

CUPRINS

Introducere	7
-------------	---

Partea I / Magia Lunii

Capitolul 1	Să înțelegem știința	15
Capitolul 2	Magia Lunii și a vieții lunare	23
Capitolul 3	Transformă-ți viața cu ajutorul fazelor Lunii	43
Capitolul 4	Semnele zodiacale, Luna și Soarele	69

Partea a II-a / Luna în fiecare semn zodiacal

Capitolul 5	Luna în Berbec	77
Capitolul 6	Luna în Taur	85
Capitolul 7	Luna în Gemeni	93
Capitolul 8	Luna în Rac	101
Capitolul 9	Luna în Leu	109
Capitolul 10	Luna în Fecioară	117
Capitolul 11	Luna în Balanță	125
Capitolul 12	Luna în Scorpion	133
Capitolul 13	Luna în Săgetător	141
Capitolul 14	Luna în Capricorn	149
Capitolul 15	Luna în Vărsător	157
Capitolul 16	Luna în Pești	165

Partea a III-a / Aprofundează-ți practica lunară

Capitolul 17	Ritualuri și reflecții lunare	175
Capitolul 18	Aprofundarea practicii tale și descoperirea mai multor magii lunare	183
Capitolul 19	Luni albastre, Luni negre, retrogradări și eclipse	193
Resurse		199
Mulțumiri		201
Despre autoare		205

Introducere



Bine ai venit în lumea magică a Lunii!

Te-ai trezit vreodată cu o senzație emoțională exacerbată și nimic nu te-a putut scăpa de ea toată ziua? Te-ai trezit vreodată, din senin, obsedat de anumite aspecte ale vieții tale fără niciun motiv aparent? Există zile în care intuiția sau instinctul ți-e atât de puternic, încât toate răspunsurile și schimbările care trebuie făcute în viața ta par să devină evidente, iar calea de urmat este clară? Există momente în care nu poți dormi și ajungi să stai treaz toată noaptea? Ce zici despre acele zile în care sincronicitățile par constante și totul se potrivește ca prin minune? Dar despre zilele în care simți nevoia de a fi complet singur și tânjești după un moment de liniște și singurătate?

Ce-ar fi dacă ți-aș spune că toate aceste lucruri și multe altele pot fi explicate lucrând cu ciclurile în continuă schimbare ale Lunii? Că, în loc să te lași târât de gândurile și emoțiile tale, ai putea în schimb să te uiți la Lună și la înțelepciunea ei străveche pentru a înțelege ce simți și să

folosești ciclurile ei pentru a crea o schimbare puternică și a prelua controlul asupra vieții tale? Aceasta este magia Lunii și este ceea ce îți oferă viața trăită în acord cu ea.

Pentru cei care nu mă cunosc, numele meu e Kirsty Gallagher și voi fi mentora ta în universul Lunii. Îți voi dezvălui meditațiile mele lunare și îți voi oferi îndrumări clare și practice despre cum să lucrezi cu energiile mistice și magice ale Lunii.

Privind în urmă, am fost întotdeauna fascinată de Lună și de astrologie. Îmi amintesc că, în adolescență, mă scufundam în cărți de astrologie pentru a afla despre zodii, semnele mele solare și lunare și despre cum se leagă acestea de mine ca persoană.

În 2009, am petrecut opt luni în India, adâncită în formarea mea ca profesoară de yoga și într-o adevărată călătorie a sufletului, timp în care Luna a devenit unul dintre cei mai mari profesori ai mei. În mod tradițional, nu se practică yoga când e Lună plină sau nouă, iar în timpul acestor „zile libere“ am experimentat efectele profunde ale Lunii. Chiar am simțit că lucrurile se schimbă în astfel de zile „de Lună“: energia era diferită, starea de spirit și temperamentul oamenilor se schimbau vizibil – și așa a început povestea mea de dragoste cu Luna.

Zilele de Lună erau rezervate pentru grija de sine, introspecție și muncă interioară profundă. Aceste zile de contempla liniștită mi-au permis să mă conectez pe deplin cu energiile Lunii și să mă bazez pe ele, să mă afund în înțelepciunea, efectele și îndrumarea ei – un punct de cotitură, un moment de înțelegere și răspunsuri, de clarificare și stabilire a intențiilor, cu mișcări profunde în inima și sufletul meu. Aceste verificări de două ori pe lună mi-au arătat zonele din viața mea care necesitau muncă sau atenție, ceea

ce ieșea la suprafață pentru mine și, mai presus de toate, puterea pe care o aveam asupra direcției vieții mele.

Pe parcursul acelor opt luni – și de atunci până în prezent – am făcut schimbări profunde în viața mea lucrând cu Luna, recalibrându-mi, resetându-mi și realiniindu-mi busola interioară, iar acum vreau să împărtășesc cu tine înțelepciunea dobândită.

Poate că ai auzit deja despre magia Lunii. Poate că ai fost captivat de imaginea ei pe cerul nopții. Poate că ai observat că starea ta de spirit sau a celor din jur se schimbă în anumite perioade ale Lunii. Sau poate dorești o modalitate de a onora trecerea timpului, un mod de a prelua controlul, o oportunitate de a te verifica periodic, de a te acorda cu un ciclu, un ritm, un flux în viața ta.

Oricare ar fi motivele tale, în această carte există ceva pentru tine, iar puterea și vigoarea cărții constă în simplitatea ei: nu trebuie să îți știi zodia, semnul solar, lunar sau ascendentul ori în care dintre casele tale se întâmplă să cadă Luna (deși toate acestea sunt fascinante), nu trebuie să urmezi o anumită cale spirituală sau să crezi în astrologie ori în altceva. În plus, oricine, de orice vârstă, poate obține perspective și inspirație uriașe, făcând salturi cuantice în viața sa, toate acestea lucrând cu fazele Lunii.

Motivația mea pentru a scrie această carte a fost în mare parte numărul mare de răspunsuri la distribuirea meditațiilor mele despre Lună pe rețelele de socializare și solicitările zilnice de mai multe informații despre lucrul cu energiile lunare. Acest lucru m-a încurajat să creez Lunar Living („a trăi în funcție de Lună“), o frăție lunară online unde sărbătorim toată magia Lunii. Atât de mulți oameni au fost treziți de puterea și influența incredibilă a Lunii și a cerului! În preajma zilelor de Lună plină, rețelele de