



ASTROSPIRAL

Solsticio... y siembra del 2022.

Celebro que estés nuevamente aquí y ¡con ganas demás!

Aquí tienes la segunda parte ;-) Consta de dos mini prácticas

TEN A MANO EL TRABAJO PREVIO

Primero, si haces este ejercicio **tómalo como un trabajo**

SAGRADO, si no, por favor, ni empieces.

Cuando puedas dedicarte entre media hora y **una hora, prepara tu espacio**, con música, vela, incienso... tu altar.

¡EMPEZAMOS!

NECESITARÁS

->> **PRIMER ACTO: captar las 12 esencias.**

- **Un bote de vidrio pequeño**, o un bote con tapón de corcho — ¡puede ser reciclado y del material que prefieras!
- **Pegamento**, o cinta adhesiva
- **Elementos decorativos** —hilos, purpurina
- **14 tiras de papel** —la medida depende de si anotas una palabra o una frase.

Se trata que releas lo que has escrito los 12 días.

- Empiezas por el primer día.
- Resumes en una palabra y la escribes en una tira de papel.
- Doblas el papel y lo pones dentro de la botella.
- Así sucesivamente hasta terminar con la recapitulación : releendo, captando la esencia, escribiéndola en una tira, doblándola y metiéndola en el bote de vidrio.
- Sobrarán 2 tiras.

ANORA:

- elige un término o frase que resuma la visión del año... ¿Qué construirás...?
- Cuando la tengas escríbela en otra tira de papel.
- Esta tira pégala en el bote y decora con hilos con pintura,

¡Ya tienes la botella con la siembra del 2022!

¿Más?

->> SEGUNDO ACTO: Imagen del 2022

- **Un marco de fotos**
- **Papel** para hacer tu obra y en una medida adecuada para el marco.
- **Pinturas** —las que te gusten. O revistas si prefieres hacer un collage.
- **Tijeras**

Se trata de hacer un imagen RECORDATORIO

- **Pinta la sensación** que te haya quedado del ejercicio ritual anterior, puede ser figurativo pero con colores y trazos ya es suficiente y cargar la imagen de ALMA, de fuerza.
- Si tu elección es collage pues elige imágenes que ilustren lo que has escrito, cuando tengas una 15, colócalas sobre el pap y realiza una composición. Cuando te guste, las vas pegando.
- **Vuelve a escribir la palabra clave** de la en la última tira de papel y la pegas dónde más te guste.
- **Has generado una imagen RECORDATORIO de tu siembra.**
- **¡Ya le puedes poner el marco! Y ubícala dónde la veas, ama lo que haya surgido.** Es una imagen cargada de PODER

¡QUE TENGAS UNA MAGNÍFICA SIEMBRA!

Un abrazo

Gemma Rabionet

www.astrosprial.com