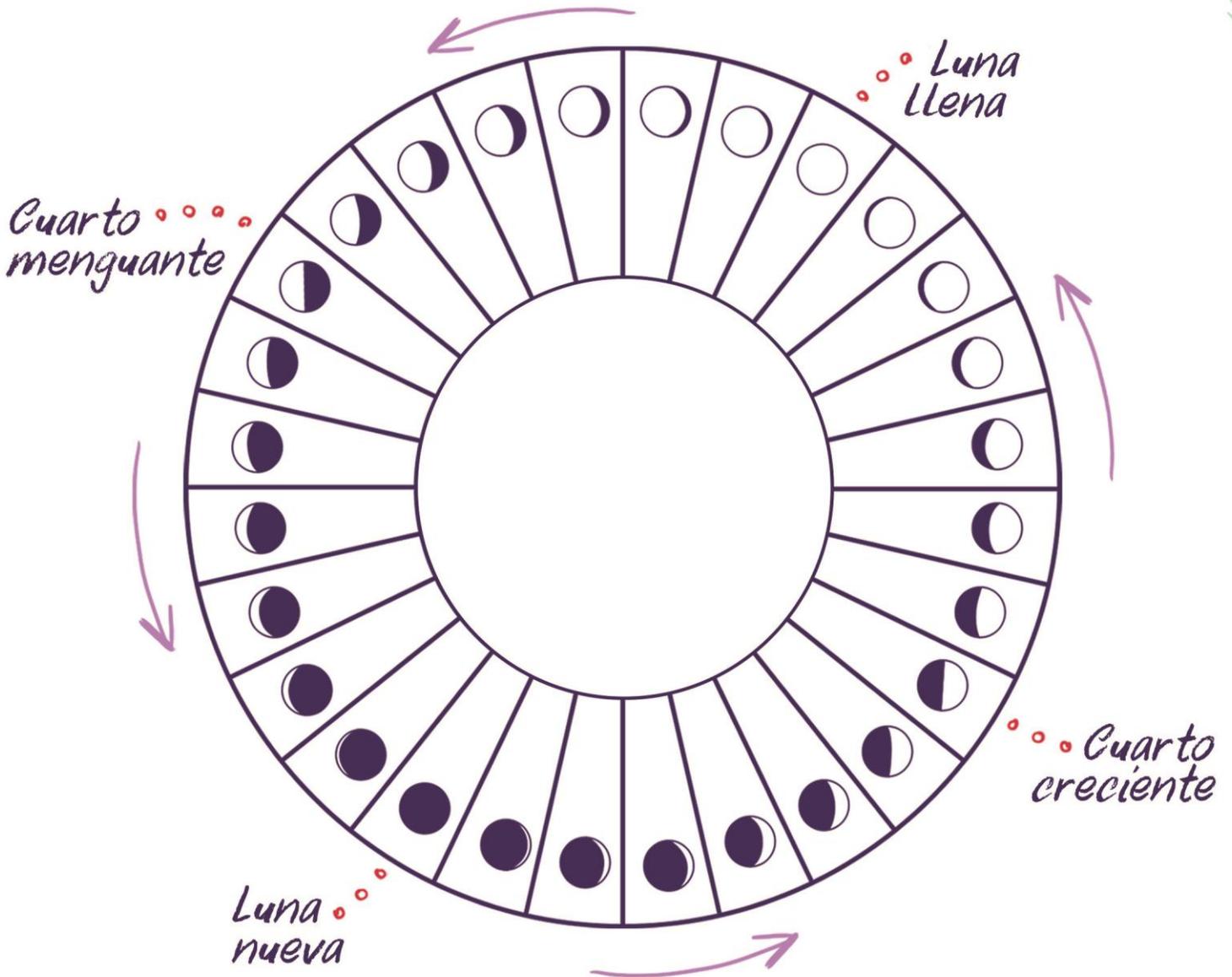


Hoja de  
**CUIDADO**  
propio

FECHA: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

— MOON CHART —



- Marca en el *Moon Chart* el día de la luna nueva como punto de inicio anotando el día.
- Día a día anota la fase lunar que suceda y el signo en el que se encuentra la Luna al momento. Puedes revisar diariamente @astral\_facts para seguir el tránsito de la Luna, te acompañaremos este mes en el proceso con el hashtag #RadiografíaLunar.
- Puedes agregar una palabra o hacer la anotación en un color -revisa la guía de colores que te dejamos- que represente cómo te sientes.
- Podrá sentirse raro los tres primeros meses pero una vez que le agarras el ritmo trabajarás mucho mejor, te convertirás en una arqueóloga de patrones emocionales, aprenderás a lidiar con tus emociones y no cegarte por ellas.

Amarillo

Alegre, Optimista, Valiente

Morado

Efusiva, Asombrada, Confundida

Azul

Insegura, Sumisa, Herida

Rojo

Agresiva, Frustrada, Distante

Naranja

Crítica, Decepcionada, Evasiva

Verde

Ansiosa, Solitaria, Aburrida

Rosa

Amorosa, Juguetona, Creativa

## CICLO LUNAR

1	Luna nueva: fuerza vital (Sol) y corazón (Luna) se alinean, hay una apertura energética y un <i>release</i> de intención.
2	<i>New moon after glow</i> : la apertura está allí, pero el entusiasmo baja.
3	Una acción en pro de tu intención de la luna nueva te llenará de energía.
4	La Luna está dos signos por delante del Sol: vocaliza. Reúnete con otros para mantener el <i>boost</i> de tu intención.
5	Vía al Cuarto lunar: comienza la tensión por pulir la intención.
6	De lo intentado esta semana, ¿qué resultó? ¿Qué no resultó? Haz ajustes.
7	Cuarto lunar: la Luna está en cuadratura al Sol. La primera prueba a tu intención te muestra cómo ser más eficiente.
8	La Luna llega a un signo del mismo elemento que el Sol y en trino activan el <i>flow</i> de ideas, energía e impulso.
9	Luna en amplio trino al Sol: estás <i>fired up</i> . Direcciona la pasión en algo constructivo.
10	Luna y Sol en ajuste. Hay un gran contraste entre cómo te ves y cómo te sientes, y se extiende a tu plan, estrategia y envisionsamiento. Menos mal que tenemos mejores amigas.
11	Luna sigue en ajuste al Sol. Como no te crees que luces bien, comienzas a cuidarte. Nos acercamos a la luna llena, toma mucha agua porque aquí inicia la retención de líquidos.
12	A dos días de la luna llena, esta tiene suficiente luz para mostrarnos algo. La sensación de poder que ofrece el <i>insight</i> es excitante, estás lanzada a ir por lo que quieres.
13	La Luna se para en el signo opuesto al Sol: la oposición es una negociación. La Luna toma la luz del Sol, ¿no quieres tomar un poco de tu rey?
14	Luna llena: estamos llenas de luz y mostrando a otros de lo que somos capaces.
15	<i>Full Moon After Glow</i> : hayas tenido sexo o no, puedes estar enganchada con una promesa que no se cumplió y no de otros, sino de ti. Todo depende del compromiso que hayas tenido con tu intención de la luna nueva.

16	Luna entra al signo siguiente al opuesto al Sol: están de nuevo en ajuste. El signo es tan diferente al del astro rey que tenemos un <i>melt-down</i> emocional. Es momento de <i>self-love</i> .
17	Luna sigue en oposición al Sol. Queda de ti arreglarte y aprovechar una perspectiva diferente en un asunto que pensabas dominabas. Estás fuera de la zona cómoda emocional, donde lo bueno pasa.
18	La Luna entra en un signo del mismo elemento que el sol. El trino sube la energía vital. Corazón y razón acuerdan trabajar en armonía.
19	Luna sigue en trino al sol: agarras la onda, el pasado es sólo un lugar emocional y tú ya estás pensando en las intenciones para la próxima Luna nueva.
20	Cuarto lunar: cambio de estrategia o de cómo te sientes sobre una situación. Estamos <i>Blackmoonning</i> , la luna está menguante, recogiendo luz y tú estás guardándote planes porque no quieres que se disperse la energía.
21	Seguimos en Cuarto lunar: debes estar emocionalmente sobria para no ir contando todo lo que estás haciendo. Es tu proceso convirtiéndose en tu propósito.
22	La Luna se mueve a un signo en armonía al Sol y están en sextil. Seguimos en <i>Blackmoonning</i> : la Luna prácticamente no tiene luz así que debes invertir en ti: es momento de cremas y de acostarnos temprano. ¡Porque tú lo vales!
23	La Luna sigue en sextil pero ya empieza a sentirse detrás del Sol, tú puedes estar detrás también de alguien o una situación. Haz algo proactivo que te devuelva a vibrar tu deseo. Tarea: escribe tu lista de intenciones para la próxima luna nueva.
24	Hoy y mañana la Luna está en el signo detrás del Sol. Es <i>the blackest moon of all</i> . Puede que te sientas decaída pero recuerda: gestamos posibilidad 24/7, no puedes darte sin tenerte y estos son los días en los que reconectas contigo.
25	Mira el día anterior. Baja volumen al ruido y escúchate.
26	Día de rituales y magia. ¿Ya hiciste tu lista de intenciones? Envisiona y medita. Ve al yoga, reúnete con tus amigas y hablen de todo lo que tienen por dentro. Cuando no hay mucha luz lunar podemos regular mejor las emociones.
27	Hoy y mañana son de total recogimiento. La luna nueva (dependiendo del ciclo lunar) se dará en uno o dos días y debes tener tus intenciones bien definidas.
28	Último día del calendario lunar. Para que algo nuevo entre debes hacer espacio. ¿Qué te atreves a dejar hoy?

✓ **Recuerda:** Lo más importante es que te observes, cada cuerpo es distinto y a cada quien le afecta de manera diferente. Respeta tu proceso y no lo apures.