

LA LLUNA I EL MÓN EMOCIONAL

Els 4 elements i com cuidar-te (i acompanyar el teu infant) a través de la carta natal

Benvinguda

Si has arribat fins aquí és perquè ets una dona sensible, conscient, potser mare, potser en procés d'autoconeixement, potser totes dues coses alhora.

Aquesta guia no és per aprendre astrologia.

És per entendre el teu món emocional i com aquest influeix en la manera com cuides, estimes i poses límits.

La Lluna, a la carta natal, ens parla de:

- com ens sentim per dins
- com vam ser maternades
- què necessitem quan estem vulnerables
- i com acompanyem emocionalment els nostres infants

Quan entenem la Lluna, deixem de lluitar amb les emocions.

Comencem a escoltar-les.

QUÈ REPRESENTA LA LLUNA A LA CARTA NATAL

La Lluna és el teu refugi intern.

És on vas quan estàs cansada, sensible o emocionalment desbordada.

La Lluna explica:

- com busques seguretat
- com expresses les emocions
- què necessites per sentir-te cuidada
- com reaccions quan no et sents vista

I una cosa molt important:

la Lluna funciona a través dels 4 elements

Això vol dir que no totes sentim ni necessitem el mateix.



LLUNES D'AIGUA (Càncer · Escorpí · Peixos)

Com vius les emocions

Les emocions són profundes, intenses, canviants.

Sents molt, absorbeixes molt, i sovint et costa posar límits emocionals.

Necessites

- seguretat afectiva
- validació emocional
- sentir-te acollida

Com cuides (i com pots desbordar-te)

Cuides des del cor, amb molta entrega.

Però pots oblidar-te de tu mateixa i carregar amb emocions que no són teves.

Clau d'acompanyament:

Aprendre a cuidar sense fondre't amb l'altre.

Si el teu infant té Lluna d'aigua

- necessita sentir-se escoltat
- no funciona amb presses
- primer emoció, després límit

LLUNES DE TERRA (Taure · Verge · Capricorn)

Com vius les emocions

Les emocions són més contingudes.

Necessites ordre, estructura i sentir control intern per estar bé.

Necessites

- estabilitat
- rutines
- sentir que tot té un lloc

Com cuides (i com pots tensar-te)

Sostens molt, ets constant i responsable.

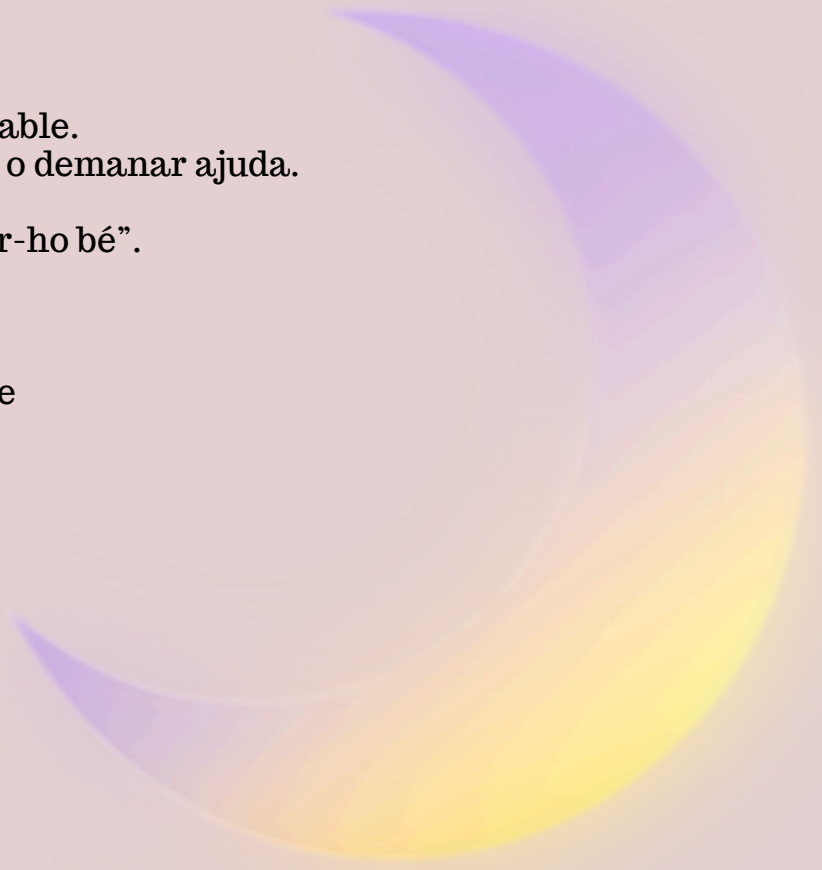
Però et costa mostrar vulnerabilitat o demanar ajuda.

Clau d'acompanyament:

Permetre't sentir sense haver de "fer-ho bé".

Si el teu infant té Lluna de terra

- necessita previsibilitat
- límits clars
- sentir-se segur a través de l'ordre



LLUNES DE FOC (Àries · Lleó · Sagitari)

Com vius les emocions

Les emocions són ràpides, intenses, expressives.

Reaccions abans de pensar i després ja sents.

Necessites

- expressió
- moviment
- sentir-te viva

Com cuides (i com pots esgotar-te)

Acompanyes amb presència i entusiasme.

Però pots sentir culpa per no arribar a tot o per reaccionar amb intensitat.

Clau d'acompanyament:

Canalitzar l'emoció sense reprimir-la.

Si el teu infant té Lluna de foc

- necessita expressar-se
- no suporta sentir-se frenat constantment
- moviment abans de parlar

LLUNES D'AIRE (Bessons · Balança · Aquari)

Com vius les emocions

Tendes a racionalitzar el que sents.

Parlar-ho, entendre-ho, posar-hi paraules.

Necessites

- comunicació
- sentir-te escoltada
- espais de diàleg

Com cuides (i com pots desconnectar-te)

Acompanyes parlant, explicant, raonant.

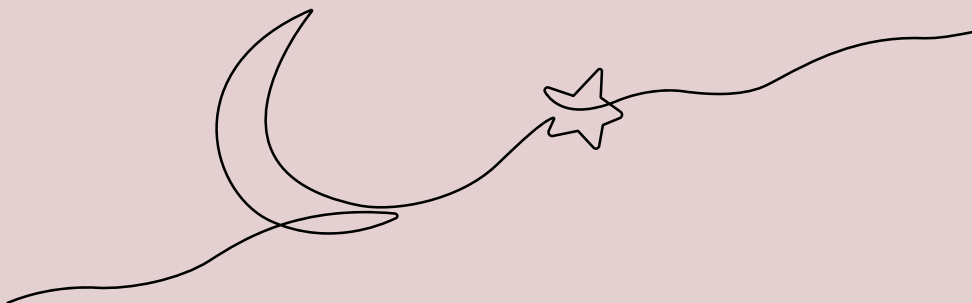
Però pots desconnectar-te del cos i de l'emoció profunda.

Clau d'acompanyament:

Baixar del cap al cos.

Si el teu infant té Lluna d'aire

- necessita explicar-se
- fer preguntes
- sentir que la seva veu compta



EXERCICI D'ACOMPANYAMENT EMOCIONAL

Tornar al teu centre.

Respira i respon amb honestedat:

- Quan estic emocionalment cansada, què faig?
- Què necessito realment en aquests moments?
- Això que necessito... m'ho permeto?

Ara observa:

aquesta és la clau del teu acompanyament, tant per tu com pel teu infant.

Acompanyar no és corregir.

Acompanyar és estar present sense jutjar.

CARTA NATAL I CARTA INFANTIL

Quan miro una carta natal o infantil:

- no busco prediccions
- no busco etiquetes
- busco què necessita aquesta ànima per sentir-se segura

La Lluna és la base de l'acompanyament emocional:

- en adults
- en infants
- en el vincle mare-fill/a

Entendre-la canvia la manera de cuidar.

Cada Lluna és única.

Cada element sent diferent.

I això no és un problema: és una riquesa.

Vols aprofundir una mica més?

Aquesta guia és una primera porta per entendre el teu món emocional a través de la Lluna.

Cada carta, però, és única, i cada procés també.

Si sents que vols:

- entendre millor la teva Lluna
- acompanyar emocionalment el teu infant amb més consciència
- o mirar com es relacionen els vostres mons emocionals

✨ em pots escriure directament a Instagram @astro_rituals_

i ho mirarem juntes a través de la carta astral, des d'un espai d'acompanyament i respecte.

No cal tenir-ho tot clar.

A vegades només cal fer el primer pas.

