RITUALIC

GUÍA DE USO

EL PRIMER RITUAL

Tu primer ritual en casa: un rincón tranquilo, un aroma y una intención sencilla para empezar a crear tu propio momento de calma.

Ritual de 15 minutos | 4 piezas | Paso a paso

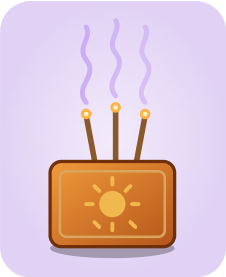


RITUALIC.ES

QUÉ INCLUYE

TU PACK, PIEZA A PIEZA

4 piezas pensadas para acompañar tu ritual. Cada una tiene su lugar en él.



PIEZA 1 DE 4 · SE USA EN EL PASO 4

INCIENSO NAG CHAMPA

Varillas de incienso Nag Champa, de aroma clásico.

Uso simbólico: acompañar el momento de calma y de concentración.



PIEZA 2 DE 4 · SE USA EN EL PASO 5

VELA AROMÁTICA DE LAVANDA

Vela aromática con fragancia de lavanda.

Uso simbólico: crear un ambiente tranquilo.



PIEZA 3 DE 4 · SE USA EN EL PASO 3

PORTAINCIENSO DE MADERA

Portaincienso de madera para tus varillas.

Uso simbólico: dar un lugar propio a tu ritual.



PIEZA 4 DE 4 · SE USA EN EL PASO 6

AMATISTA

Piedra de amatista, de tono violeta.

Uso simbólico: calma e intuición.

PASO A PASO

1 ELIGE TU RINCÓN — 2 min

Busca un lugar tranquilo, baja la luz y deja a mano un papel y un bolígrafo. Ventila la estancia un minuto.

2 RESPIRA — 1 min

Siéntate con comodidad y respira hondo tres veces, soltando el aire despacio.

3 COLOCA EL PORTAINCIENSO — 1 min

Ponlo sobre una superficie estable y despejada, lejos de cortinas y papeles.



4 ENCIENDE EL INCIENSO — 2 min

Enciende una varilla de Nag Champa, apaga la llama y colócala en el portaincienso. Deja que el aroma llene la estancia.



5 ENCIENDE LA VELA — 2 min

Enciende la vela de lavanda y mira la llama unos instantes, sin prisa.



6 SOSTÉN LA AMATISTA — 3 min

Coge la amatista entre las manos y piensa en lo que te gustaría traer a tu rutina: calma, constancia, un tiempo para ti.



7 ESCRIBE TU INTENCIÓN — 2 min

Escribe una frase corta, en positivo y en presente («Me regalo este momento»). Léela en voz alta una vez.

8 CIERRA EL RITUAL — 2 min

Apaga la vela con un apagavelas o soplando con suavidad. Deja que el incienso se consuma sobre el portaincienso, vigilado, y guarda la amatista donde la veas.

CON CUIDADO Y CON CALMA

SEGURIDAD

- Enciende siempre velas e inciensos bajo supervisión y no los dejes sin vigilar.
- Colócalos sobre una superficie estable y resistente al calor, lejos de cortinas, papeles, niños y mascotas.
- Ventila la estancia. Si tienes alergias o problemas respiratorios, o estás embarazada, consulta antes con un profesional.
- Apaga bien el incienso antes de irte: déjalo sobre el portaincienso hasta que se consuma y se enfríe.
- Deja enfriar la vela antes de moverla y no la enciendas con menos de 1 cm de cera restante.

TU INTENCIÓN

Escríbela aquí, en positivo y en presente:

¡Disfruta tu ritual! Si necesitas ayuda, aquí estamos.

Este ritual es simbólico y de bienestar. No sustituye el consejo de un profesional de la salud ni garantiza resultados. Las imágenes son ilustrativas.

