

EL ARTE DE VIVIR CON LA
LUNA



Moonology

*o cómo trabajar con la magia
de los ciclos lunares*

Yasmin Boland



Título original: MOONOLOGY

Traducido del inglés por Julia Fernández Treviño

Diseño de portada: Editorial Sirio, S.A.

Maquetación de interior: Toñi F. Castellón

© de la edición original

2016, Yasmin Boland

Publicado inicialmente en 2016 por Hay House UK Ltd.

Puede sintonizar a Hay House en www.hayhouseradio.com

© de la presente edición

EDITORIAL SIRIO, S.A.

C/ Rosa de los Vientos, 64

Pol. Ind. El Viso

29006-Málaga

España

www.editorialsirio.com

sirio@editorialsirio.com

I.S.B.N.: 978-84-18531-65-1

Puedes seguirnos en [Facebook](#), [Twitter](#), [YouTube](#) e [Instagram](#).

Si este libro te ha interesado y deseas que te mantengamos informado de nuestras publicaciones, puedes suscribirte a nuestro boletín de noticias en www.editorialsirio.com/newsletter

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Para Oliver y Louis:
¡Os amo hasta la luna y más allá!

El secreto para que algo funcione en tu vida es, ante todo, el profundo deseo de hacerlo funcionar; luego la fe y la certeza de que puede funcionar, y finalmente conservar esa visión clara y firme en tu conciencia, y observarla desarrollarse paso a paso sin dedicarle ni un solo pensamiento dubitativo ni escéptico.

Eileen Caddy,
fundadora de Findhorn *

* N. de la T.: Findhorn es una comunidad espiritual, ecoaldea y centro holístico internacional situada en la localidad de Forres, al noreste de Escocia. Tiene aproximadamente seiscientos habitantes y cuenta con viviendas de construcción ecológica, tratamiento de aguas y generación de energía a partir de biomasa, paneles solares y turbinas eólicas.

Table of Contents

[CUBIERTA](#)

[CRÉDITOS](#)

[INTRODUCCIÓN](#)

[CÓMO FUNCIONA ESTE LIBRO](#)

[¿POR QUÉ ES MÁGICA LA LUNA?](#)

[¡ENTRA EN SINTONÍA CON LA LUNA!](#)

[DESEAR QUE LOS SUEÑOS SE HAGAN REALIDAD](#)

[LOS DIEZ DATOS MÁS IMPORTANTES SOBRE LA LUNA](#)

[LOS BENEFICIOS DE CONECTARSE CON LA LUNA](#)

[¡TRANSFORMA TU VIDA CON LAS FASES DE LA LUNA!](#)

[EL MES LUNAR](#)

[UNA GUÍA PARA UTILIZAR LAS FASES DE LA LUNA](#)

[La fase de la luna nueva](#)

[La fase de la luna creciente](#)

[La fase del primer cuarto, o cuarto creciente](#)

[La fase de la luna gibosa creciente](#)

[La fase de la luna llena](#)

[La fase de la luna gibosa menguante](#)

[La fase del tercer cuarto, o cuarto menguante](#)

[La fase de la luna balsámica](#)

[CREA LA VIDA DE TUS SUEÑOS CON LA LUNA NUEVA](#)

[PIDE TUS DESEOS EN LUNA NUEVA](#)

[EL SECRETO DE DEFINIR TUS DESEOS DURANTE LA LUNA NUEVA](#)

[Cómo expresar tus deseos durante la luna nueva: las reglas de oro](#)

[CÓMO PEDIR DESEOS DURANTE LA LUNA NUEVA](#)

[Ejemplos de petición de deseos durante la luna nueva](#)

[PLANIFICA TU VIDA CON LA LUNA NUEVA](#)

[DE QUÉ MANERA LOS SIGNOS DEL ZODÍACO «DAN UN TOQUE DE SABOR» A LA LUNA NUEVA](#)

[UNA GUÍA PARA LA LUNA NUEVA EN CADA UNO DE LOS SIGNOS ZODIACALES](#)

[La luna nueva \(o eclipse solar\) en Aries a](#)

[La luna nueva \(o eclipse solar\) en Tauro b](#)

[La luna nueva \(o eclipse solar\) en Géminis c](#)

[La luna nueva \(o eclipse solar\) en Cáncer d](#)

[La luna nueva \(o eclipse solar\) en Leo e](#)

[La luna nueva \(o eclipse solar\) en Virgo f](#)

[La luna nueva \(o eclipse solar\) en Libra g](#)

[La luna nueva \(o eclipse solar\) en Escorpio h](#)

[La luna nueva \(o eclipse solar\) en Sagitario i](#)

[La luna nueva \(o eclipse solar\) en Capricornio j](#)

[La luna nueva \(o eclipse solar\) en Acuario k](#)

[La luna nueva \(o eclipse solar\) en Piscis l](#)

[PREDICE TU FUTURO CON LA LUNA NUEVA](#)

SIGNOS SOLARES / SIGNOS ASCENDENTES Y CASAS

Descubre cuál es tu signo ascendente

Descubre la casa donde se encuentra la luna nueva

UNA GUÍA PARA LA LUNA NUEVA EN CADA UNA DE LAS CASAS

La luna nueva (o eclipse solar) en tu primera casa

La luna nueva (o eclipse solar) en tu segunda casa

La luna nueva (o eclipse solar) en tu tercera casa

La luna nueva (o eclipse solar) en tu cuarta casa

La luna nueva (o eclipse solar) en tu quinta casa

La luna nueva (o eclipse solar) en tu sexta casa

La luna nueva (o eclipse solar) en tu séptima casa

La luna nueva (o eclipse solar) en tu octava casa

La luna nueva (o eclipse solar) en tu novena casa

La luna nueva (o eclipse solar) en tu décima casa

La luna nueva (o eclipse solar) en tu undécima casa

La luna nueva (o eclipse solar) en tu duodécima casa

TRABAJA CON LA MAGIA DE LA LUNA LLENA

EL PERDÓN Y LA GRATITUD DE LA LUNA LLENA

¿POR QUÉ ES CRUCIAL EL PERDÓN PARA QUE LOS SUEÑOS SE MANIFIESTEN?

Cómo perdonar a alguien

LA IMPORTANCIA DE LA GRATITUD

PLANIFICA TU VIDA CON LA LUNA LLENA

UNA GUÍA PARA LA LUNA LLENA EN CADA UNO DE LOS SIGNOS

La luna llena (o eclipse lunar) en Aries a

Luna llena (o eclipse lunar) en Tauro b

La luna llena (o eclipse lunar) en Géminis c

La luna llena (o eclipse lunar) en Cáncer d

La luna llena (o eclipse lunar) en Leo e

La luna llena (o eclipse lunar) en Virgo f

La luna llena (o eclipse lunar) en Libra g

La luna llena (o eclipse lunar) en Escorpio h

La luna llena (o eclipse lunar) en Sagitario i

La luna llena (o eclipse lunar) en Capricornio j

La luna llena (o eclipse lunar) en Acuario k

La luna llena (o eclipse lunar) en Piscis l

PREDICE TU FUTURO CON LA LUNA LLENA

UNA GUÍA PARA LA LUNA LLENA EN CADA UNA DE LAS CASAS

La luna llena (o eclipse lunar) en tu primera casa

La luna llena (o eclipse lunar) en tu segunda casa

La luna llena (o eclipse lunar) en tu tercera casa

La luna llena (o eclipse lunar) en tu cuarta casa

La luna llena (o eclipse lunar) en tu quinta casa

La luna llena (o eclipse lunar) en tu sexta casa

La luna llena (o eclipse lunar) en tu séptima casa

La luna llena (o eclipse lunar) en tu octava casa

La luna llena (o eclipse lunar) en tu novena casa

La luna llena (o eclipse lunar) en tu décima casa

La luna llena (o eclipse lunar) en tu undécima casa

[La luna llena \(o eclipse lunar\) en tu duodécima casa](#)
[VIVE DE FORMA CONSCIENTE SIGUIENDO LA LUNA DIARIA](#)

[¿DÓNDE ESTÁ LA LUNA DIARIA?](#)

[UNA GUÍA PARA LA LUNA DIARIA EN CADA UNO DE LOS SIGNOS](#)

[La luna diaria en Aries a](#)

[La luna diaria en Tauro b](#)

[La luna diaria en Géminis c](#)

[La luna diaria en Cáncer d](#)

[La luna diaria en Leo e](#)

[La luna diaria en Virgo f](#)

[La luna diaria en Libra g](#)

[La luna diaria en Escorpio h](#)

[La luna diaria en Sagitario i](#)

[La luna diaria en Capricornio j](#)

[La luna diaria en Acuario k](#)

[La luna diaria en Piscis l](#)

[ACÉRCATE A LA LUNA](#)

[UNA GUÍA PARA LA LUNA DIARIA EN CADA UNA DE LAS CASAS](#)

[La luna diaria en tu primera casa](#)

[La luna diaria en tu segunda casa](#)

[La luna diaria en tu tercera casa](#)

[La luna diaria en tu cuarta casa](#)

[La luna diaria en tu quinta casa](#)

[La luna diaria en tu sexta casa](#)

[La luna diaria en tu séptima casa](#)

[La luna diaria en tu octava casa](#)

[La luna diaria en tu novena casa](#)

[La luna diaria en tu décima casa](#)

[La luna diaria en tu undécima casa](#)

[La luna diaria en tu duodécima casa](#)

[CONCLUSIÓN](#)

[LAS CUATRO TÉCNICAS DE PREDICCIÓN MÁS AVANZADAS](#)

[1. PLANIFICA EL AÑO QUE TIENES POR DELANTE](#)

[2. PREDICE EL MES QUE TIENES POR DELANTE CON TU RETORNO LUNAR](#)

[3. PLANETAS Y GRADOS](#)

[4. LOS NODOS LUNARES](#)

[NODOS LUNARES 2017-2026](#)

[GUÍA DE REFERENCIA RÁPIDA PARA LAS CASAS Y LOS SIGNOS](#)

[LAS DOCE CASAS Y LO QUE REPRESENTAN](#)

[LOS DOCE SIGNOS Y LO QUE REPRESENTAN](#)

[EXTRAS CÓSMICOS](#)

[ACEITES ESENCIALES](#)

[LA ENERGÍA NUMEROLÓGICA DE LA LUNA NUEVA](#)

[CHAKRAS](#)

[Chakras 3D](#)

[Chakras 5D](#)

[MANTRAS](#)

[LAS DIOSAS QUE NOS GUÍAN](#)

[LOS ARCÁNGELES QUE NOS GUÍAN](#)

[LAS DOCE LEYES UNIVERSALES](#)

[LOS DOCE RAYOS CELESTIALES](#)

[NOMBRES DE LA LUNA LLENA](#)

[CUARTOS DE LUNA: LUNAS CRECIENTES Y LUNAS MENGUANTES](#)

[BIBLIOGRAFÍA](#)

[RECURSOS](#)

[AUTORIZACIONES](#)

[SOBRE AL AUTORA](#)



Introducción

La luna es el templo más antiguo de la Tierra y posee la potencia de innumerables plegarias desde el origen de los tiempos..., una campana cuyo tañido te lleva al campo de la Madre, donde el alma y el cuerpo pueden beber con toda tranquilidad.

Dana Gerhardt, Mooncircles

¿Me creerías si te dijera que puedes utilizar la luna como un temporizador cósmico extraordinariamente simple para ayudarte a crear la vida de tus sueños?

Bien, así es en verdad. ¿Cómo lo sé? Porque ha funcionado para mí y también para cientos, o incluso miles, de mis lectores durante la última década y media, en la que he estado escribiendo sobre cómo manifestar tus deseos ¹ con la luna en mi página web, www.moonology.com. Y cuando leas y empieces a utilizar las prácticas y la información ofrecidas en este libro, también funcionarán para ti. Trabajando con la energía de la luna puedes llegar a desarrollar un asombroso poder de manifestación.

Si quieres utilizar la luna como una herramienta para crear la vida que desees, simplemente necesitas conocer los ciclos lunares y comprender los principios básicos para manifestar tus deseos. Este libro te enseñará a hacer ambas cosas.

Si ya te has adentrado en el tema, pero hasta el momento gran parte de tus deseos no han llegado a materializarse, la información incluida aquí puede ser el vínculo que te falta para conseguirlo. La lectura de este libro te permitirá aprender a trabajar con las energías de la luna para que tus deseos y tus sueños tengan más peso.

Manifestar teniendo en cuenta los ciclos de la luna y utilizándolos como un temporizador cósmico potencia en gran medida nuestras oportunidades de convertirnos en creadores conscientes consumados que manifiestan deliberadamente sus deseos.

No necesitas ser astrólogo para conseguirlo. De hecho, ni siquiera necesitas creer en la astrología. Tampoco debes tener conocimientos de matemáticas ni de

astronomía. Es realmente muy sencillo trabajar con la luna sin saber demasiado sobre los cómo y los porqués. La luna está ahí cada noche para que nosotros la contemplemos.

Estamos conectados con ella y ella está conectada con nuestro planeta. Eso es todo lo que necesitas saber como punto de partida.

El secreto es pronunciar deseos y establecer intenciones en sintonía con los ciclos lunares. Durante años he recibido cientos de correos electrónicos de personas que me comunicaban el éxito obtenido al manifestar sus objetivos, gracias a la práctica regular de manifestar los deseos durante la luna nueva. Y lo que espero transmitirte con este libro es precisamente ese éxito.

Aprenderás cómo y por qué funcionan los deseos de la luna nueva (¡y efectivamente funcionan!) y de qué manera la luna llena encaja en el proceso y colabora con él. (En realidad, el trabajo personal que realizas durante la fase de la luna llena es muy útil para que puedas expresar tus sueños en la fase de la luna nueva, dos semanas más tarde).

También aprenderás cómo puedes aprovechar al máximo la luna llena y la luna nueva, dependiendo de en qué signo zodiacal se encuentren. Y descubrirás cómo deducir a qué parte de tu carta astrológica están afectando tanto la luna nueva como la luna llena. Puedes emplear esta información más tarde para predecir lo que puedes esperar en las próximas semanas.

CÓMO FUNCIONA ESTE LIBRO

He organizado el libro en cuatro partes.

La primera parte es una introducción para conectarse con la luna. Incluye una visión general de sus ocho fases principales. Comprender estas fases, cada una de las cuales tiene un ritmo determinado, y lo esencial que hay que hacer en cada una de ellas, será una verdadera bendición para tu vida. Una vez que aprendas a bailar al ritmo de la luna, observarás que la vida fluye más fácilmente: será como si hubieras descifrado un código secreto.

La segunda parte trata de la luna nueva y de cómo *pedir* durante esta fase: de qué manera hay que hacerlo para que se cumplan nuestros deseos y por qué funciona. ¡En esta sección te enseño por qué deberías realizar esta práctica cada cuatro semanas durante el resto de tu vida!

Esta parte implica también conocer en qué signo del Zodíaco se encuentra la luna nueva. Con esta información, puedes empezar a trabajar con los temas y las energías de cada lunación. ² Es un proceso muy potente, y no necesitas conocer la astrología para embarcarte en él.

Además, en la sección dedicada a la luna nueva te guiaré para que descubras rápida y fácilmente en qué lugar de *tu carta astrológica personal* se encuentra la luna nueva cada mes. Todos los meses la luna nueva activa una parte de tu carta astrológica llamada casa y te mostraré qué es lo que puedes esperar como resultado de esa situación.

También aprenderás a utilizar la luna nueva para mejorar tu vida conectándote con los arcángeles y las diosas, cómo potenciar tus chakras y mucho más. La idea es que puedas crear, organizar y predecir tu vida utilizando la luna nueva como un temporizador.

La tercera parte se centra en la luna llena. Además de ser hermosa y de proyectar sobre nosotros sus rayos numinosos, ³ la luna llena representa las emociones intensificadas, los tira y afloja en nuestra vida, los puntos álgidos y la oportunidad de liberarnos de la negatividad. En esta sección te mostraré cuál es la mejor forma de utilizar la energía mensual de la luna llena a medida que pasa por cada uno de los signos del Zodíaco. También nos ocuparemos del poder del perdón y la gratitud en la fase de la luna llena y de la influencia positiva que tienen ambos sobre los deseos formulados en luna nueva.

Por otra parte, aprenderás cómo se puede utilizar el signo de la luna llena para respaldar los esfuerzos que realizas para vivir conscientemente y en sintonía con el Universo. También te enseñaré a calcular en qué parte de tu propia carta astrológica se encuentra la luna llena en cada uno de los meses y el significado que tiene para ti.

La cuarta parte se ocupa de la luna diaria. Si llegas a convertirte en un fiel seguidor de la luna, saber en qué momento exacto se encuentra en un día concreto será un dato imprescindible. Esta sección te ayudará a comprender lo que la luna diaria significa para ti. Empezarás a asimilar la importancia de la energía de cada luna diaria y aprenderás a utilizarla.

A lo largo del camino también te enseñaré algo sobre los eclipses, que se producen con arreglo a la luna llena y la luna nueva, y con otros elementos llamados nodos lunares. Un eclipse que ejerce una fuerte influencia sobre tu carta astrológica puede representar un cambio de vida (créeme, lo he experimentado personalmente). También aprenderás a crear una agenda de la luna de doce meses, para poder trabajar contigo mismo de un modo práctico y mágico todos los meses en consonancia con las fases lunares. De este modo, al cabo de un año habrás trabajado con muchos aspectos de tu vida que necesitan atención.

Todo esto se presenta de la forma más simple posible. Y con el fin de facilitar todavía más las cosas, cuando lo considere necesario incluiré vínculos para las páginas de mi sitio web en las que puedes encontrar más información o descargar hojas de trabajo.

¡De manera que sube a bordo, porque partimos hacia la luna!

1 «Manifestar» se utiliza en este contexto en el sentido de hacer realidad, de traer al mundo material aquello que imaginamos y visualizamos. Según este planteamiento, todos nos estamos manifestando constantemente. Nuestros pensamientos y acciones crean un flujo de energía que da forma a nuestras vidas.

2 Tiempo que tarda la luna en pasar de una conjunción con el sol a la siguiente, y que equivale a 29 días y 12 h.

3 N. de la T.: Perteneciente o relativo al numen como manifestación de poderes divinos.

A large, glowing full moon is the central focus of the image, set against a dark, starry night sky. The moon's surface is visible with craters and maria. The stars are of varying brightness, some appearing as sharp points of light and others as soft, out-of-focus glows. The overall tone is mystical and serene.

Primera parte

¿POR QUÉ ES MÁGICA LA LUNA?

Muchos de los que trabajan deliberadamente para hacer realidad sus deseos desconocen un hecho importante: poner en marcha el proceso durante la fase de la luna nueva aumenta con creces nuestras posibilidades de conseguirlo.

Capítulo 1



¡Entra en sintonía con la luna!

Déjame empezar esta sección contando mi historia favorita sobre los deseos manifestados durante la luna nueva. Necesito volver atrás hasta la época en que tenía trece o catorce años y vivía en la ciudad de Hobart, en el estado australiano de Tasmania. En caso de que no hayas oído hablar de ella, Tasmania es una isla en el fin del mundo situada frente a la costa sur de Australia. Lo único que hay entre ella y la Antártida es una gran masa de agua *muy* turbulenta y un aire gélido. ¡Créeme, lo sé porque he navegado en esas aguas!

DESEAR QUE LOS SUEÑOS SE HAGAN REALIDAD

En aquella época mi sueño más deseado era salir de Tasmania para vivir en París. Había colgado fotos de París en las paredes de mi dormitorio; leía poesía francesa y escuchaba música francesa. El primer plato que aprendí a cocinar fue una *quiche lorraine*, evidentemente porque era de origen francés. En un momento determinado me las arreglé para conseguir un paquete de cigarrillos Gauloise, no para fumarlos sino para usarlos como incienso en mi habitación mientras me imaginaba que estaba sentada en un café parisino muy *chic* del Barrio Latino escuchando *jazz*. (Desafortunadamente, mi madre notó el olor, pensó lo peor y tuve bastantes problemas).

Muchos años más tarde, cuando ya me había convertido en periodista, pasé una semana en París porque una amiga me había ofrecido las llaves de su piso mientras estaba de vacaciones en Australia. No fue mi primer viaje a la ciudad de mis sueños, pero sí fue la primera vez que la visité como adulta y la primera ocasión en la que estuve sola en ella.

Llegué a París una noche de luna nueva y, por supuesto, me dirigí directamente hacia la torre Eiffel. Pensé que la torre sería la *antena* perfecta para elevar mis deseos al cielo. Y, en efecto, así fue.

Ese día mis deseos consistían en poder quedarme en París mucho más tiempo que la semana que había programado. Yo era escritora *freelance* y esto me permitía trabajar

con mi ordenador portátil en cualquier lugar del mundo siempre que tuviera una conexión a Internet; además, tenía el pasaporte en orden. Ahora que estaba en París con todo esto a mi favor, *¿por qué demonios tenía que marcharme?* Después de expresar mis deseos decidí volver al apartamento de mi amiga. Mientras caminaba por las hermosas calles parisinas al atardecer, una voz dentro de mi cabeza dijo muy claramente: «¡Es cierto, ahora vivo aquí!».

«¡Caramba! —pensé—. ¡Qué extraño que esté pensando esto!».

Al día siguiente vi un anuncio escrito a mano donde se ofrecía un apartamento en alquiler en uno de los distritos más elegantes de París, muy cerca de donde me alojaba. Acudí a la cita con la propietaria, que me mostró el apartamento y resultó ser una mujer encantadora (más tarde descubrí que era una princesa europea). Era perfecto; el único inconveniente era que su marido tenía un cuarto oscuro de fotografía junto a la cocina y la pareja quería utilizarlo de vez en cuando. Por esta razón, el alquiler era la mitad de lo que hubiera costado normalmente en ese maravilloso barrio de la ciudad. El apartamento estaba muy cerca del Boulevard St. Michel.

Y para facilitar más las cosas, la propietaria y su marido hablaban un perfecto inglés, de manera que pude comunicarme sin ningún problema con ellos (todavía necesitaba perfeccionar el francés que había aprendido en la universidad). Me ofrecieron el apartamento y yo, por supuesto, dije «*oui!*» sin pensarlo dos veces. Así fue como terminé viviendo en París los siguientes dos años y medio.

Me pregunto: ¿fue el mero hecho de *desear* vivir en París lo que consiguió hacer realidad mi sueño? Bueno, no exactamente. Primero tuve el *sueño* de vivir allí y luego *hice algo* para hacerlo posible (estudiar francés y visitar la ciudad). Además, estoy segura de que mis sueños se materializaron porque expresé mis deseos bajo la torre Eiffel. Lo que quiero decir es que siempre estamos manifestando. No podemos evitarlo. ¿Sueñas (o te preocupas) con darle un vuelco a tu vida? En ese caso tal vez lo consigas. ¿Sueñas con vivir en París? Entonces tal vez lo consigas. El hecho de soñar con París creó mi realidad.

Un par de horas después de haber firmado el contrato de alquiler del apartamento, una persona que conocí en un café me dijo: «*Vous avez faites un miracle!*».

¹ Como es evidente, por lo general no es tan fácil para un forastero hacer un viaje a París y encontrar un apartamento para alquilar y menos aún algo tan económico en la mejor zona de la ciudad.

Sin embargo, eso es precisamente lo que sucedió; fue como si yo misma hubiera materializado mi deseo. Estaba viviendo mi sueño; me parecía algo simplemente natural... y la magia se produce cuando las cosas parecen ocurrir de una forma natural.

LOS DIEZ DATOS MÁS IMPORTANTES SOBRE LA LUNA

Antes de seguir adelante citaré diez datos claves, astrológicos y de otro tipo, que necesitas conocer con el fin de poner las cosas en perspectiva:

1. La luna está a 384.400 km de la Tierra y tiene un radio de 1.737 km.
2. Los astronautas de la misión del *Apolo 11* de 1969 (entre los que se encontraban Buzz Aldrin y Neil Armstrong) y las cinco misiones Apolo que la sucedieron tardaron aproximadamente tres días en llegar a la luna. Pero en 2006, la misión New Horizons pasó por la luna en su camino hacia Plutón y llegó hasta allí en solo nueve horas. De cualquier manera, en esa ocasión solo se trataba de pasar cerca y por lo tanto no existía la necesidad de aminorar la marcha para el alunizaje.
3. Se estima que la luna se formó hace alrededor de 4.527 millones de años; eso significa que tiene aproximadamente la misma antigüedad que la Tierra.
4. La teoría científica más popular sobre el origen de la luna afirma que se formó con los residuos en órbita producidos por el choque de la Tierra, que acababa de nacer, con un planeta que tenía aproximadamente el tamaño de Marte.
5. La luna gira alrededor de la Tierra, así como la Tierra gira en torno al sol.
6. La luna tarda aproximadamente treinta días en atravesar los doce signos del Zodíaco y pasa unos dos días en cada uno de ellos.
7. Cada dos semanas hay una luna nueva que dos semanas más tarde es sucedida por una luna llena. Luego, al cabo de dos semanas vuelve a haber una luna nueva, y así sucesivamente.
8. Los astrólogos utilizan la palabra *lunación* para hablar de la luna nueva o de la luna llena. Por ejemplo, podríamos decir que la siguiente lunación es la luna llena en Aries.
9. En astrología, los aspectos más importantes que gobiernan la luna son: las emociones, el alimento, el hogar, los instintos, la madre, las necesidades, los pechos, la crianza, la femineidad, el pasado, las raíces, la seguridad y el subconsciente.
10. La luna activa los planetas mientras se traslada a través del Zodíaco, y por ese motivo es un fantástico temporizador astrológico.

Sin embargo, lo más importante para nuestro propósito es que en términos astrológicos la luna está asociada con los sentimientos, las emociones, las madres, la educación y crianza de los niños, los recuerdos, la femineidad, la Diosa, las brujas, las

mujeres, la infancia, los ciclos, la herencia, los hábitos, la sensibilidad, los estados anímicos, las fluctuaciones, el subconsciente, la receptividad, la vida doméstica, lo público, el hogar, el alimento, las necesidades y muchas otras cosas.

LOS BENEFICIOS DE CONECTARSE CON LA LUNA

A medida que te familiarices con las prácticas incluidas en este libro, estoy segura de que comprenderás rápidamente que la conexión con la luna es muy poderosa; cuando expresas tus deseos durante la luna nueva, y te liberas de cargas y perdonas cuando llega la luna llena (más adelante hablaré más detalladamente de estos dos procesos). También descubrirás que es fascinante trabajar con el signo del Zodíaco en el cual se encuentran la luna nueva y la luna llena, así como comprobar que el hecho de saber en qué momento la luna nueva o la luna llena están afectando tu horóscopo personal te permite tomar conciencia de algunas cosas. Después de un cierto tiempo, es más que probable que comiences a contar los días que faltan para la siguiente lunación.

Si estás en un camino espiritual (y el hecho de que estés leyendo este libro significa que seguramente así es), conectarte con la luna será pura magia. En primer lugar, la luna por sí misma te recuerda que en la vida hay mucho más que las meras anécdotas de nuestro día a día. Lo que quiero decir es que ¡simplemente te detengas a mirarla! La luna es algo que aparentemente flota en el cielo. Incluso a simple vista es sorprendente. (Si nunca la has visto a través de un telescopio, te recomiendo muy especialmente que lo hagas. *Es impresionante, en el más amplio sentido de la palabra*).

Observar la luna de mes en mes, y de año en año, te conectará con sus ciclos y sus ritmos; te ayudará a recordar que todos formamos parte de algo mucho mayor, que somos hijos del Universo. Somos polvo de estrellas. Somos *mucho más* que personas que van a trabajar en transporte público y, una vez en el lugar de trabajo, se dedican a competir con sus compañeros por conseguir una promoción o un ascenso.

Somos los hacedores de un viaje mágico hacia la iluminación. Somos uno con el cielo y el Universo, y con todo lo que hay más allá de él. Y aunque no podamos observarlo en su plenitud, o ni siquiera dediquemos demasiado tiempo a contemplar la naturaleza, conectarnos con la luna nos permite volver a conectarnos con lo Divino, con nuestros seres divinos y con el cosmos.

Cuando comienzas a entrar en sintonía con los ciclos de la luna, empiezas a conectarte con el cosmos y la naturaleza. Somos seres humanos del siglo XXI y tendemos a estar bastante desconectados de ellos. Como es evidente, no todos vivimos en ciudades y pasamos muchas horas del día en habitaciones iluminadas de manera artificial, quizás frente a un ordenador. No obstante, para muchos de

nosotros esa es la realidad cotidiana, ¿no es verdad? Salir al exterior, entrar en contacto con la naturaleza y observar la misteriosa luna es un remedio real.

Puedes observar la luna desde un parque cercano a tu casa o desde tu jardín. Si no tienes jardín, puedes mirarla desde la entrada de tu casa. Y si no tienes ni entrada particular ni jardín, puedes contemplarla desde la calle o desde tu ventana. Recuerdo la primera vez que tuve la oportunidad de observar la luna en su fase creciente, noche tras noche. Estaba en Tailandia y me alojaba en una cabaña en la playa. El cielo estaba completamente negro y la luna era un verdadero espectáculo.

Ahora, cuando la luna está prácticamente llena me encanta darme un «baño de luna» y recibir sus rayos brillantes. Suelo hacerlo en compañía de mi hijo con el propósito de que empiece a conectarse con la magia de la luna. Por cierto, las noches de luna llena son un excelente momento para eliminar la negatividad acumulada en tus joyas; solo tienes que dejarlas en el exterior en algún lugar seguro.

Conectarse con la luna es una práctica maravillosa que merece la pena incorporar a tu vida. Al expresar tus deseos durante la luna nueva comenzarás a manifestar tus sueños. El mero hecho de hacerlo significa que ya has llegado a creer, como me sucede a mí, que la luna nueva tiene algo que es muy potente. Y en cuanto a la luna llena (que es el momento en que dejamos de aferrarnos a las cosas), eso es simplemente puro sentido común, ¿no te parece? Necesitamos abandonar el control de todo, desde la toxicidad hasta la negatividad, y debemos hacerlo de forma regular.

¹ ¡Has hecho un milagro!

Capítulo 2



Transforma tu vida con las fases de la luna

Para mí, lo más importante de conectarse con la luna es el hecho de saber en qué ciclo se encuentra en cualquier momento del mes. De modo que vamos a empezar a trabajar con la luna siguiendo sus movimientos a través de sus *ocho fases*. ¡Esta información podría llegar a cambiar tu vida!

Con toda certeza ya conoces al menos los nombres de dos de las ocho fases lunares: la luna llena y la luna nueva.

Ahora sigue leyendo...

EL MES LUNAR

Aunque la luna parece cambiar de forma en el cielo a medida que se mueve a través de sus fases (desde la luna nueva hasta la luna creciente y luego desde la luna llena hasta la luna menguante), iniciando el ciclo una y otra vez, lo que en realidad cambia es la posición de la luna en relación con el sol y la Tierra.

Ahora tendremos que hablar un poco de cuestiones técnicas... Piénsalo de la siguiente manera: la luna orbita alrededor de la Tierra y la Tierra gira en torno al sol; las fases lunares son el resultado del cambio de ángulo que hay entre la luna, la Tierra y el sol. Debido al ángulo que hay entre el sol y la luna mientras esta gira alrededor de la Tierra, desde nuestra ubicación vemos la luna iluminada de diferentes formas. Por este motivo, en algunas ocasiones vemos iluminada la cara entera (luna llena) y en otros momentos la vemos como una «media luna» (luna creciente o menguante).