

# ACTIVANDO TU ENERGÍA

---

MÓDULO 7

---

## GUÍA DE MEDITACIÓN



NUESTRO ESPACIO

BY MI ESPACIO Y ARTEMISA SANACIÓN

## MÓDULO 7

### ACTIVANDO TU ENERGÍA

#### LA LUNA Y SUS FASES



Luna y Mujer son iguales.  
Ambas son femeninas,  
cíclicas y dadoras de vida"

**FASE DE LA LUNA:** Luna nueva

**FASE DEL CICLO:** Menstruación

**ESTACIÓN DEL AÑO:** Invierno

**CARACTERÍSTICAS:** Silencio, introspección, soledad, "Ir hacia adentro", sensible, instinto e intuición, silencio, quietud.

**FASE DE LA LUNA:** Cuarto creciente

**FASE DEL CICLO:** Pre-ovulación

**ESTACIÓN DEL AÑO:** Primavera

**CARACTERÍSTICAS:** Capacidad analítica, concentración, planificación, aumento de energía física, renovación, emociones estables

**FASE DE LA LUNA:** Luna llena

**FASE DEL CICLO:** Ovulación

**ESTACIÓN DEL AÑO:** Verano

**CARACTERÍSTICAS:** Proyectos, fertilidad, instinto e intuición, deseo sexual, expresiva sociable, empática, energética, autoestima, seguridad en sí misma

**FASE DE LA LUNA:** Cuarto menguante

**FASE DEL CICLO:** Pre-menstruación

**ESTACIÓN DEL AÑO:** Otoño

**CARACTERÍSTICAS:** Baja energía, SPM, limpiar, menos concentración, conectar con deseos, necesidades y miedos, soltar, sanar