CUADERNOS ESI

NUMERO 14

Escuela de Sabiduría Interior

La Magia de San Juan

Por Estrella C. Monroy

San Juan, la fiesta que celebra el Solsticio de Verano

Si hay una fiesta mágica por excelencia es la noche de San Juan. Cuando el sol brilla en lo más alto y la luz reina, los fuegos se encienden y las abuelas recuerdan viejas leyendas.

El día más largo del año.

El origen de San Juan hunde sus raíces en las celebraciones paganas del Solsticio de Invierno. En este momento para el hemisferio norte, la luz gobierna, el sol alcanza su punto más alto y **da lugar al día más largo y la noche más corta del año.** Un momento mágico que nos habla de que algo se ha completado. El sol venía creciendo desde el solsticio de invierno cada vez más, y ahora, tras su momento más brillante, poco a poco los días comienzan a acortarse.

Cómo afecta la luz a nuestro mundo interno

El sol representa la energía vital, la consciencia, el yo, la acción y la energía arquetípica masculina. A medida que la luz crece la energía de hacer, de correr, de tener que ser más activos fluye, aumentando su ritmo y exigiendo cada vez más para que nuestras semillas y deseos se manifiesten. No sé si alguna vez te ha pasado el tener esa sensación de "que llegue el verano para descansar" (independientemente del clima). Y esto no solo ocurre porque es el momento donde solemos tener vacaciones. Es porque a nivel energético, el solsticio (y por lo tanto el comienzo del verano) **nos habla de una culminación**, algo parecido a la Luna Llena en el ciclo lunar.

Es momento de bajar la intensidad, celebrar nuestros logros, compartir y simplemente ser. Disfrutar del trabajo realizado y esperar a cosechar los frutos. El cuerpo y la mente se relajan y nos vemos arrastrados por esa energía colectiva de disfrutar más.

Si el Solsticio es el 21 de junio… ¿Por qué celebramos San Juan el 24?

Muchas civilizaciones han tratado de encontrar la mejor forma de medir y organizar el tiempo, y fruto de ello hemos ido **cambiando de un calendario a otro** a lo largo de los siglos. Antiguamente el solsticio de verano ocurría en torno al 24 de junio, día que la iglesia eligió para celebrar **San Juan Bautista** y así poder unificar las fiestas paganas que el pueblo se negaba a abandonar y adaptándolas bajo el marco religioso. Con el tiempo y el cambio al calendario Gregoriano actual, el solsticio de verano coincide con el 21 de junio, pero el santoral se mantuvo en el 24, creando una pequeña separación.

El fuego en San Juan

El emblema por excelencia de estas fiestas son **las hogueras**. El fuego está unido simbólicamente al sol, al calor y a la purificación. Encender las hogueras al atardecer, danzar y bailar alrededor de ellas y saltarlas o incluso cruzar andando por sus ascuas, son tradiciones tan arraigadas desde tiempos precristianos, que no concebimos esta mágica noche sin ellas. Se dice, que **quien salta la hoguera en la noche de San Juan, se purifica de la energía negativa y está protegido todo el año.**

Vivir las hogueras de San Juan con esa mirada simbólica nos abre un

portal interno, uno en el que, al contemplar el fuego, arde en nuestro interior la pasión y la fuerza, entonces vemos con claridad qué es lo que nos frena, aquello que necesita ser transformado.

Las plantas mágicas

Cuenta la leyenda, que las plantas recogidas la noche de San Juan son **únicas en propiedades medicinales y espirituales.** Que su fuerza vital está en su máximo punto y que con ellas podemos hacer amuletos de protección.

¿Pero cuáles son esas plantas mágicas?

Hipérico: aporta luz, aleja los malos espíritus y ayuda a la sanación. La hierba de San Juan por excelencia.

Helecho: ayuda a potenciar la magia, la suerte y la prosperidad.

Malva: nos conecta con la belleza, la regeneración y el amor.

Saúco: conexión con el Otro Lado, sueños lúcidos, bendición.

Verbena: amor, sensualidad y energía positiva.

Hinojo: protección, contra envidias, mal de ojo y longevidad.

Retama: purificación, proteger contra magias y limpieza.

Hierbaluisa: relajación, armonía y romance.

Manzanilla: paz, prosperidad y sanación emocional

Otras que puedes añadir: salvia, lavanda, romero, mejorana,

milenrama, tomillo, rosa canina, artemisa, álamo, roble, olivo, albahaca, ruda, margarita, menta…

Ritual Tradicional

El día 23 es buen momento para salir a buscar estas plantas, al menos tres, aunque la tradición dice que 7 es lo perfecto. Las dejamos sumergidas en agua recogida de una fuente o manantial (si lo queremos hacer bien serían 7 aguas de diferentes fuentes o manantiales) toda la noche y a la mañana siguiente, con el amanecer, lavarnos con ella. Este **rito de purificación y bendición** tiene una magia especial que no puedo explicar en palabras, así que solo puedo animarte a probarlo.

Tradición y ancestralidad

San Juan es mucho más que el ritual de quemar papeles en la hoguera de lo que queremos dejar atrás. Las fiestas solsticiales representan **un umbral**, un cruce a una nueva energía. Y aunque podría hablar horas de las leyendas de hadas, mujeres encantadas y espíritus de la naturaleza que se asocian a esta noche donde el velo es más fino, hay algo que creo que destaca, sobre todo.

Esta noche es uno de esos **momentos iniciáticos que la naturaleza nos ofrece,** y cómo no, nos deja una enseñanza.

No todo tiene que ser corriendo, no siempre tenemos que exigirnos estar al 100%, no todo tiene que ser ya. En la naturaleza todo tiene sus tiempos, sus ritmos y su equilibrio. Los frutos maduran a su tiempo, en su lugar y cuando toca… no cuando quiere la planta o el agricultor.

Hay tiempos donde todo se acelera, y otros que son para el descanso y sencillamente ser. Y cuando un árbol no pasa su mejor momento, el resto lo sostiene conectados a sus raíces.

Y nosotros, que a veces olvidamos quienes somos y de dónde venimos, nos exigimos producir todo el tiempo y si es sin ayuda mejor.

Por eso son importantes las tradiciones, como las de la noche de San Juan, porque nos recuerdan que *a veces hay que parar, descansar, celebrar nuestros logros, dejar ir lo que ya cumplió su tiempo y sostenernos en comunidad, darnos las manos y danzar alrededor del fuego descalzos simplemente dejando brillar nuestra esencia.*

Feliz Solsticio de Verano y mágica noche de San Juan

Estrella C. Monroy