




RITUEL POUR
DÉBUTER UN

Nouveau Cycle



Tu peux pratiquer ce rituel le jour de La Nouvelle Lune ou le premier jour de tes règles. dans les deux cas c'est le début d'un nouveau cycle. Cette période est propice à l'introspection et au changement. C'est une phase de renouveau où tu peux poser tes intentions. C'est le moment parfait pour planifier, créer et planter de nouvelles graines.

Je t'invite à créer un environnement chaleureux en allumant des bougies, de l'encens ou des guirlandes de lumière.

Prends quelques instants pour te connecter à ton cœur, à ton corps et à tes sensations. Respire profondément. prends le temps d'accueillir les émotions et les sensations.

Tu peux réaliser un tirage de cartes, pratiquer un temps d'auto-massage et/ou de méditation avant de poser tes intentions pour ce nouveau cycle en ressentant très fort tout ce que tu désires créer.



Manon B.

NATUROPATHE DU FÉMININ

