

Luna Nueva — Martes 21/10/2025

“Desde Franck Terapias Holísticas te traemos qué hacer el martes 21/10 (Luna Nueva) para sembrar intenciones claras, realistas y con alma.

- Purificación: vela blanca, sahumo de sándalo o palo santo, abre ventanas. Pon música suave.
- Semillas conscientes: escribe 3 intenciones en presente + emoción ('Me levanto con energía y disfruto mover mi cuerpo cada mañana'). Agregue 3 microacciones (7–14 días) con la intención de que la energía se mueva ya.
- Ancla corporal: mano en esternón 1 minuto, imagina una luz tenue expandiéndose con tu intención.
- Agua programada: carga un vaso de agua con tu frase; Bebé con respiración profunda.
- Cierre: guarde el papel en un lugar especial 1 ciclo lunar. Revisalo en Cuarto Creciente y ajusta acciones.

Afirmación: 'Merezco lo bueno que me imagino. Ya está en camino’”.