

Rituales y actividades semanales para hacer junto con la Luna

EBOOK GRATUITO



WWW.GEMINISUNCHILD.COM

Por Carla Orantes

GeminiSunChild



Bienvenida

¡Hola!

Me hace mucha ilusión verte por aquí, porque eso significa que estás preparada para conectar con las fases lunares y tu ciclo.

Cómo astróloga y sanitaria conozco la importancia de las fases lunares y como estás nos afectan a nosotras.

En este ebook gratuito te comparto rituales y ejercicios para cada fase lunar.

¡Espero que estas pautas te puedan ayudar a conectar con las fases de la vida y ¡TÚ VIDA!

Te abrazo fuerte,

Carla





LA IMPORTANCIA DE CUIDAR NUESTRA ENERGÍA

Es inevitable que debemos si o si tener un tiempo para nosotras y realizar actividades que nos recargan de energía.

Es por esto que este ebook está dedicado a todos esos momentos diarios donde podemos cargarnos y recuperar nuestra energía femenina para seguir nuestro día a día.

Entonces para comenzar quiero hablar sobre cómo la Mujer puede aprovechar la energía de la Luna.

¿POR QUÉ LA LUNA?

La Luna representa la energía Femenina mientras que el Sol la energía Masculina. Así que si queremos abrazar nuestra energía femenina, es decir, la magia, el misterio, la intuición, la flexibilidad, el placer, el romanticismo, los ciclos, los cambios, la pasividad, la paciencia, la contención, la creatividad o la nutrición, entonces debemos aprender a conectarnos y a comprender la energía de la Luna.

Al igual que la Tierra ejerce la fuerza de la gravedad en nosotros, la Luna ejerce también una influencia en los seres y la aguas del planeta.

Lo que sucede es que no es tan evidente como la Fuerza de la Gravedad de la Tierra o como el Calor que nos entrega el Sol. Sin embargo a Luna es la que mueve la aguas del planeta y por ende, mueve nuestra sangre, nuestras lágrimas y por lo tanto nuestras emociones.



GeminiSunChild

¿QUÉ INFLUENCIA TIENE CADA FASE DE LA LUNA EN MI?

A medida de que la Luna gira alrededor del Sol, ésta ejerce una influencia en todos los seres. Dicha influencia se describe en 4 fases, Luna Nueva, Luna Creciente, Luna Llena y por último la Luna Menguante.



LA LUNA NUEVA: LA SEMILLA

Este es el momento adecuado para quedarse en introspección meditación y planear todo el siguiente mes. Es cuando sembramos nuestras intenciones y deseos. Lo mejor que podemos hacer es lo siguiente.

- Tener momentos para estar a solas.
- Reflexionar sobre mi vida y escribir en papel mis deseos.
- Meditar o visualizar mis intenciones.
- Hacerte masajes y volver a tu cuerpo.
- Prender velas de noche para recordar la luz que no hay en el cielo.





LA LUNA CRECIENTE: LA ESTRUCTURA

En esta Fase es cuando despertamos para entrar en acción, pues aquí vamos a realizar todas las actividades que nos apoyen a lograr lo que queremos. Todo lo que se hace en Luna creciente su efecto se multiplica y crece. Es una buena fase para:

- Empezar una nueva disciplina.
- Hacer ejercicio físico y fortalecer tu cuerpo.
- Mover tu energía y entrar en acción. ¡Afuera la pereza!
- Salir a la naturaleza y llenarte de ella, hacer relaciones
- Los 5 sentidos están alborotados, nos sentimos muy sensuales y con ganas de conquistarlo todo.
- Cuidado con los pensamientos negativos, pues aquí se podrían multiplicar...

LA LUNA LLENA: EL FLORECIMIENTO

En Luna Llena es la expansión de nuestro ser, cuando la flor despliega su perfume y se siente plena y realizada porque está cumpliendo su misión. Es la fase de celebrar y expandir todas las acciones realizadas en la Luna creciente, así que aquí debemos mantener nuestros esfuerzos. Esta fase es buena para:

- Reunirte con las amigas y hacer círculos de Mujeres.
- Celebrar la vida y las pequeñas conquistas.
- Continuar con la acción desde el magnetismo.
- Ser generosa, entregar lo mejor de ti a los demás y compartir.
- Ser romántica
- Hacer rituales de magnetismo personal.





LA LUNA MENGUANTE: LA MUERTE

Por último, nos queda la Luna Menguante que nos recuerda constantemente que no todo dura para siempre, que todo tiene su ciclo e incluso su final. Este es el momento de soltar, cortar y dejar atrás. Esta fase es excelente para:

- Hacer detox
- Cortarse el pelo
- Limpiar la casa y botar lo que no usamos
- Hacernos baños con hierbas amargas
- Hacer terapia, realizar procesos de catarsis.
- Expresar de forma consciente nuestra rabia, mal humor, pensamientos negativos sin hacerle daño a nadie.



Gracias

La Luna nos demuestra que la vida es cíclica, que nada dura para siempre y que cada 28 días comenzamos un nuevo ciclo al igual que nuestra menstruación. Es por eso que es importante aprender a realizar rituales semanales de acuerdo a la Fase Lunar para así poder aprovechar la energía que tiene disponible la Luna para entregarnos. Sigue este grupo de Telegram para saber qué rituales puedes realizar en cada Fase!

Únirme al grupo

