

RITUAL DE LUNĂ NOUĂ – ONORAREA NOULUI

by Ștefania-Carmen Rusu

1. Curățarea spațiului și a energiei personale

- Aprinde un bețișor de salvie, palo santo sau tămâie și plimbă-l prin încăpere, rostind: „Curăț acest spațiu de toate energiile care nu-mi mai servesc. Îl deschid pentru noul care vine.”
- Plasează un pahar cu sare în fiecare cameră, într-un loc discret. Sarea va absorbi energiile stagnante până la următoarea Lună Nouă, când o vei înlocui.



2. Crearea unui altar al celor patru elemente

Pe o bucată de material sau o tavă, așază:

- *Pământ: o piatră, o floare sau o plantă*
- *Apă: un bol mic cu apă*
- *Foc: o lumânare aprinsă*
- *Aer: tămâie sau o pană*

Acest altar simbolizează echilibrul și deschiderea către noile începuturi.

3. Stabilirea intențiilor

la un jurnal sau o foaie de hârtie și scrie 1-3 intenții clare pentru acest nou ciclu lunar.

- Formulează-le la timpul prezent, de exemplu: „Îmi cultiv încrederea în mine.”
- După ce le-ai scris, citește-le cu voce tare, simțind emoția și convingerea din spatele fiecărei intenții.

4. Meditație și vizualizare

- Așază-te confortabil, închide ochii și concentrează-te pe respirație.
- Vizualizează cum intențiile tale prind viață, simte bucuria și împlinirea pe care ți le aduc.
- Rămâi în această stare de meditație pentru câteva minute, lăsând energia Lunii Noi să te învăluie.

5. Încheierea ritualului

- Mulțumește Lunii pentru ghidare și protecție.
- Stinge lumânarea și păstrează foaia cu intenții într-un loc special, unde să o poți reciti zilnic.

Acest ritual este o modalitate de a te conecta cu tine însăși și cu ciclurile naturii, onorând începuturile și deschizându-te către posibilitățile infinite ale vieții. Fie ca această Lună Nouă să-ți aducă claritate, inspirație și curaj în drumul tău.