

Rituales y actividades de Luna Llena

Recordemos que la Luna Llena es el momento perfecto para expandir todo aquello que quiero que sea conocido por el mundo, llegue a los corazones de muchas personas, que brille y que obtenga poder.

1- El hogar como lugar de socialización

En la Luna Menguante y nueva ya limpiaste tu casa y la organizaste, en la Luna Creciente le pusiste buena energía, ahora es el momento que invites a las personas adecuadas para que la disfruten junto a ti. Es el momento de socializar, de fortalecer los vínculos con viejas amistades, o de crear nuevas.

Haz eventos donde invites a las personas claves para tu proyecto, y enfócate en todos los detalles, ya sea delegándolos o encargándote tú misma. Si te gusta cocinar, nutre a esas personas poniendo tu buena intención, selecciona cuidadosamente la música, decora el lugar con flores que huelan rico y aprovecha para que los 5 sentidos de todos tus invitados se deleiten. Y lo más importante disfruta tú de todo el evento, vas a ver que como todo están bajo la influencia de la Luna Llena todos tus invitados estarán muy receptivos.

2- Belleza y cuidado personal

Ya vimos en el video que esta no es una buena Luna para cortarse el pelo. Sin embargo, es muy buena para hacerte masajes capilares y que tu cabello que ponga brillante y sedoso. En realidad, es buena para hacerte cualquier tipo de tratamiento rejuvenecedor en el

cuerpo o en el rostro. Como en Luna Llena estamos más sensuales, tendemos a gustar mucho de vestirnos y maquillarnos.

Aquí va una mascarilla que puedes hacer en tu casa: Mascarilla de Miel con Avena.

Esta mascarilla es muy sencilla y fácil de hacer en casa, apoya a limpiar, hidratar y quitar el acné entre otras.

Lo primero que debes hacer es cocinar la avena con agua hirviendo. Cuando la avena crezca, la cueles para sacarle el exceso de agua. En un recipiente la pones y la mezclas hasta que esté pastosa. Añades la miel al gusto. Te aplicas la mascarilla por unos 20 minutos y te limpias el rostro con agua. Evita usar jabón después de hacerte la mascarilla. Al día siguiente notarás el cambio en tu piel.

3- Alimentación

En esta Luna disfruta de la comida, y perítele algunos placeres, pero no te excedas en el azúcar y grasas. Puedes hacer incluso planes de catas, organizar noche de chicas a restaurantes gourmet, lo más importante aquí es disfrutar de tu paladar.

4- Baños con hierbas frutas, flores y miel

En esta Luna, continúan los baños con los ingredientes descritos anteriormente. Recuerda seguir todas las indicaciones que he entregado tanto en la Luna Menguante como en el Luna Creciente.

Te sugiero que el Luna Llena aproveches para hacer muchos baños con Miel, pues es el elemento que más te va a magnetizar. Sin embargo, si quieres una baño que te apoye con la relaciones, las flores, en especial las rosas son lo mejores.

El ritual por excelencia de esta Luna es el Baño de Cleopatra, este es un baño de leche con miel. La Leche tiene la capacidad de conectarnos profundamente con el arquetipo de la madre y despertar todas sus cualidades de nutrición, protección y contención. Y la Miel nos entrega la energía dorada del magnetismo y la sabiduría. Así que es un baño que apoya muchísimo a encarnar el auténtico en el liderazgo femenino.

Este baño lo puedes hacer en tina o como té. Te recomiendo calentar un poco la leche y mezclarla bien con la miel. Al terminar el baño déjala en tu cuerpo uno minutos, y no te seques con fuerza, deja que la leche con miel se quede en tu piel los más posible para que esta la absorba. Te sentirás pegajosa, pero no te ocupes de eso. Al despertarte al día siguiente te sentirás con una piel totalmente nueva.

5- Asiste a un Circulo de Mujeres.

Los círculos de Mujeres son momento de poder en donde nos empoderamos las unas a la otras, es por eso que su energía es totalmente multiplicadora. Son momentos sagrados de conexión con nuestra esencia femenina.

Si tienes la fortuna de tener un grupo de mujeres el cual se reúnen con regularidad en la Lunas Llenas para hacer rituales y ceremonias, ¡te felicito! De lo contrario te sugiero que busques un grupo agradable en el lugar que vivas.

Más adelante hablaré sobre la importancia de estos círculos, por ahora te recomiendo que investigues los Círculos de Mujeres de Kai Woman o de Miranda Gray.

6- Meditar de forma activa y celebrativa: Extasis.

La Luna Llena es contraria a la Luna Nueva, mientras que en esta última meditamos solas y de forma introspectiva en el ritual de Luna Llena meditamos un poco, pero es dónde más debemos bailar y celebrar. Pues al hacerlo, expandimos nuestra energía y la de nuestros proyectos.

Este Luna es muy importante activar el mapa de sueños, y pensar constantemente con mucha motivación en todas esas metas que queremos que se cumplan. Repite este ritual en Luna Llena las veces que sean necesarias y disfruta de las otras meditaciones de esta fase.