cosas cotidianas.
38. Wilow (sauce): favorece la lucha contra la amargura, el victimismo, la rabia, el rencor, la envidia por la suerte ajena y la incapacidad para disfrutar de los meritos propios.

Resumen:

- La fitoterapia es la búsqueda de un método natural de curación.
- Con la fitoterapia se curan algunas enfermedades que no son particularmente graves pero si molestas.
- Cuando se esta enfermo hay que ir al medico para curarse y luego decidir si se acude también a la fitoterapia.
- Las hierbas se venden en las herboristerías y a veces en las farmacias.
- Las flores de Bach son remedios naturales.

LECCION 8. LOS AMIGOS VISIBLES DE LAS BRUJAS

Como ya hemos dichos varias veces, las brujas son personas que viven en estrecho contacto con la naturaleza, la aman, la respetan y extraen de esta Gran Madre generosa su sustento y los materiales necesarios para las prácticas rituales y mágicas.
Según la tradición, la magia se vale de algunas "ayudas" fundamentales que pueden ser consideradas, a todos los efectos, amigas de las brujas. Amigas visibles, pues también existen las ayudas y los apoyos invisibles, pero de estos hablaremos mas adelante en la lección 9.
Los amigos visibles de las brujas son:

- Flores y plantas
- Piedras y cristales
- Animales

FLORES, PLANTAS, ÁRBOLES Y HIERBAS…

Desde siempre la magia ha recurrido a las hierbas y a las flores para realizar rituales, ofrendas, filtros y pociones. De hecho, cada hierba tiene un significado simbólico preciso y posee una particular vibración energética que la caracteriza, además de unos principios activos que pueden curar problemas físicos y espirituales.
Para todas aquellas aplicaciones que se pueden definir como de uso externo, es posible que uno mismo recoja las hierbas que necesita, pero, en el caso de tisanas, decocciones y otros preparados, es siempre preferible adquirirlas en las herboristerías para estar seguras de que no son nocivas. Se pueden utilizar tanto frescas como secas.
En el primer caso, las flores pueden adornar el altar, dentro de un jarrón de cristal blanco, o bien se pueden dejar las corolas flotando en el agua dentro de un recipiente transparente. Para el segundo caso, se puede optar por aprender a secar las flores, que se queman junto al incienso sobre el carboncillo para realizar las fumigaciones rituales, o por comprarlas directamente en la herboristería, si bien no todas las que se utilizan en la magia pueden encontrarse en el mercado, porque cuando no cuentan con poderes terapéuticos no se ponen a la venta.
Las plantas más comunes, como el romero, la salvia, la albahaca o la lavanda, se pueden comprar en los supermercados o en los centros de jardinería, o bien se pueden cultivar en la terraza: en general, requieren pocos cuidados y, a cambio, ofrecen buenos servicios. Cuando nuestras plantas tengan muchas hojas, se eliminan algunas y se pone cierta cantidad a secar en una bolsita de papel, que se cuelga en un lugar cubierto pero aireado, como por ejemplo una terraza.

El poder de las flores:

- Amapola. Aumenta el vigor y la fuerza
- Artemisa. Protege las relaciones sentimentales.
- Brezo. Purifica y protege.
- Espino blanco. Propicia felicidad y suerte.
- Flor de lis. Favorece la fertilidad y la felicidad conyugal.
- Genciana. Conserva la salud.
- Ginesta. Favorece la entrada de dinero.

- Girasol. Aporta suerte y riqueza.
- Jazmín. Ayuda frente a la tristeza y los problemas sentimentales.
- Lirio. Proporciona pureza y claridad mental.
- Madreselva. Aleja los problemas del corazón.
- Prímula. Purifica y atrae las energías positivas.
- Rosa. Aumenta la propia fascinación y predispone el amor.
- Verbena. Favorece los sentimientos.

El poder de las plantas:

- Albahaca. Aleja la pobreza, también espiritual.
- Estragón. Protege del mal y de las malas lenguas.
- Laurel. Protege frente a la negatividad.
- Mejorana. Aleja las desgracias y los accidentes.
- Melisa. Proporciona serenidad y aleja los problemas.
- Menta. Favorece el amor y la fertilidad.
- Orégano. Protege de la negatividad y de los accidentes.
- Romero. Purifica, protege, cura y favorece el amor.
- Salvia. Proporciona salud y prosperidad.
- Tomillo. Alivia los sufrimientos y protege.

El poder de las hierbas oficinales:

- Aquilea. Ayuda en la curación incluso espiritual.
- Angélica. Aleja la negatividad.
- Artemisa. Favorece los sueños proféticos.
- Betónica. Protege de los accidentes y de los imprevistos.
- Borraja. Aleja enfermedades y desgracias.
- Diente de león. Protege y purifica; en flor proporciona dinero.
- Hipérico. Protege contra cualquier cosa.
- Lavanda. Favorece la felicidad y protege del mal.
- Lúpulo. Hace que las uniones sean estables.
- Malva. Purifica y calma.
- Malvavisco. Favorece la paciencia y ayuda a soportar las desgracias.
- Manzanilla. Favorece la buena suerte y la entrada de dinero.

El poder de los árboles:

- Abeto. Propicia la felicidad y la buena suerte.
- Abedul. Protege de enfermedades y tristezas.
- Acacia. Aleja la negatividad.
- Acebo. Vuelve estables y solidas a las personas.
- Avellano. Proporciona prosperidad y abundancia.
- Castaño. Proporciona estabilidad y seguridad.
- Encina. Protege de las enfermedades, el cansancio y los enemigos.
- Fresno. Asegura felicidad, estabilidad y justicia.
- Manzano. Aumenta el conocimiento estérico.
- Nogal. Da fuerza, estabilidad y poder.
- Sauce. Proporciona sabiduría y clarividencia.

El poder de las especias:

- Anís. Aporta dinero y fertilidad.
- Azafrán. Aporta dinero y prosperidad.
- Canela. Favorece la riqueza y la amistad.
- Cardamomo. Ayuda en la defensa contra los enemigos.
- Clavo de olor. Atrae la fertilidad y el bienestar.
- Comino. Favorece las entradas de dinero y las ofertas laborales.
- Cúrcuma. Proporciona alegría y serenidad.
- Enebro. Protege y asegura felicidad.
- Guindilla. Defiende de los peligros y de los enemigos.
- Jengibre. Aumenta los poderes espirituales.
- Mostaza. Ayuda a distinguir lo verdadero de lo falso.
- Nuez moscada. Favorece la evolución espiritual.
- Pimienta. Aleja los disgustos y los problemas.

PIEDRAS, MINERALES Y CRISTALES…

Es indudable el poder de las piedras y de los cristales: todo lo que vive esta formado por minerales, y sin ellos no podría existir la vida. Los cristales y las piedras son algunas de las cosas mas antiguas y fascinantes que se pueden encontrar. Prueba de ello es que, para expresar algo único y precioso, se regalan joyas adornadas con piedras, y las coronas de los reyes y las tiaras papales siempre se han embellecido con gemas raras. Los minerales se pueden encontrar en nuestro planeta tanto en los estratos superficiales de la capa terrestre (minas, yacimientos, y bocas volcánicas) como en su interior. Por lógica, ya que son raros, algunos son más preciosos

que otros, como por ejemplo los rubíes, esmeraldas o diamantes, pero hay otros, en cambio, que son más comunes y se pueden adquirir a precios muy asequibles. Todos los cuarzos se encuentran en estado bruto o pulido en forma de guijarros de pequeñas dimensiones: en este caso será más fácil adquirirlos y utilizarlos en las prácticas rituales. Han sido muchas las civilizaciones que han utilizado los cristales con finalidad terapéutica, ritual, adivinatoria y protectora, tantas que, según algunos estudios, la utilización de los cristales se remonta unos 8000 años en el tiempo y se dio por primera vez entre los nativos americanos. Por lo que se respecta a las piedras, se han recuperado objetos hechos a mano pertenecientes al Paleolítico. Los cuarzos, al igual que las piedras preciosas, son excepcionales condensadores de energía, cuya fuerza depende de su conformación y sobre todo su color. Esa fuerza la transmite a quien oficia un ritual mágico, si bien para utilizarla de la mejor manera posible, hay que aprender a purificar y recargar los cristales.

- **La purificación de un cristal:**

Antes de utilizar un cristal, sobre todo con fines terapéuticos, es conveniente eliminar las posibles negatividades que pueda haber absorbido. La purificación puede obtenerse por diferentes métodos:
-Se entierra la piedra durante siete días y siete noches en una maceta que contenga tierra de jardín.
-Se mete en una cajita y se recubre de sal gruesa; al cabo de tres días y tres noches, se enjuaga con agua corriente.
-Se expone el cristal al humo del incienso.

- **La recarga de un cristal:**

Si el cristal ha desprendido toda su energía, será necesario recargarlo. Esta operación se lleva a cabo mediante las energías de universo, que se pueden recuperar de diversas formas:
-Se expone la piedra a la luz del sol durante siete días.
-Se expone a la luna llena durante tres noches.
-Se pone el cristal en contacto con otros cristales mayores y más potentes.
-Se envuelve en un pañuelo y se deja a merced de la corriente de un rio, o mejor todavía, de un riachuelo.

El último método es un poco arriesgado, porque los cristales tienden, como si dijéramos, a "volver a casa" por lo que pueden resbalarse de la mano y salirse de su envoltorio y perderse en la naturaleza. Para evitar este inconveniente, basta con atarlos bien con un cordel o ponerlos en un cesto de pescador atado con una cuerda.

El poder de los cristales y de las gemas…

- Aguamarina. Aumenta los poderes mentales.
- Amatista. Favorece a meditación y los poderes espirituales.
- Cuarzo ahumado. Aumenta la resistencia física y psíquica.
- Cuarzo amarillo. Combate la depresión
- Cuarzo hialino. Aporta energía y aleja la negatividad.
- Cuarzo rosa. Atrae el amor y la benevolencia.
- Diamante. Proporciona la energía más pura.
- Esmeralda. Favorece las ganancias y da clarividencia
- Rubí. Da fuerza y seguridad.
- Topacio. Aleja la envidia y favorece la riqueza.
- Turmalina. Purifica y favorece la meditación.

Los poderes de las piedras:

- Ágata. Da valor y fuerza
- Coral. Aleja la negatividad.
- Granate. Aumenta el magnetismo físico.
- Hematites. Da fuerza física.
- Jade. Favorece la salud.
- Lapislázuli. Pone en comunicación con el plano espiritual.
- Malaquita. Favorece la entrada de dinero.
- Obsidiana. Dispersa la negatividad.
- Pirita. Aumenta la alegría de vivir.
- Turquesa. Protege del mal.

Resumen:

- En magia se usan flores y hierbas con vibraciones particulares.
- Las flores y las hierbas se utilizan como ofrendas rituales y como ingredientes de inciensos y tisanas.
- Los cristales son condensadores de energía.
- Las piedras se purifican usando sal gruesa.
- Piedras y cristales tienen poderes propios.
- Las brujas utilizan las piedras en los rituales mágicos y como amuletos.
- Las brujas usan las especias para aumentar la fuerza de los rituales.

LECCIÓN 9. Los amigos invisibles de las brujas

LOS SERES PEQUEÑOS

A menudo tenemos la sensación de no estar solos. Desde el ángel de la guarda en el que nos han enseñado a creer a los cristianos hasta los ovnis, nos resulta difícil pensar que estamos solos en el universo, que somos la única especie pensante, la dominadora, la mejor. Y así es, efectivamente: no estamos solos. Existe (aunque no tengamos pruebas científicas para demostrarlo) una tierra distinta, que algunos llaman "Tierra intermedia", habitada por criaturas fantásticas que, desde siempre, han despertado la fantasía y han explicado hechos y sucesos que de otra forma serían difíciles de comprender.

Elfos, gnomos, duendes, hadas y otras criaturas etéreas, tan pequeñas que pueden ocultarse bajo una seta o mirarse en las gotas del rocío caído sobre los pétalos de una flor, aparecen en los cuentos de tradiciones y culturas diversas, en las fabulas, en las grandes novelas de caballería, en toda la literatura denominada de fantasía.

Encontramos trazas de los seres pequeños en muchas culturas cristianizadas o no, célticas y africanas, nórdicas y sudamericanas, con características a menudo recurrentes. Entre estos seres hay dos categorías principales de exponer: los de la luz y los de las tinieblas. Los primeros viven en la tierra; los segundos, bajo ella. Los primeros son buenos, joviales, llevan vestidos brillantes y coronas de flores y estrellitas en sus cabellos, son sabios y casi siempre tienen los pies palmeados y deformidades que tratan de esconder a los hombres. Los otros son seres maléficos, viven en cavernas o en bosques espantosos e impenetrables, llevan barba y se visten con largas y tenebrosas capas oscuras y gorros puntiagudos de diferentes colores.

Suelen conocer y hablar el lenguaje de los animales, entre los cuales cuentan con amigos íntimos y enemigos acérrimos. El carácter de estos pequeños personajes varía, siguiendo el testimonio de tradiciones legendarias y de las distintas localidades. En general, se muestran extrovertidos y positivos con quien es bueno, pero adoptan un comportamiento opuesto con quien es malvado o carece de sentido de la responsabilidad; son de carácter particularmente inestables, tímidos y susceptibles hasta la exageración, a menudo son avaros y de temperamento melancólico, pero al mismo tiempo suelen ser risueños, bailarines, jocosos y amantes del canto alegre, como los enanos de blanca nieves. Por regla general, no superar los dos palmos de altura.

Los mejores exponentes de los seres pequeños forman parte de los espíritus elementales; en otras palabras, están en aquellas criaturas unidas a los cuatro elementos. Pero vamos a analizarlos con mayor detalle.

HADAS:

Con respecto al término hada, recordemos que, en general, la definición procedente del latín fata-orum, corresponde a "encantadora figura femenina de la mitología popular, dotada de poderes mágicos y generalmente beneficiosos". Las hadas son seres elementales dotados de un gran poder mágico y de un carácter particularmente benévolo.

De hecho, suelen acudir en ayuda de quienes son injustamente acusados, perseguidos por la desgracia o víctimas de una injusticia. Según la tradición, cuando nace un niño siempre está presente una o más hadas que le confieren dones particulares, dotes y talento, y también pueden influir en su vida. Las hadas se sienten atraídas de forma irresistible por todas las formas de la creatividad - el canto,

la hilatura, la pintura, la escritura o el cultivo de las flores – y sobre todo por las emociones profundas.
De forma somera, se pueden dividir en varias categorías. Según el elemento en el que viven son hadas de aire, del agua, de la tierra y del fuego.

GNOMOS:
Parece que el término gnomo deriva del latín tardío (siglo XIV) gnomus y se atribuye a la fantasía de Paracelso, que, según se dice, sintetizó con esta palabra el concepto del juicio y sabio. Se cree que existe una conexión con el griego gnomo ("inteligencia") y genomoi ("habitantes de la tierra").
Según la mitología nórdica, los gnomos nacieron del cadáver de Ymir, gigante primordial de la mitología germánica asesinado por los dioses Odino, Vili y Ve. Los trozos de su cuerpo sirvieron de materia prima para la creación del mundo.
En general, se considera que los gnomos son depositarios de conocimientos, tesoros y secretos antiguos; son todos ancianos y barbudos, conocen muy bien la naturaleza y cuentan con gran habilidad en lo referente a las técnicas de la mineralogía y de la metalurgia.
Según algunos expertos en los seres pequeños, los gnomos se encariñan fácilmente con las personas y se van a vivir cerca de sus casa; a cambio de un poco de tabaco para la pipa, unas gotas de vino y una galleta, ayudan a las personas de muchas maneras diferentes: "puede dejar las ofrendas para los gnomos delante de la puerta de casa, y si descubre que lo que ha dejado a desaparecido y en su lugar hay una hoja, una bellota o una piedrecilla de forma extraña, puede estar tranquilo porque significa que un gnomo a decidido ir a vivir cerca de usted. No tenga prisa por encontrarlo: será el quien decida como y cuando dejarse ver.

ELFOS:
Con respecto a los elfos, existe cierta confusión, pues, aparte de la subdivisión más o menos estandarizada (elfos de la luz, elfos de las tinieblas, elfos del crespúsculo), en sus fuentes suelen encontrarse indicaciones someras y contradictorias.
Según la definición clásica, en la tradición nórdica se distinguía entre bergaelfen (elfos de las montañas) waterelfen (elfos del agua) y wudueaelfen (elfos de la floresta). Los elfos de la tradición inglesa, graciosos espíritus femeninos, fueron adoptados en el siglo XVIII por la literatura alemana. Su soberano rey es el rey de los elfos. La palabra elfo es, por lo tanto, relativamente moderna y se afirma que deriva de helfin (chico).
Verlos es dificilísimo, y resulta casi imposible entrar en contacto con ellos. A veces, se puede oír un sonido muy dulce, que hace soñar: es la música élfica, el mayor don que una persona puede recibir de estas misteriosas criaturas porque, después de haber escuchado esa melodía, desaparecerá mágicamente toda la negatividad que pueda perseguirla.

DUENDES:
Los duendes son criaturas pequeñas que no acaban de estar bien definidas, son pequeños seres evanescentes, presentes muy a menudo en la tradición oral popular. Mientras los distintos tipos de elfos son descritos como criaturas pequeñas y concretas, los duendes son ectoplasmas, reflejos fugaces que no tienen sombra y no dejan huellas. Es emblemático el vínculo que hay entre el duende y el fuego fatuo, que hallamos en algunas tradiciones populares. Una característica propia de ellos es la de ser provocadores. Se cree, por ejemplo, todavía hoy que son duendes quienes en las montañas atan las colas a las vacas y roban su lecha apenas ordeñada.
Su nombre, en italiano folleto y en catalán follet, deriva del griego falena, pero hay quien lo hace derivar del latín fol, que significa "soplo de aire". De hecho, una de sus peculiaridades es su capacidad para esconderse en las corrientes de aire. Son grandes amigos de los animales y les encanta jugar con ellos.
Pero también les gusta muchos las personas, y se divierten gastándoles bromas, a veces pesadas, sobre todo si son muy serias, aburridas, egoístas, avaras y presuntuosas.
Los duendes esconden objetos, hacen tropezar en obstáculos inexistentes, provocan ideas extrañas y hacen decir cosas sin sentido, pero si le cogen simpatía a alguien, le ayuda de muchas maneras.
Tienen también la capacidad para transformarse en cualquier cosa: una ráfaga de viento, una flor, un animalillo, una brizna de hierba, una llamita… etc.

Características comunes:

Las criaturas que forman el mundo de los seres pequeños tienen algunas características comunes (relativa a lugares, tiempos y comportamientos), al margen de la tradición o cultura a la que pertenezcan:

- Viven en el llamado "Reino intermedio" que algunos definen también como "el mundo mas allá del mundo". Para otros estudiosos se trata de la mítica tierra de Avalon.
- Son espíritus elementales.
- Poseen inmensos tesoros, a veces custodiados por guardianes.
- Sus "viviendas" suelen estar siempre en alturas o colinas, hasta el punto de que se les llama Seres de las colinas.
- Se sienten a sus anchas también en lugares inaccesibles porque no están contaminados.
- En ocasiones regalan oro de su propiedad a las personas buenas. Según la leyenda, el recipiente con el oro de los seres pequeños está en el punto donde cae el arco iris.
- Por regla general, su aspecto es agradable y casi nunca horrible.
- A veces se sabe que no son humanos por alguna deformidad, sobre todo pies de cabra o de oca, cola, pezuñas…
- Les encanta bailar en círculo (sobre todo a las hadas y a los elfos). Donde han bailado suelen quedar huellas: hierba aplastada, círculos de setas blancas, etc.
- Con frecuencia ayuda a quienes tienen dificultades o a quien se ha perdido. Avisan de la caída de las avalanchas, etc.
- Se comida también es mágica: quien come de ella queda prisionero del "mundo más allá del mundo" y no puede regresar al mundo de la realidad.
- Cantan con voces bellísimas y melodiosas (en especial los elfos y las hadas).
- Muchos exponentes de los Seres Pequeños enseñan a las personas alguna actividad importante: hacer mantequilla, hilar, trabajar la leche y los productos de las abejas, los metales, etc.
- Según algunas fuentes, las hadas raptan a los hombres bellos, los encierran en castillos encantados y les borran la memoria de su vida terrenal.
- Algunos miembros del mundo de los Seres Pequeños se enamoran, a veces, de seres mortales; así puede suceder que sobre todo un hada decida renunciar a sus poderes para vivir un sueño de amor con un hombre. Estas relaciones, sin embargo, acaban casi siempre de forma trágica.
- A veces, sobre todo enanos y gnomos desfilan como si participasen en una procesión. En realidad están regresando de sus respectivos lugares de trabajo, los yacimientos d los minerales.
- Cuando se les pide, estos seres fantásticos pueden predecir el destino.
- A veces, sobre todo en el caso de las hadas, hacen de madrinas de personas destinadas a convertirse en personajes importantes.
- No es fácil observarlos porque su cuerpo está formado por elementos de la naturaleza (aire, agua, tierra y fuego) y con frecuencia son evanescentes.
- El tiempo de los Seres Pequeños es distinto al de los humanos: de hecho, unos pocos minutos vividos en su mundo corresponde a cientos de años nuestros.
- También sus armas son especiales. Por ejemplo, los elfos usan "proyectiles" especiales confeccionados con metales desconocidos o piedras procedentes del espacio. Estas armas pueden herir a los órganos internos sin dejar la más mínima señal en la piel. Quienes han sido traspasados por estas flechas a veces no mueren, pero se comportan de forma extraña, como si estuviesen locos, y no hay forma de curarlos.

Resumen:

- Pertenecen a los Seres Pequeños criaturas fantásticas de la tradición.
-Las hadas son personajes que protegen y ayudan.
-Los elfos son seres elementales fundamentalmente buenos.
-Los gnomos son criaturas pequeñas de la tierra.
-Los duendes con provocadores pero generosos.

LECCION 10. RITOS MÁGICOS PARA APRENDICES DE BRUJA…

Ritual para el perfeccionamiento interior…

Prepare el altar con todo lo necesario para realizar el ritual, abra el círculo purifique los instrumentos.
Ponga en el platito de las ofrendas un puñado de pétalos de artemisa, un lirio blanco, algunas hojas de laurel, un ramillete de sauce, un cristal de cuarzo hialino y un pedacito de aguamarina.
Prenda un carboncillo y fumigue la habitación con incienso compuesto por madera de sándalo, granos de incienso, flores de acacia y de jazmín y diez gotas de esencia de muguete.
Encienda una vela de color azul oscuro o violeta y haga un ejercicio de enraizamiento. Piense intensamente en su recorrido interior, en lo que está viviendo, en su evolución espiritual, en las cosas que está aprendiendo y en los maestros que le ayudan.
Recite esta oración: *Gran Madre, yo invoco tu ayuda. Ayúdame a perseverar en mi búsqueda espiritual. Ayúdame a buscar siempre la verdad. Ayúdame a no desviarme del camino que me he impuesto. Mejorar mi vida interior. Aumenta mi capacidad para comprender a los otros y sus necesidades. Ayúdame a no caer en la trampa del egoísmo y de la falsedad. Ayúdame a vencer el orgullo y la vanidad. Ayúdame a no caer en la tentación. Aleja de mí la pereza. Dame sabiduría de pensamiento. Dame rectitud de obra. Dame perseverancia y serenidad.*
Baile alrededor del altar y acumule energía, deje el cono de poder y visualice el resultado obtenido: es usted una persona sabia y fuerte, apreciada por todos y humilde, capaz de comprender el futuro y de aconsejar en el presente.
Deje que la vela se consuma completamente.
Finalizado el ritual, coloque los restos de cera y las hierbas en un paño azul oscuro, y anúdelo con una cinta azul pálido o blanca. Entiérrelo en un lugar que le sea grato, al que a menudo vaya a pensar o meditar. Deje las ofrendas durante una semana en el platito situado sobre el altar.

Ritual para encontrar a la Diosa…

Prepare el altar con todo lo necesario para realizar el ritual, abra el círculo y purifique los instrumentos.
Ponga en el platillo de las ofrendas un puñado de pétalos de rosa, algunas hojas de laurel, un lirio blanco, una cinta blanca, un cristal de cuarzo hialino y un trocito de adularia.
Encienda un carboncillo y fumigue la habitación con un incienso compuesto por madera de sándalo, granos de benjuí, hojas de tuya, flores de artemisa y diez gotas de aceite esencial de jazmín. Encienda una vela de color blanco o plateado y haga un ejercicio de enraizamiento.
Piense intensamente en la divinidad que está en la naturaleza y en usted, véala personificada en una muchacha, una mujer madura y una anciana que va a su encuentro y le sonríen.
Recite esta plegaria: *Yo os invoco, antiguas madres, fuerzas antiguas de lo femenino, señoras de la vida de los hombres, dueñas de los sentimientos y de las emociones, vosotras que sois tres pero sois una, la única Gran Diosa.*
Diosa, yo te invoco en tu aspecto de muchacha: dame fuerza, vitalidad, energía, alegría y la capacidad de ver de forma positiva la vida que tengo por delante. Diosa, yo te invoco en tu aspecto de madre: dame fertilidad y abundancia, y la capacidad de ayudar a quien lo necesita.
Diosa, yo te invoco en tu aspecto de anciana: dame sabiduría y paciencia, y la capacidad de soportar los reveses y problemas de esta vida. Madre de todo y de todos. Tú que eres una y tres,

bendíceme todos los días de mi vida, protégeme de las desgracias, defiéndeme de mis enemigos, ayúdame en el desaliento, perdona mis errores, acepta mi plegaria.
Baile alrededor del altar y vaya acumulando energía, suelte el cono de poder y visualice el resultado obtenido: las tres diosas tienen su rostro y usted resplandece con su luz. Observe con atención la llama de la vela y deje vagar la mente, de forma que la Gran Madre pueda abrazarla tiernamente y derramar sobre usted la bendición de sus dones. Deje consumir la vela completamente.
Una vez acabado el ritual, ponga los restos de cera en un paño azul oscuro, y anúdelo con la cinta blanca. Entiérrelo en un lugar que le sea grato, al que a menudo acuda a pensar o meditar.
Deje las ofrendas durante una semana en el platito situado sobre el altar.

Ritual para la salud...

Prepare el altar con todo lo necesario para realizar el ritual, abra el círculo y purifique los instrumentos.
Coloque sobre el platito de las ofrendas un puñado de pétalos de hipérico, una flor blanca, unos trocitos de piel de naranja amarga, algunas agujas de pino, un cuarzo rosa, tres nueces y una cinta amarilla.
Prenda un carboncito y fumigue la estancia con incienso compuesto por madera de sándalo, granos de incienso, hojas de laurel, hojas de salvia y diez gotas de aceite esencial de hipérico.
Encienda una vela de color violeta y haga un ejercicio de enraizamiento. Piense intensamente en los dolores y las enfermedades que le afligen o que atormentan a alguien querido. Imagine que se ha curado del todo y que está nuevamente sana y llena de vida y de fuerza.
Recite esta oración: *madre de la salud y de la enfermedad, a tu ayuda recurro. Ayúdame a combatir la enfermedad mental y el desorden, la depresión y el desánimo. Aleja de mi la soledad y la tristeza. Ayúdame a vencer el dolor físico y mental. Dame fuerza y salud. Dame la gracia de preservarme sana y fuerte, atenta y dispuesta, alejando para ello todo el mal, el dolor y la enfermedad.*
Baile en torno al altar y acumule energía en su interior, suelte el cono de poder y visualice el resultado obtenido: usted o la persona por la cual oficial el ritual corren felices por un prado, llenas de vitalidad y de energía. Observe con atención la llama de la vela y deje vagar la mente, imagine que le ha sido concedido todo lo que pedido. Vuelva en sí lentamente, y agradezca a la Diosa la salud que le concede a usted y a sus seres queridos. Deje consumir la vela completamente.
Una vez finalizado el ritual, ponga los restos de cera y las hierbas en un paño azul oscuro, y anúdelo con la cinta amarilla. Entiérrelo en un lugar que le guste, al que a menudo acuda para pensar o meditar.
Deje las ofrendas durante una semana en el platillo situado sobre el altar.

Ritual para el trabajo...

Prepare el altar con todo lo necesario para realizar el ritual, abra el círculo y purifique los instrumentos.
Ponga sobre el platillo de las ofrendas un puñado de pétalos de girasol, siete monedas doradas, una flor amarilla, un trocito de ámbar, una pepita de oro o un tracito de pirita y una cinta amarilla.
Encienda un carboncillo y fumigue la estancia con incienso compuesto por madera de sándalo, granos de mirra, hojas de albahaca, semillas de eneldo o de hinojo y diez gotas de aceite esencial de manzanilla.
Encienda una vela de color verde y una de color oro, y lleve a cabo un ejercicio de enraizamiento. A continuación, piense intensamente en su trabajo, en el cansancio, en todas las personas que comparten son usted el espacio y el tiempo laboral, en los posibles ascensos profesionales, en la incorporación de los nuevos clientes.
Recite esta plegaria: *Madre del cansancio y del trabajo, hazme conquistar los honores que merezco. Aleja de mi la necesidad y la pobreza, y aumenta el dinero que gano. Mejora mi posición en el trabajo y concédeme una mejora en mi remuneración y en mi carrera. Haz que mi situación financiera sea estable y próspera. Haz que me gane la estima de mis subordinados y la confianza de mis jefes.*

Baile en torno al altar y acumule energía en su interior, deje el cono de poder y visualice el resultado obtenido. A continuación, deje que las velas se consuman completamente.
Una vez acabado el ritual, ponga los restos de cera y las hierbas en un paño azul oscuro, y anúdelo con la cinta amarilla. Entiérrelo en un lugar de su agrado, al que acuda con frecuencia a pensar o a meditar.
Deje las ofrendas durante una semana en el platillo de las ofrendas situado sobre el altar.

Ritual para resolver un problema determinado…

Prepare el altar con todo lo que necesita para realizar el ritual, aba el círculo y purifique los instrumentos.
Ponga en el platito de las ofrendas un puñado de hojas de albahaca, tres espinas, un trocito de coral, un pedacito de madera de hiedra, tres bellotas, un trocito de malaquita y una cinta roja.
Prenda un carboncillo y fumigue la habitación con incienso compuesto por granos de incienso, flores de verbena, de madreselva y de hipérico, hojas de melisa y diez gotas de aceite esencial de limón.
Encienda una vela de color negro o violeta y haga un ejercicio de enraizamiento.
Piense intensamente en su problema (aprobar un examen, ganar una causa, vencer un concurso… etc.), y en lo que aportará en su vida lo que vaya a conseguir.
Recite la siguiente plegaria: Madre *de todas las cosas posibles. Diosa de todos los hombres y de todos los inmortales. Dueña de la vida. Ayúdame a ver que debo hacer para resolver el problema que me está consumiendo (indique claramente y siempre en tono afirmativo, el problema: "Necesito encontrar un trabajo que me permita vivir dignamente y mantener a mi familia" o bien: "Tengo que darle un impulso a mi empresa para poder asegurar trabajo y prosperidad tanto para mí como para mis empleados" o "Necesito tu ayuda para saber cómo descubrir la vacuna contra esta terrible enfermedad" etc.) abre mi mente y muéstrame la solución.*
Baile alrededor del altar y acumule energía en su interior, deje el cono de poder y visualice el resultado obtenido. Observe con atención la llama de la vela y deje vagar la mente, para que usted pueda convertirse en un canal positivo apto para conocer lo que deberá hacer para resolver el problema que le preocupa o llevar a bien fin el proyecto en el que se ha embarcado.
Deje consumir la vela completamente.
Al acabar el ritual, coloque los restos de cera y las hierbas en un paño azul oscuro y anúdelo con la cinta azul claro o blanca. Entiérrelo en un lugar que le guste y al que suela ir a pensar o meditar.
Deje las ofrendas durante una semana en el platillo situado en el altar.

Ritual para encontrar a la persona indicada…

El día que decida llevar a cabo este ritual, a la hora que mejor le convenga y cuando esté segura de que nadie la va a molestar, prepare su altar, purifique los instrumentos y encienda luego seis velas de color azul oscuro.
Queme en el brasero o en el carboncillo un puñado de pétalos de iris, algunas hojas de romero y algunas gotas de aceite esencial de rosa. Seguidamente recite esta plegaria:
Por las vibraciones de estas seis velas de color azul que están ardiendo simultáneamente y unen sus llamas en un idioma conocido por los poderes celestiales y los espíritus elegidos, yo te invoco. Venus, nacida de la espuma del mar para la felicidad de nuestros mortales. Protectora de todo aquello que amamos y Señora de la vida. Hazme encontrar a la persona que me está destinada. Haz que nuestros caminos se crucen y que nuestros destinos se unan. Dame el don de la alegría de un amor feliz.
Observe con atención la llama de las velas y deje vagar la imaginación, para que la Diosa pueda entrar dentro de usted y ponerla en comunicación con la persona predestinada, que seguramente le está buscando en alguna parte. Vuelva en si despacio, dele las gracias a la Diosa por adelantado y deje consumir completamente las velas. Acabado el ritual, ponga los restos de cera y las hierbas en un paño azul oscuro y anúdelo con la cinta azul pálido o blanca. Entiérrelo en un lugar de su agrado, al que con frecuencia vaya a meditar o pensar. Deje durante una semana las ofrendas en el platillo situado sobre el altar.

Ritual de protección…

Un martes, a la hora más conveniente para usted y cuando esté segura de que no va a ser molesta, prepare el altar y purifique los instrumentos. Ponga en el platillo de las ofrendas un puñado de pétalos de artemisa, un lirio blanco, algunas hojas de laurel, un ramillete de sauce, una rama de coral, un clavo usado, un cristal de cuarzo ahumado y un trocito de turmalina negra.
Encienda un carboncillo y fumigue la estancia con incienso compuesto por madera de sándalo, granos de incienso, agujas de romero, hojas de laurel y diez gotas de aceite esencial de hipérico.
Encienda una vela gris, a la vez que piensa intensamente en aquello negativo que le sucede y en la forma de eliminarlo, en las personas que le parecen hostiles y en cómo neutralizarlas, en quien le hace mal abiertamente y quien murmura a su espalda o le perjudica de formas diversas, y recite esta plegaria:
Por las vibraciones de esta vela gris invoco la ayuda de los poderes celestiales y de los espíritus elegidos. Ayúdame a protegerme a mí y a las personas que me rodean. Aleja de mí y de las personas que aprecio la envidia y los celos. Aleja de mí y de las personas que aprecio cualquier forma de mal de ojo y la mala suerte. Aleja de mí y de las personas que aprecio la desgracia. Aleja de mí y de las personas que aprecio los murmullos, los chismes y las maledicencias. Aleja de mí y de las personas que aprecio a la gente que nos quiere mal (si las conoce, diga los nombres de estas personas). Protegednos de los peligros de la magia negra. Protegednos de la desgracia. Protegednos de los incidentes provocados mediante la magia. Dadme la fuerza para luchar contra mis bajos impulsos y el deseo de venganza.
Baile en torno al altar y acumule energía en su interior, deje el cono de poder y visualice el resultado obtenido.
Deje que la vela se consuma completamente. Finalizado el ritual, introduzca los restos de cera y las hierbas en un paño azul oscuro y anúdelo con la cinta azul claro o blanca. Entiérrelo en un sitio que le guste, y al que suela ir a pensar o meditar.
Deje durante una semana las ofrendas en el platillo situado sobre el altar.

Ritual para el dinero…

Prepare el altar con todo lo necesario para el ritual, abra el círculo y purifique los instrumentos. Ponga en el platillo de las ofrendas un puñado de pétalos de artemisa, un lirio blanco, algunas hojas de laurel y una ramita de sauce, un cristal de cuarzo hialino y un trocito de aguamarina.
Encienda un carboncillo y fumigue la habitación con incienso compuesto por granos de mirra, hojas de albahaca, semillas de eneldo y siete gotas de aceite esencial de camomila.
Encienda una vela dorada y recite esta plegaria:
Por las vibraciones de esta vela dorada yo invoco la ayuda de las fuerzas celestiales y de los espíritus elegidos. Ayudadme a ganar lo que me corresponde según el trabajo que he hecho. Alejad de mi la codicia y la avidez. Proteged esta inversión (mencione claramente de qué se trata, haciendo hincapié en los detalles) Aumentad los beneficios de mi negocio (de mi actividad, de mi empresa, etc.). Alejad de mi las deudas y los riesgos. Alejad de mí a estafadores y malintencionados. Aumentad de cartera de clientes (en el caso de una empresa o de una actividad comercial). Proteged el lugar donde trabajo (indique con claridad el nombre de la empresa donde está empleada o para la que trabaja) de reveses financieros y otros desastres susceptibles de poner en peligro mi trabajo. Proteged a quienes gestionan mi dinero (mencione por ejemplo bancos, intermediarios de negocios, gestores de fondos, administradores) y haced que sean honestos y fiables. Dadme fuerza para luchar contra la codicia y la avaricia.
Baile en torno al altar y acumule energía dentro de usted, deje el cono de poder y visualice el resultado obtenido.
Deje que la vela se consuma del todo. Cuando haya acabado el ritual, ponga los restos de cera y las hierbas en un paño azul oscuro, y anúdelo con una cinta de color azul pálido o blanco. Entiérrelo en un lugar de su agrado, y al que a menudo vaya a pensar o meditar.
Deje las ofrendas durante una semana en el platillo situado sobre el altar.

Y para quien trabaja en grupo…

Para acompañar el enaltecimiento de un cono de poder se puede utilizar el siguiente canto.
La cántica de las brujas (Witches Rune) fue escrita por Gerard Gardner y Doreen Valiente. La versión que se ofrece aquí es una ligera variante de la original y está sacada de A Witches Bible del matrimonio farrar.
Se debe recitar la Cántica de forma rimada y girando en círculo cogidos de las manos. Las cuatro primeras líneas, que empiezan por "Eko, Eko…" se repiten tres veces al principio y también al final, hasta que quien dirige de el alto.
VERSION INGLESA:
Eko, Eko, azarak. Eko, Eko, Zamelak. Eko, Eko, Cermunnos. Eko, Eko Aradia! (tres veces). Noche oscura y luna brillante. Este, sur, oeste y septentrión; De las brujas escuchad el canto ¡Unidas para llamaros en esta ocasión!
Tierra y agua, aire y fuego. Pentáculo, espada y báculo. Trabajad para nuestro objetivo ¡Y escuchad nuestra invocación! Cuerda e incienso, cuchillo y látigo. Poderes de la hoja bruja, la nueva vida de nuestra magia os despierta ¡acudid para el éxito del encantamiento!
Reina de los infiernos, reina de los cielos, de la noche cazador cornudo, dad vuestros poderes al encantamiento ¡que se cumplan nuestros deseos con el rito!
Por todo el poder de la tierra y del mar. Por toda la fuerza de la Luna y del Sol, como queramos, así puede ser ¡que así se haga con estas palabras!
Eko, Eko, azarak. Eko, Eko, Zamelak. Eko, Eko, Cermunnos. Eko, Eko Aradia! (tres veces).