

# RITUAL

CUIDADOS PARA SOSTENER LA VIDA





Me reconozco vulnerable.  
Agradezco a cada uno de  
los seres que en conjunto  
me han permitido devenir  
persona.

Devenir viento con sus  
palabras, Tierra con sus  
cuerpos y alimentos,  
fuego en confiar en mi  
propia llama. Agua en el  
navegar por el mar de  
emociones.

Reconozcamos la  
interdependencia entre  
seres como la cualidad  
que nos une para hacer  
posible las vidas.  
Reconozcamos que sin  
cuidados no podemos  
sostener las vidas"

# Bienvenidx

Sostengo este espacio grafico como una linea de fuga, como una puente que sirve a al autoconocimiento a traves de rituales simples. Asi hacer de nuestra vida el espacio sagrado en donde transcurrimos. El cual nos atraviesa y atravesamos en constante devenir.

Mis creaciones cosmeticas intentan ser solo un medio para el cuidado , uno de las tantas medicinas que la naturaleza en su magnitud nos ofrece. Naturaleza que habita en nosotrxs.

ΔTRAVESAMOS?





Ritual de nutrición corporal.  
A través de explorar nuestrx  
cuerpx, sus curvas y relieves.

Creados con manteca de  
Karite o Cacao, pétalos de mi  
jardin y Aceites esenciales  
locales,

De Palo de rosa para la  
suavidad y dulzura.

Mandarina para activacion y  
energía

Lavanda relajación y sueño.

Salvia Blanca para ritual de  
Menstruación y conexión con  
nuestras uteras y sus  
memorias

\$5.000

MANTECAS CORPORALES





# Habito mi tierra, Siento la sacralidad de mi piel

Escoge un lugar que te haga sentir cómodo. De preferencia en la naturaleza, o en contacto con ella. Cierra tus ojos toma tres respiraciones profundas y comienza a tocar tus manos con detención,

Centremosnos en las palmas, exploralas con suavidad, observa sus colores, sus líneas. ¿Que colores identificas?...

Ahora suavemente lleva las manos a los codos pasando por los hombros. Acaricia ese maravilloso organo de la piel. acerca tus hombros a tu cara .

Acaricialos con ella.

A que huele mi piel ?.Sigue explorando tu espalda, toques suaves y alternamos mas fuertes.

Llevo las manos a recorrer mi vientre, alto, pasando por mi ombligo, siento esa conexión de nutrición con mi plexo, con mi madre y recito el mantra. Me

tomo todo el tiempo que considere necesario . Finalmente me abrazo y agradezco esta texturas que me conforman.

**RITUAL**



# Habito la tierra, Siento la sacralidad de su piel

La naturaleza también tiene piel, la tierra en sus bastas extensiones de tierra y follaje...

¿Dónde puedes apreciar la piel de la tierra?

La invitación es a que aperturemos los sentidos, siéntate frente a un árbol, roca, o extensión de tierra, con la que quieras conectar, cierra suavemente tus ojos y preséntate, puedes hacerlo en voz baja, puedes solo saludar, reconoce su presencia e introduce la tuya. apertura ese vínculo, comienza a sentir sus relieves, sus texturas. Date tiempo para explorarla, luego lleva tu mano al corazón. Sientes tu pulso?. Estas viva, ella también.

Respira profundo y si deseas puedes expresar lo que te evoca. Saber que caminas sobre su piel. Expícale lo que sientes. Yo suelo cantarle o hablarle como a una amiga porque lo es, pero en tu ritual, es tu vínculo y puedes expresarlo de la forma que a ti te resuene. A veces las palabras quedan cortas...

RITUAL

Ritual de conexión  
con el cuidado,  
gestado con  
Caléndula y Matico  
para regenerar  
pieles dañadas.  
Ideal para pieles  
tatuadas,  
quemaduras  
superficiales y  
pezones tras  
amamantar

\$8.000

UNGUENTO  
REGENERATIVO



# SANA, SANA

Sientes el olor al unguento?..

Que recuerdos te genera?.. Ahora cierra los ojos y date permiso para sentir tu herida,

Como se siente la herida?, duele, arde, quizás es expansiva, o tal vez como un hormigueo?. Describela en sensaciones. Ahora dirige tu atención a la sanacion.



EN QUE FASE DE LA LUNA ESTAMOS

ME AMO, ME COMPROMETO CON MIS HERIDAS

QUE FASE DE MI CICLO ESTOY TRANSITANDO?

QUE ME MUESTRA ESTA HERIDA?



QUE SIGNIFICA PARA MI ESTA HERIDA?

LLEVA REGISTRO DEL PROCESO DE LA HERIDA Y SU MOVIMIENTO, SOMOS CICLICOS EN CONSTANTE REGENERACION

RITUAL

# SANA, SANA

Busca un espacio en el que puedas sentirte tranquila, Sacate el calzado, y siente como la tierra te besa con su textura, cargate de la energia de sanacion que ella emana. Si sientes mucha necesidad de descarga, salta, la tierra nos neutraliza, la tierra nos carga...

Comienza a realizar movimientos intercalados con los pies y siente como esa energia comienza a subir por tu sexo, por tu ombligo y habita tu plexo. Apertura tu cadera con su movimiento . Inhalo subo la energia desde la punta de los pies hasta el plexo. ¿Como te recorre esa energia?¿ La visualizas de algún color?. Sostengo en el plexo y bajo la energia exhalando suave. Repito tres veces.

Ahora que nuestros primeros 3 chakras estan activados te invito a dar un paseo sin calzado, a tu ritmo siente como la hierba toca tus pies, siente como la tierra emana calor. Conecta caminando sin calzado a tu ritmo. A tus pausas.

**RITUAL**



RITUAL MATUTINO

*Facial Oil*

Cuidar nuestra piel a diario como el órgano que comunica el micro y el macrocosmos. Gestada con ácido hialurónico vegetal, rosas maceradas en aceite de almendras prensado en frío, vitamina e, y aceites esenciales locales, de lavanda y palo de rosa.

FACIAL OIL



*\$12.000*

FACIAL OIL PIEL MIXTA

FACIAL OIL PIEL SECA

*\$12.000*



# Mi rostro como extension de mis aguas

Habito mis emociones, Me aparto a un lugar que me permita liberar. Me siento cómodamente, espalda recta pero no tensa.

Cierro mis ojos, y llevo mis manos al corazón, siento mi pulso? tomo un par de respiraciones profundas, relajo la mandíbula, el cuello, la nuca.

Llevo mi mano guía al frente de mi cara, sin tocarla. ¿Que siento?.. Poco a poco comienzo a acercarla hasta rozar mi rostro, doy toquesitos suaves con las yemas en mi frente, bajo a la cuenca del ojo y progresivamente pómulos y mandíbula, Ahora toco, toco mis líneas de expresión, toco mi nariz, toco mis labios, toco mis orejas y mis párpados. Me permito explorar.

¿Siento algún lugar tenso?. ¿Con que presión prefiero tocarme hoy?

¿Que significa que mi rostro sea extensión de mis aguas?

Dedicar una canción con la atención plena en tu rostro ¿Hubo un cambio en la tensión, o dilatación de tu rostro?



RITUAL DE AGUA

*Crema Hidratante*

Ritual de agua, Crema facial nutritiva con aceite de almendras dulces, Ac. Esc palo de rosa (de producción local). Acido hialurónico y Vitamina E.

Fue gestada pensando en mujeres que no se dan. la pausa , para generar un ritual que la conecte con su cuerpo donde el tocar su rostro con las manos sea una posibilidad a explorar

CREMA HIDRATANTE  
TAMAÑO GRANDE




\$8.000

CREMA HIDRATANE  
TAMAÑO PEQUEÑO

CREMA HIDRATANTE  
TAAMAÑO GRANDE

\$76.000

A hand is shown holding a small, round, white jar of deodorant cream. The jar is open, revealing a white, textured cream with some dried orange flower petals scattered on top. The background is a lush green plant with large, vibrant orange flowers. The overall scene is bright and natural.

Ritual diario, para quienes transitan el camino de dejar el antitranspirante, puesto la transpiración es un proceso natural de lxs cuerpxs, esta crema solida ayuda en la transición. conectando con el aroma del cacao y Aceites esenciales. Sin bicarbonato .

\$5.000

**DESODORANTE CACAO**

# AQUI AHORA EN TODO LO QUE HAGO

De pie, apreto fuerte mis pies,  
los voy tentando a la medida en  
que voy inhalando, exhala y  
suelto. Inhalo y contraigo mis  
poernas hasta los gluteos,  
exhalo suelto, Inhalo contraigo  
caderas, suelo pélvico, ano,  
exhalo suelto, Inhalo contraigo  
abdomen, exhalo relajajo, Inhalo  
contraigo pecho, hombros,  
exhalo relajajo, inhalo contraigo  
cuello, mandíbula cara, sostengo  
un min y exhalo suelto. Siento  
como mi cuerpo se activa al  
inhalar y se relaja al contraer,  
Me siento en prescencia, Me  
siento



RITUAL

# AQUI, AHORA. EN TODO LO QUE HAGO



De pie, apreto fuerte mis pies,  
los voy tentando a la medida en  
que voy inhalando, exhala y  
suelto. Inhalo y contraigo mis  
poernas hasta los gluteos,  
exhalo suelto, Inhalo contraigo  
caderas, suelo pélvico, ano,  
exhalo suelto, Inhalo contraigo  
abdomen, exhalo relajo, Inhalo  
contraigo pecho, hombros,  
exhalo relajo, inhalo contraigo  
cuello, mandíbula cara, sostengo  
un min y exhalo suelto. Siento  
como mi cuerpo se activa al  
inhalar y se relaja al contraer,  
Me siento en prescencia, Me  
siento



**RITUAL**

# CUIDARNOS

Este es un espacio para tejer otra forma de acercarnos al cuidado , desde la tierra, cuidarnos no cambia con una Crema pero sí con la forma en que reconfiguramos la relación con nuestra piel, cuidarnos se vincula a amarme y a amar la tierra. Escojo cuidarme. si la cuido a ella, Si me veo tierra, si me siento agua. Lo que llevo a mi piel lo llevo a la suya, lo que me digo de mi lo digo de ella ,



*sentirse viento*

CONVERSEMOS

 *@Sentirseviento*

