



Diario La Ola de la Sirena

Índice

El Rincon de Stephanie	2	
Renovar tu promesa sagrada: lecciones aprendidas al recorrer un camino espiritual de crecimiento	3	
Voces del Mar	8	
Susurros del Mar	9	
Inspiraciones de las profundidades marinas	11	
Proyectos hecho a mano	12	
Aventurarse de una Bruja Verde	14	
Cocinar con Hierbas	15	
Tiempo para Té con la Ola	17	
Boticario de Demeter	19	
Animales Mágicos	21	
Tarot Totalmente	23	
Tránsitos Mensuales	24	
Eventos Especiales		24
Colaboraciones		28
Correspondencias a los EDITORES		29



El Rincon de Stephanie

By Stephanie Leon Neal



No.

Entramos en este tiempo sagrado, como en cada estación, llenos de esperanza. Recordando que vivimos con todos aquellos que han hecho la transición en esta vida: nuestras familias, amigos, maestros, autores y todos aquellos que han influido en nuestra percepción de la vida.

Todos los animales, ya sea por encima, sobre o debajo del mar, los que caminan sobre la Madre Tierra, los que cavan bajo ella o los que vuelan por encima, siguen estando presentes, guiándonos y apoyándonos, mientras los celebramos cada día con pequeños gestos. Nuestras queridas mascotas siguen ahí, vigilándonos y protegiéndonos.

Caminando con sincera gratitud por el inmenso amor que se nos ha dado libremente, incluso en la «muerte».

Aquellos que han hecho la transición nunca se han ido ni por un instante, pues siempre permanecen con nosotros, mientras compartimos nuestras vidas e inspiración juntos.

Vivimos celebrando siempre el día juntos de maneras aparentemente pequeñas, recordando siempre quiénes somos y quiénes caminan con nosotros, porque es imposible que el amor universal muera



No hay muerte, no hay «allí», no hay separación, cuando el amor está presente.

La lista es larga sobre cómo uno puede recordar y vivir con aquellos que han trascendido el cuerpo físico.

Feliz Samhain. Que podamos viajar juntos, unidos para siempre con la luz y el amor que crearon esta unión.

Amor y bendiciones

Stephanie Neal

All Neal's writings are copyrighted under her collection.

Renovar tu promesa sagrada: lecciones aprendidas al recorrer un camino espiritual de crecimiento

Por Jon Anastasio

¿Recuerdas el momento en que despertaste? De repente, después de todos esos años de formación y esfuerzo por cumplir con las expectativas del mundo, supiste que eso no era todo y comenzaste a seguir tu propio camino espiritual independiente.

Fue ese momento alucinante el que me llevó a publicar *Reclaiming Your Sacred Path* (Recupera tu camino sagrado) en 2016. Su mensaje es: «Bien por ti. Bienvenido al viaje. No tengas miedo. Aquí tienes algunas ideas para encontrar tu propio camino y seguir adelante».

A continuación vienen el estudio, la iniciación, la práctica y el crecimiento. A medida que crecemos, aprendemos de nuestras experiencias personales con la Fuente, la diosa y el dios, y las formas y prácticas del camino que hemos elegido, y confiamos en ellas.

Ese camino no siempre es fácil ni directo.

El mes pasado, publiqué *Renovando tu promesa sagrada: Lecciones de recorrer un*

camino espiritual de crecimiento, para explorar «¿Cuál es el sentido de este viaje?». Escuché: «Liberar los obstáculos para experimentar directamente que el Amor es tu realidad espiritual y que es el único Poder en el universo».

Así que, con amor y mis mejores deseos, esto es lo que he aprendido hasta ahora sobre:

- Recordar tu promesa sagrada,
- Qué hacer cuando este mundo se interpone en tu camino, y
- ¿Cómo podemos cumplir mejor nuestra promesa a medida que evoluciona nuestro entendimiento?

Tu promesa sagrada

Es el compromiso que hiciste en el plano espiritual antes de nacer esta vez para aprender ciertas lecciones. Puede que no hayas elegido a las personas o experiencias específicas con las que te has encontrado (aunque algunos piensan que sí), pero, como sabemos, seguirás teniendo ese tipo de experiencias hasta que aprendas la lección. Fundamentalmente, tu promesa sagrada es recordar tu verdadera naturaleza y compartir esa luz de comprensión con toda la creación a tu manera única.

También son los talentos y capacidades que pretendías manifestar cuando elegiste encarnarte ahora. Quizás los adquiriste en vidas anteriores y ahora estás aquí para llevarlos a un nuevo nivel. Al igual que Anna Mary Robertson (la abuela Moses) mostró su promesa como artista a los 77 años, o como Mozart, como compositor a los cinco años, tu promesa como pintor, compositor, padre, panadero, consejero, brujo o administrador de nuestro planeta y de nuestros aliados animales y vegetales, se hace evidente como una búsqueda creativa impulsada por el alma que simplemente no te permitirá negarla.

¿Cómo encontrarla? ¿Qué es lo que siempre te ha atraído, te ha dado alegría, incluso si otros te han desanimado a seguirlo? ¿Qué trabajo te atrae siempre, te paguen por él o no? Nos sintonizamos plenamente con ese propósito cuando estamos listos y abiertos a nuestro Ser Superior para recibirlo.

¿Qué se interpone en el camino?

A veces, este mundo, otras personas y nosotros mismos nos decepcionarán, nos harán daño y nos fallarán. Pero nada aquí puede derrotarnos. Nuestro Creador se aseguró de que nuestro verdadero yo sea tan iluminado, invencible y eterno como

Él. Solo hemos olvidado, con la «ayuda» de la formación temprana que recibimos, fortalecer nuestro ego material.

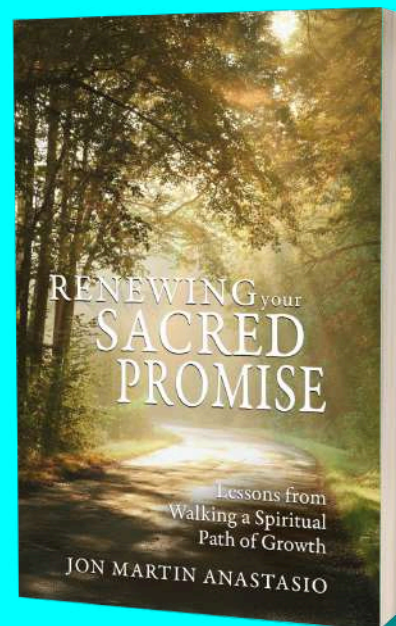
Todos hemos experimentado éxitos y errores, y acontecimientos tanto positivos como dolorosos que nos han llevado a desarrollar creencias útiles y también falsas sobre nosotros mismos. Estas creencias, y los recuerdos que las originaron, residen en la sombra. Contiene creencias sobre el fracaso y también esconde cosas maravillosas sobre nosotros. Para sanar, hay que nombrar y afrontar la sombra. Se trata de un trabajo profundo y continuo. Los miedos, la ansiedad, el dolor y la culpa que pueden bloquearte en el presente pueden resolverse y se resolverán. Y los recuerdos de nuestras primeras alegrías y entusiasmos serán recuperados. Esas creencias negativas y reacciones emocionales son los obstáculos para saber que el Amor es nuestra realidad espiritual. Y no cometemos «pecados». Tenemos experiencias que nos ayudan a aprender a elegir la voz del Espíritu por encima del ego. La deidad no nos juzga. Nosotros, a través de la sombra, nos juzgamos a nosotros mismos.

Cuando lo hacemos, podemos desanimarnos y pensar que nunca encontraremos el camino de vuelta a la luz. Podemos perder el valor y evitar nuestro trabajo interior. Entonces, podemos volvernos vulnerables a las trampas y los desvíos que implican perder la confianza y ceder nuestro poder, ya sea negando que somos seres espirituales que tienen una experiencia física, o poniendo nuestra «salvación» en manos de otros.

Trampas y desvíos

Las trampas que analizo en el libro incluyen el «lightwashing» o conformarse con «pensamientos y oraciones» cuando creemos que somos incapaces de tomar medidas tangibles para proporcionar ayuda y sanación, y el «bypassing espiritual», cuando descuidamos nuestro crecimiento interior y la sanación de nuestra sombra mientras nos comprometemos en exceso con un trabajo espiritual loable.

Y dos posibles desvíos contienen las semillas de muchos otros. Apropiación cultural, Intentar literalmente convertirte en algo o alguien que no eres puede ser el resultado de



sentir que lo que somos no es suficiente. Es imitar las formas espirituales, la apariencia y las ceremonias de otros sin realizar un profundo trabajo interior ni estudiar la cosmología y las tradiciones en las que se basan.

En estos tiempos de la «Nueva Era», las sectas pueden ser convincentes y peligrosas. Como señala la reverenda Stephanie Neal, «una secta es un «sistema o grupo de personas que practican una devoción excesiva por una sola figura, objeto o sistema de creencias, normalmente siguiendo a un líder algo carismático»». 1

En realidad, te ayudan a eludir tu sombra mediante poderosas prácticas psicológicas. Su promesa de «salvarte», asegurándote que hablan en nombre del Espíritu o de los antepasados, hace que desactives los límites que has construido por una buena razón, creando dependencia y miedo a perder su aprobación.

Tu Ser Superior conoce tu Promesa Sagrada y es tu vínculo directo con la Deidad. El ego sabe lo que espera el mundo mundano y trabaja para preservar el statu quo. Desgraciadamente, también puede aprender a imitar las palabras y el comportamiento espirituales (el «ego espiritualizado» de muchos líderes de sectas). Tu Ser Superior hablará con suavidad, por amor, paz, sanación y crecimiento. Tu ego hablará con advertencias severas y fomentará el miedo, la ira, el ataque y la defensa. Busca mantener su statu quo. Si la «voz interior» grita con ira, es él quien está hablando.

Cumplir tu promesa sagrada

Muchas de nuestras lecciones las aprendemos en nuestras relaciones con los demás. Cada una es una oportunidad para reconocer y apreciar lo Divino en cada persona y aprender las lecciones del amor, la confianza y el perdón. Las experimentamos individualmente, mientras las recorremos juntos.

Así que supongo que todos estamos solos en esto, juntos. A medida que recorremos nuestros caminos, aprendemos a honrar y apreciar las experiencias de ayudarnos mutuamente a crecer. Con la ayuda del Espíritu y de los demás, podemos hacer algunas cosas para eliminar los obstáculos que nos impiden conocer nuestro verdadero yo.

Atesoramos nuestro viaje personal

Encontrarás lo que necesitas y a quién necesitas para crecer a medida que empiezas —o continúas— a nombrar, afrontar y sanar los efectos de tu sombra, liberarte del pasado y elegir dejar que tu Ser Superior sea tu guía.

Creamos nuestro verdadero ritmo de práctica

Elegimos nuestras formas de devoción, adivinación, manifestación, sanación y ritual basándonos en lo que nos funciona, dejando atrás lo que no. Creamos nuestro ciclo de práctica espiritual utilizando todas ellas, con la periodicidad y frecuencia que nos parece adecuada.

Sanamos nuestro miedo al cambio

Siempre he imaginado que cada serpiente sabe cuándo es el momento de mudar su piel para crecer, dejando atrás la vieja. Puede que tengamos muchos momentos de transformación como ese en nuestro camino. Y, al hacerlo, vemos que el cambio es una condición necesaria en este mundo mundano.

1 Stephanie Leon Neal, *Dos reyes estafadores y su iglesia falsa*, 2024

Vemos y evitamos las trampas y los desvíos

Reconocemos cuando nos sentimos tentados a eludir, en lugar de nombrar, afrontar y sanar el dolor interior; a vernos a nosotros mismos como impotentes; o a unirnos a alguien que creemos que puede «salvarnos». Nos preguntamos qué es lo que realmente nos bloquea y pedimos al Espíritu que nos guíe, en lugar de buscar una respuesta externa. Y si nos sentimos tentados o caemos en ello, podemos perdonarnos a nosotros mismos y tomar una nueva decisión en favor de nuestra independencia y nuestro crecimiento. No permitiremos que nuestra promesa sagrada sea derrotada o impedida por la sombra ya has aprendido la diferencia entre esas dos voces dentro de ti. Cuando nos



damos cuenta de que hemos escuchado la voz equivocada, podemos corregir nuestros errores. y ver por qué los hicimos. La próxima vez, podemos elegir de manera diferente. Mientras estamos aquí, no eliminamos la sombra. Aprendemos a integrar sus lecciones.

En este punto de nuestra historia, podemos conocer de manera realista nuestras capacidades y lo que aún necesitamos aprender, con gratitud por la perspectiva y la sabiduría que hemos adquirido. Entendemos que nunca «terminamos» y podemos recurrir a nuestros aliados espirituales, humanos, vegetales, animales y minerales para que nos apoyen cuando nos enfrentamos a algo que está al límite de nuestra confianza o capacidad actual.

Con confianza en la Deidad, vivimos de la manera más coherente posible en alineación con nuestro Ser Superior.

Avanzamos con confianza en nosotros mismos, en nuestros seres queridos y en nuestros muchos aliados dentro y fuera de este mundo de formas. Esto no significa que siempre acertemos, que nos sintamos emocionalmente cómodos, que seamos aceptados por todos o que tengamos éxito inmediato en todo lo que intentamos. Pero aprenderemos de cada experiencia.

Cumplir nuestra Promesa Sagrada es liberarnos de los obstáculos que nos impiden conocernos tal y como fuimos creados, tal y como siempre hemos sido y tal y como siempre seremos. Y eso nos hará felices.

Voces del Mar

Mensaje del océano

«Soy el aliento entre las tormentas y la calma, el ritmo que da forma tanto a los acantilados como a la tranquilidad».

Desde el corazón del océano nos llega este recordatorio:

La abundancia no es algo que se persigue, es algo con lo que te alineas. Al igual que cada ola sabe cuándo subir y cuándo bajar, tú también debes confiar en tu

propio ritmo. No te precipites con las mareas de tu vida; ellas transportan tesoros que no puedes ver cuando el agua está agitada.

Para atraer la abundancia, ábrete como yo lo hago: de forma amplia, profunda y receptiva. Deja que la gratitud fluya a través de ti como las corrientes bajo la superficie. Háblate con amabilidad, porque tus palabras tienen más repercusión de lo que imaginas. Lo que cultivas en tu interior se convierte en lo que te rodea.

✨ *Afirmaciones desde lo más profundo* ✨

- *Estoy en sintonía con el flujo natural de la abundancia.*
- *Confío en el ritmo de mis mareas.*
- *Mi calma es mi poder.*
- *Lo que libero vuelve a mí renovado.*
- *Soy el océano: vasto, inquebrantable y lleno de vida.*

Susurros del Mar

By Rv Stacey Blair AP~

El velo entre los mundos

Comience sentado o tumbado cómodamente. Deje que una vela o una luz suave brille cerca. Respire profundamente varias veces y quédese quieto. Cierra los ojos.

Inspira lentamente, sintiendo cómo el aire fresco llena tus pulmones. Exhala suavemente, liberando todo lo que ya no te sirve. Con cada respiración, deja que tu cuerpo se relaje: hombros relajados, manos abiertas, corazón tranquilo.

Siente el cambio de estación.

El aire exterior es fresco y huele a hojas caídas. La luz se va atenuando cada tarde, invitándote a entrar. Te encuentras en el umbral de Samhain, el momento en el que el velo entre los mundos se vuelve más fino, cuando los finales y los comienzos se encuentran en una quietud sagrada

El suelo es blando bajo tus pies, cubierto de hojas doradas y carmesí. Una suave niebla se arremolina entre los árboles. La luna brilla plena y plateada en lo alto, guiando tu camino. Oyes el susurro de los antepasados en la brisa, familiar, amable y antiguo.

Delante ves un pequeño claro. En el centro, arde un fuego constante, cálido y acogedor. Es el Fuego de Samhain, la luz que une mundos.

Te acercas. Las llamas bailan, reflejando recuerdos, esperanzas y espíritus de aquellos que te precedieron. Respira profundamente y siente el calor en tu piel. Este fuego es tanto un final como un comienzo.

Ahora, imagina que te liberas.

Con cada exhalación, deja ir algo que ya no necesitas: un viejo miedo, una historia gastada, un dolor persistente. Observa cómo se eleva suavemente de tu corazón y se adentra en las llamas. Observa cómo el fuego lo transforma en luz.



Mientras inspiras, siente lo que queda: la fuerza de tu linaje, el amor que perdura, la sabiduría de la propia tierra. No estás solo. Estás rodeado de antepasados, guías y espíritus que caminan a tu lado. A algunos los reconocerás, a otros simplemente los sentirás, como calor, presencia o paz.

Si lo deseas, invita a un antepasado o guía a que se acerque ahora. Míralos como luz, familiar y amorosa. Puedes pedirles una bendición, un mensaje o simplemente que compartan el fuego contigo. Escucha en silencio lo que venga: una palabra, una imagen, un sentimiento. Confía en ello.

Ahora agradézcales, sabiendo que siempre caminan contigo, incluso cuando no se ven. Regresan a la niebla, dejándote con calma, protección y amor ancestral.

El fuego ante ti comienza a convertirse en brasas. El bosque sigue creciendo. El aire es fresco y está lleno de posibilidades.

Dite en voz baja: «A medida que gira la rueda, libero el pasado. Honro a los que vinieron antes. Camino hacia adelante con sabiduría, arraigado en el amor, renacido en la luz».

Respira profundamente por última vez... y exhala lentamente.

Cuando estés listo, abre los ojos. El velo se cierra suavemente detrás de ti, no como una barrera, sino como un recordatorio de que la conexión perdura, siempre.

Bendiciones de Samhain: que tu camino sea iluminado por aquellos que vinieron antes y alegrado por todo lo que está por venir.

Inspiraciones de las profundidades marinas

El lugar delgado en casa.

El humo se entrelaza con la lana de nuestras mangas y la tetera tararea.

Las hojas raspan el camino como viejas plegarias que aprenden a hablar.

Dibujamos un círculo con el aliento y las brasas,

y preparamos un asiento para cada nombre que nos enseñó a vivir.

La granada mancha el borde de la taza.

El pan se rompe fácilmente, cálido como una mano recordada.

Las llaves descansan sobre el altar, de hierro y hueso,

para puertas que solo se abren cuando el amor llama suavemente.

Decimos la verdad que la estación nos pide.

Lo que hay que llevar. Lo que hay que dejar.

Ceniza en la lengua, miel en la lengua,
ambas tomadas, ambas ofrecidas, ambas comprendidas.

La anciana está cerca, no lejos, nunca lejos.



Sus ojos son el último campo después de la cosecha,
desnudos y generosos, esperando la semilla.
Ella enseña el arte sagrado de dejar ir.

Los antepasados se inclinan cerca, con cedro en el cabello.
Algunos llegan riendo, otros llegan silenciosos como la lluvia.
Hacemos espacio como lo hace la tierra,
cediendo, escuchando, brillando desde dentro.

Esta noche no perseguimos al miedo.
Le ofrecemos una silla, un sorbo, una bendición.
Luego nos levantamos con las brasas y cantamos sus nombres,
hasta que el lugar delgado se siente como nuestro hogar.

El velo es un río y nosotros somos el puente.
Que nuestros pies recuerden. Que nuestros corazones velen.
Que nuestros muertos sean honrados y nuestros vivos sean valientes.
Benditos sean.

Que tu forja arda con fuerza,

Rev Bradley Quisenberry Foster/Fosterberry

Proyectos hecho a mano

Creando a través del velo: Ritual de la vela conmemorativa de Samhain

A medida que la última cosecha se desvanece y las noches se alargan, Samhain nos invita a hacer una pausa para honrar a nuestros antepasados, reflexionar sobre el año pasado y prepararnos para la tranquila quietud del invierno. Es el giro de la rueda cuando el velo entre los mundos se adelgaza y la creatividad se inclina naturalmente hacia lo místico.

Este año, celebra Samhain con una manualidad que es a la vez hermosa y profundamente simbólica: la vela conmemorativa, una luminaria hecha a mano en honor a tus antepasados o seres queridos fallecidos.

Lo que necesitarás:

- Una vela cilíndrica sencilla o una vela en un tarro de cristal.
- Hierbas secas asociadas con la protección y el recuerdo: romero, salvia, artemisa o caléndula.
- Pequeños cristales (la obsidiana, el cuarzo ahumado o la amatista son maravillosos para Samhain).
- Una foto o un pequeño símbolo de un antepasado o ser querido.
- Cinta, cordel o encaje en tonos otoñales: negro, naranja, dorado o rojo intenso.
- Un rotulador permanente o un rotulador fino.

Instrucciones:

1. Prepara tu espacio. Antes de empezar, tómate un momento para concentrarte. Enciende un poco de incienso o pon música instrumental suave. No solo estás creando, sino que estás tejiendo una intención. Imagina tu espacio de trabajo como un lugar sagrado, iluminado por la luz de las velas y envuelto en el silencio del aire otoñal.
2. Infúndele significado. Sostén la vela en tus manos y piensa en la persona o personas a las que te gustaría honrar. Susurra su nombre o un recuerdo que atesores. Con un rotulador o un bolígrafo, escribe una palabra corta o un símbolo en la vela, algo que represente tu conexión: amor, guía, recuerdo o incluso una runa o un corazón. Esparce algunas hierbas alrededor de la base de la vela o colócalas en la cera derretida cerca de la parte superior (si es seguro). Estas hierbas llevan tu intención a la llama.
3. Decora y adorna. Envuelve la cinta o el cordel alrededor de la vela o el frasco, atándolo bien. Puedes añadir un cristal al nudo o pegar pequeños amuletos o flores secas a los lados. No te apresures: el acto de decorar es en sí mismo una meditación.
4. El ritual de encendido. Cuando la vela esté lista, colócala en un lugar especial: en tu altar, cerca de una ventana o al aire libre bajo la luna. Al encenderla, di: «Honro a quienes me precedieron, cuyo amor y enseñanzas iluminan mi camino. A través de la llama, recuerdo. A través de esta temporada, renuevo». Déjala arder de forma segura mientras reflexionas, escribes en tu diario o disfrutas de una taza de té en silencio.

Una nota mágica. Cada vez que enciendas tu vela durante los meses más oscuros, deja que te sirva de recordatorio: los finales son solo puertas hacia nuevos

comienzos. La calidez que sientes en su resplandor no es solo cera y mecha, es el eco de la memoria, la chispa de una conexión que nunca se desvanece del todo.

Bendiciones de Samhain. Que tu arte sea creativo y sagrado, y que tu corazón permanezca luminoso durante el cambio de año

Aventurarse de una Bruja Verde

por Rev. Catherine Dragoni

Incienso de Samhain

Los proyectos de jardinería están casi terminados. Tengo varias bandejas de hierbas secas que tengo que embotellar (salvia, tomillo, mejorana, orégano, ruda), pero eso es una tarea para hacer en casa. Hemos tenido un octubre tan soleado que no hemos podido quedarnos dentro. He pasado mucho tiempo en el bosque, recorriendo mis senderos favoritos y explorando otros nuevos.

Pero esta semana dedicaré tiempo a reponer mis existencias de mezcla de incienso de Samhain. Encontré esta receta hace dos años y se la pedí prestada a Patti Wiginton, de Learn Religions. (Incienso Samhain Spirit (learnreligions.com))

La utilizamos en la reunión de Samhain de nuestro pequeño grupo y a todos nos gustó.

Se conserva bien, pero es hora de preparar más para este año. Aquí está la receta:

Incienso de Samhain

- 2 partes de canela
- 1 parte de clavo molido
- 1 parte de resina de sangre de dragón
- 1 parte de hisopo
- 1 parte de pachulí
- 2 partes de romero
- 1 parte de salvia



- Una pizca de sal marina

Notas sobre los ingredientes:

Canela: aumenta el poder mágico y el trabajo psíquico. Aumenta la velocidad y la eficacia de otras hierbas cuando se usa en combinación.

Clavo: aleja las fuerzas negativas; se usa para la limpieza, la purificación y el coraje. Fortalece las habilidades psíquicas. Bueno para trabajos de prosperidad.

Resina de sangre de dragón: para el poder y la manifestación.

Hisopo: se utiliza para limpiar espacios sagrados. Protege de la energía negativa. Antigua hierba de purificación.

Pachulí: aumenta la energía en los niveles sensoriales, nos ayuda a trabajar en el ámbito de la magia.

Romero: hierba del recuerdo, adecuada para honrar e invocar a nuestros antepasados y seres queridos fallecidos.

Salvia: curación, purificación, espiritualidad. Fomenta la sabiduría. Protege de las energías y los espíritus negativos.

Sal: purificación y protección.

¡Disfrútalo

Cocinar con Hierbas

A medida que el velo entre los mundos se vuelve más fino y el frío otoñal se intensifica, las cocinas se llenan una vez más con el aroma de la tierra y la calidez, un recordatorio de que la comida siempre ha sido nuestra forma más antigua de magia. En Samhain, horneamos no solo para nutrirnos, sino también para honrar, para compartir la cosecha con los antepasados, los espíritus y el propio año que termina. Una de las formas más sencillas y significativas de celebrarlo es

horneando un pan de hierbas de Samhain, un pan sabroso y aromático impregnado de intención, memoria y hierbas de protección y recuerdo.

Lo que necesitarás:

- 3 tazas de harina (la harina integral o la harina para pan funcionan muy bien)
- 1 paquete (2 ¼ cucharaditas) de levadura
- 1 cucharadita de sal
- 1 cucharada de miel o melaza
- 1 taza de agua tibia
- 2 cucharadas de aceite de oliva o mantequilla derretida
- 1 cucharada de romero fresco o seco (para el recuerdo)
- 1 cucharada de tomillo (para el coraje y la curación)
- 1 cucharadita de salvia (para la limpieza y la sabiduría)
- Una pizca de pimienta negra o ajo para dar calidez y equilibrio

Instrucciones:

1. Despierta tu espacio. Antes de empezar, respira tranquilamente. Enciende una vela o incienso y piensa en aquellos que te precedieron: familiares, amigos o espíritus bondadosos que te guiaron hasta aquí. Mientras mides y mezclas, imagina que incorporas gratitud y recuerdos en cada movimiento.
2. Mezcla la masa. En un bol grande, disuelve la levadura en agua tibia con miel o melaza. Déjala reposar durante unos 10 minutos, hasta que empiece a hacer espuma. Añade la harina, la sal, el aceite y las hierbas. Amasa hasta que quede suave y elástica, entre 8 y 10 minutos.
3. Deja que suba y descansa. Cubre el bol con una toalla caliente y deja que la masa suba en un rincón acogedor durante aproximadamente una hora, o hasta que doble su tamaño. Mientras descansa, piensa en lo que estás dejando atrás con el año que termina. Escríbelo o susúrraselo a la masa. La transformación comienza con el desapego.
4. Dar forma y hornear. Golpear la masa, darle forma de pan redondo y colocarla en una bandeja engrasada o en una sartén de hierro fundido. Dejar que suba de nuevo durante 30 minutos. Hornear a 190 °C durante 30-35 minutos hasta que esté dorado y huela bien.

Sirviendo la magia. Cuando el pan se haya enfriado un poco, córtalo o trocéalo con las manos, un gesto simbólico de compartir entre familiares, visibles e invisibles. Sírvelo con mantequilla infundada con miel y canela para darle dulzor y calidez, o mójalo en aceite de oliva bendecido con unas hierbas frescas.

Coloca el primer trozo pequeño fuera, en tu altar, como ofrenda a tus antepasados. Esta es la Fiesta de los Difuntos Amados, un momento de recuerdo envuelto en aroma, calidez y gratitud.

El corazón de la magia de la cocina de Samhain. Cada hierba tiene una historia; cada pan tiene un linaje. El romero recuerda. La salvia despeja el camino. El tomillo restaura el coraje. Cuando horneamos en Samhain, participamos en un antiguo acto de magia: convertir ingredientes sencillos en algo sagrado.

Mientras compartes tu pan con amigos y familiares, ten presente que tus manos continúan un antiguo y silencioso hechizo: alimentar a los vivos, honrar a los muertos y mantener el fuego del hogar encendido en la oscuridad.

Bendito Samhain: que tu cocina esté cálida, tu mesa llena y tu corazón conectado con todos los que te precedieron.

Tiempo para Té con la Ola

Cuando las noches se alargan y las últimas hojas otoñales bailan hasta caer al suelo, el aire vibra con un misterio silencioso. Samhain marca la última cosecha, un momento para honrar a los antepasados, dejar atrás lo que ha sido y encontrar consuelo en el calor del hogar.

Y qué mejor manera de marcar este umbral sagrado que elaborando tu propia mezcla de té Samhain, una poción de recuerdo, reflexión y renovación.

El corazón de un té Samhain. Samhain es una fiesta de finales y comienzos, un espacio entre mundos. Un té Samhain adecuado debe reflejar esa dualidad: algo que sea a la vez terrenal y espiritual, rico y relajante.

Recurrimos a hierbas que tienden un puente entre estos reinos: aquellas que reconfortan el cuerpo y despiertan el alma.

Ingredientes:

- Base de té negro o rooibos: para aportar calidez, equilibrio y profundidad. El té negro conecta con la tierra y el hogar; el rooibos ofrece un sabor dulce y meloso sin cafeína.
- Artemisa: una hierba onírica relacionada con la intuición, la adivinación y el velo que se va desvaneciendo.
- Romero: para el recuerdo y la conexión con los antepasados.
- Canela: para aportar calidez, protección y la chispa de la vida en la oscuridad que se avecina.
- Clavo: para la purificación y el coraje.
- Manzana o cáscara de naranja seca: símbolos de la cosecha y la promesa del regreso del sol.
- Manzanilla o tilo: para calmar e invitar a sueños tranquilos.

Instrucciones:

1. Establece tu intención. Antes de comenzar, enciende una vela y respira profundamente. Piensa en lo que quieres que tu té represente este Samhain: ¿Paz? ¿Protección? ¿Conexión? La intención es el ingrediente más auténtico.
2. Mezcla con atención plena. Combina las hierbas elegidas en un cuenco: aproximadamente una parte de té negro o rooibos por cada $\frac{1}{2}$ parte de cada una de las hierbas seleccionadas. Remueve lentamente, en el sentido de las agujas del reloj, mientras dices en voz baja: «A través de la tierra y la llama, a través de la hoja y la semilla, mezclo la calidez que mi espíritu necesita».
3. Guárdelo en un frasco de vidrio o una lata, etiquetado y con la fecha. Añada una ramita de romero o una rodaja de manzana seca para decorar.



Ritual de preparación. Cuando esté listo para prepararlo, sumerja una cucharadita por taza en agua caliente durante 3-5 minutos. A medida que se eleva el vapor,

inhálolo profundamente: el aroma del último suspiro del otoño, el susurro de sus antepasados, la promesa del regreso de la luz.

Bebe lentamente. Deja que el calor te invada y te ancle en el momento. Esto es más que un té: es una comunión con el giro de la rueda.

Sugerencias de servicio. Para una reunión de Samhain: sirve el té en tazas oscuras o vintage a la luz de las velas. Añade un chorrito de miel o un poco de nata para mayor comodidad. Para noches de adivinación: Combina tu té con una lectura de tarot o una sesión de cristalomancia; el romero y la artemisa son ayudas tradicionales para la intuición. Para altares ancestrales: Vierte una pequeña taza como ofrenda a tus antepasados, un símbolo de memoria y amor compartidos.

Bendición final. Mientras saboreas tu té de Samhain, recuerda: cada hoja buscó alguna vez el sol. Cada hierba contiene la historia de la tierra. Y cada taza caliente es una invitación a honrar lo que ha pasado y a abrazar lo que está por venir. «En la oscuridad, encuentro la renovación. En la quietud, encuentro la paz. A medida que gira la rueda, yo también lo hago». Bendito Samhain y bendiciones de té caliente para ti.

Boticario de Demeter

A medida que el año se acerca a su fin y se recoge la última cosecha, el aire parece brillar y el velo entre los mundos se vuelve más fino. Samhain, el año nuevo de las brujas, es una época de recuerdos, magia y transformación. Es cuando la botica de hierbas se convierte no solo en un lugar de curación, sino en un puente entre lo visible y lo invisible.

En esta época del año, las hierbas adquieren un propósito más profundo. No son meros ingredientes, sino guardianes, mensajeros e hilos que nos conectan con las tradiciones ancestrales. Ya sea que elabores tés, amuletos, aceites o incienso, tu botica de Samhain se convierte en un espacio sagrado donde la sabiduría de la naturaleza se une al susurro del espíritu.

Hierbas esenciales de Samhain y su magia. Cada hierba de tu botica tiene su propia historia y energía. Aquí tienes algunas para destacar durante la temporada de Samhain:

1. Artemisa: la hierba de los soñadores. Utilizada durante siglos en la adivinación y el trabajo visionario, la artemisa ayuda a abrir la intuición y profundizar en la meditación. Prepare una pequeña pizca en té (con cuidado), quémela como incienso antes de las lecturas del tarot o colóquela en una bolsita de amuletos cerca de su almohada para invitar a los sueños ancestrales.
2. Romero: la hierba del recuerdo. En Samhain, el romero es esencial. Honra a los antepasados y limpia la energía estancada. Añádalo al té, a los baños o a las coronas para la purificación y la memoria. Un ramillete colgado sobre la puerta bendice su hogar durante los meses oscuros.
3. Salvia: para la limpieza y la transición. La salvia limpia el aire de energías antiguas, dejando espacio para la renovación. Quema las hojas secas con intención o infúndelas en aceite para ungir rituales. Una ramita añadida a los panes o sopas de Samhain también conecta el espíritu con la sabiduría de la tierra.
4. Canela: el fuego del hogar. Esta especia cálida enciende el coraje y la vitalidad. Añádela a tés, productos horneados o ollas a fuego lento para despertar la energía y la alegría cuando las noches se alargan.
5. Caléndula: la puerta dorada. La caléndula, que simboliza la luz del sol y el ciclo eterno, ilumina el espíritu y honra el regreso de la luz. Remoja los pétalos en aceite para hacer bálsamos para la piel o espárcelos en baños rituales para obtener una protección suave.
6. Manzana: la fruta del otro mundo. Ninguna botica de Samhain está completa sin la manzana, símbolo de sabiduría, amor e inmortalidad. Seca rodajas de manzana para ofrecerlas en el altar o prepáralas en sidra con canela y clavo para brindar por los antepasados.

Formas de utilizar tu botiquín de Samhain.

1. Mezclas de té ancestrales. Combina romero, canela y piel de manzana para obtener un té que calienta el corazón y honra la memoria. Bebe a sorbos en silencio o sirve una pequeña taza como ofrenda a tus seres queridos que ya no están.
2. Bolsitas protectoras. Mezcla salvia, romero y caléndula en pequeñas bolsitas de tela. Átalas con una cinta negra o naranja. Colócalas cerca de la puerta de tu casa o llévalas contigo para sentirte reconfortado y protegido durante los días más oscuros que se avecinan.

3. Aceites rituales. Infusiona aceite de oliva con artemisa, canela y unas cuantas semillas de manzana. Úsalo para ungir velas, herramientas o a ti mismo antes de los ritos de Samhain, una fusión simbólica de la cosecha y el espíritu.
4. Incienso espiritual. Mezcla artemisa, romero y clavo en un cuenco resistente al fuego. Quémalo suavemente mientras meditas o pronuncias los nombres de tus antepasados. El humo llevará tus palabras a través del velo.

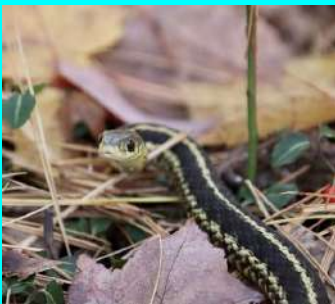
Crea tu propio ritual de botica. Antes de Samhain, dedica tiempo a ordenar tus estantes, rellenar frascos y etiquetar nuevas mezclas. Mientras lo haces, da gracias a la tierra por sus dones. Cada hierba que tocas es una historia viva: de tierra, luz solar y supervivencia. Cuando las mezclas, las quemas o las saboreas durante Samhain, te entrelazas con esa historia.

Bendición final. «A través de las hojas y las raíces, a través del humo y las llamas, honro el pasado y bendigo lo que vino. En cada semilla hay una promesa: la luz regresa, el espíritu vuela».

Tu botica de Samhain no tiene por qué ser grande, solo intencionada. Incluso unos pocos frascos de hierbas apreciadas pueden contener la magia de la estación: recuerdo, liberación y renacimiento. Que tus estanterías estén perfumadas, tu hogar cálido y tu espíritu luminoso durante el cambio de año.

Animales Mágicos

por Rev. Catherine Dragoni



La serpiente

Los proyectos de jardinería han llegado en gran medida a su fin, y solo quedan un par de tareas de limpieza. He dejado las flores marchitas en un par de parterres, y los pinzones y otras aves pequeñas están picoteando sus semillas. Con el tiempo las limpiaré y recogeré los bebederos para pájaros, pero últimamente he pasado muchos días maravillosos de octubre en los senderos, haciendo senderismo y fotografiando.

En una excursión reciente, mientras salía del bosque, oí un crujido entre las

hojas recién caídas y vi una serpiente muy bonita que se cruzaba en mi camino. Pero en lugar de desaparecer lo más rápido posible, se detuvo y giró la cabeza para mirarme.

Como tenía la cámara preparada, pude tomar varias fotos de esta preciosa serpiente.

Tenía unas distintivas rayas amarillo verdosas, y creo que es una serpiente cinta oriental. He tenido un amistoso debate en Internet sobre esto; otros creen que es una serpiente liga. Ambas especies pertenecen al mismo género, por lo que son muy similares, ¡y yo no soy herpetólogo! Simplemente disfruté del silencioso intercambio que tuve con esta criatura y agradecí la oportunidad de tomar algunas fotos. Él/ella no tenía miedo, pero se quedó al lado del sendero hasta que le dije «gracias» y continué mi camino.

¿Qué significa cuando una serpiente aparece en tu vida? ¿Especialmente durante la temporada de Samhain?

Samhain es el final de la temporada de cultivo, la última cosecha. Estamos entrando en la temporada de la muerte, la muerte de la vegetación, la muerte de la luz, la parte más oscura del año. La oscuridad que se avecina nos permitirá reducir el ritmo, descansar y mirar hacia nuestro interior. Si reconocemos las bendiciones de la oscuridad, es un momento ideal para trabajar con la sombra. La serpiente puede ser



nuestra guía para explorar nuestro interior, lo que nos lleva a la transformación y al renacimiento cuando vuelve la luz. Al igual que la serpiente, nosotros también podemos mudar nuestra piel, dejando atrás lo que ya no nos sirve. Las serpientes pueden estar animándonos a aceptar el cambio.

Las serpientes son símbolos de sabiduría y conocimiento, que nos invitan a la exploración intelectual y a la búsqueda de enseñanzas antiguas. Deja espacio para nuevas oportunidades que puedan conducir al crecimiento personal o a una espiritualidad más profunda.

Las serpientes también pueden servir para alertarte de posibles peligros que se avecinan. ¿Te enfrentas a tentaciones que podrían alejarte de un camino más constructivo? La serpiente te guía para que prestes mucha atención a dónde te encuentras y a las decisiones que estás a punto de tomar.

Las serpientes pueden ser poderosas guardianas, advirtiéndonos de amenazas invisibles y guiándonos hacia el crecimiento y la renovación. ¿Cómo no te pueden gustar las serpientes?

Tarot Totalmente

Por Rv Silas Mimir AP~

Samhain es la época del año en la que el velo es más fino y es más fácil contactar con los muertos. Si no te sientes seguro, prueba esta tirada de tarot de la adivinación del loto esmeralda



1. Espíritu presente conmigo en este momento.
2. Carta que describe la personalidad de este espíritu.
3. Carta que describe la apariencia de este espíritu.
4. Carta que describe la vida de este espíritu.
5. Por qué este espíritu está conmigo en este momento.
6. Un mensaje que este espíritu desea transmitirme.

Tránsitos Mensuales

(de cafeastrology.com)

Noviembre

4 - Marte entra en Sagitario (fácilmente se vuelve inquieto)

5 - Luna llena

6 - Venus entra en Escorpio (las relaciones profundamente apasionadas están en el punto de mira)

7 - Urano retrógrado vuelve a entrar en Tauro

9 - Mercurio se vuelve retrógrado en Sagitario (es posible que reconsideremos un sueño a largo plazo o una visión de nuestro futuro).

11: Júpiter se vuelve retrógrado en Cáncer (ralentiza los esfuerzos si han avanzado demasiado rápido).

18: Mercurio retrógrado entra en Escorpio (es hora de conectar con tus instintos y motivaciones).

20: Luna nueva.

21: El Sol entra en Sagitario (la atención se centra en conexiones más amplias).

27: Saturno se vuelve directo en Piscis (ocúpate de tus obligaciones y haz que tus objetivos sean más realistas).

29: Mercurio se vuelve directo en Escorpio (mejor para los esfuerzos a largo plazo).

30: Venus entra en Sagitario (la verdad y los significados más elevados son prioridades).

Diciembre

4: Luna llena.

10: Neptuno se vuelve directo en Piscis (más fe en nuestros sueños y visiones).

11: Mercurio entra en Sagitario (el pensamiento pasa de las «necesidades» al deseo de aprender).

15: Marte entra en Capricornio (energía deliberada y persistente).

19: Luna nueva.

21: El Sol entra en Capricornio (motivado por la responsabilidad y la ambición).

Eventos Especiales

All times are Eastern Standard Time

Octubre: un mes rico en significado espiritual, con Samhain, también conocido como el Año Nuevo de las Brujas, que ofrece oportunidades para la introspección,

la adivinación y el homenaje a los antepasados. Octubre nos recuerda que la oscuridad no es intrínsecamente negativa, sino que ofrece una oportunidad para crecer y comprender más profundamente. Nos invita a abrazar el trabajo con la sombra, una práctica que consiste en enfrentarnos a nuestros miedos más profundos, traumas pasados y emociones no resueltas con valentía y compasión.

31 Samhain (otoño avanzado): un sabbat que marca el adelgazamiento del velo entre los mundos, ideal para la veneración de los antepasados y la introspección. Samhain marca el final de la temporada de cosecha y el comienzo de la mitad más oscura del año. Sus símbolos (como las calabazas, las hogueras y el velo entre los mundos) nos recuerdan que debemos honrar a nuestros antepasados y aceptar la transformación.

Hemisferio sur: Beltane: una fiesta del fuego y la fertilidad.

Noches de invierno/Vetrablót: una celebración nórdica que marca el inicio del invierno, en la que se honra a las deidades y a los antepasados para pedir protección y prosperidad. Este festival estaba dedicado a honrar a deidades como Freyja u Odín, y a los antepasados, buscando sus bendiciones para obtener una

cosecha abundante que sustentara a la comunidad durante los duros meses de invierno. Era una época de banquetes, rituales y ofrendas para garantizar la supervivencia y fortalecer el vínculo entre el mundo de los vivos y el mundo espiritual.



Noviembre- Noviembre marca el comienzo de una época de reflexión y gratitud, a medida que se acerca el final del año y los días se acortan. Es un momento ideal para honrar los ciclos de la naturaleza y expresar nuestro agradecimiento por la abundancia y las lecciones de los últimos meses. A medida que avanza noviembre, disfrutemos de la belleza de cada día y valoremos los regalos que nos ha concedido la vida. Con la gratitud calentando nuestros corazones, podemos afrontar los meses más fríos que se avecinan con aprecio y esperanza. Durante esta temporada de gratitud, tomemos un momento para reflexionar sobre las muchas bendiciones en nuestras vidas.

1 El reinado de Cailleach: el día de las banshees. Una escalofriante historia sobre un poder ancestral y unos gritos inquietantes que resuenan entre la niebla, marcando el ascenso de la diosa celta y sus espectrales heraldos.

5 Superluna llena de Tauro: símbolo de preparación y diligencia, esta luna llena invita a conectar con la tierra y fortalecer los cimientos personales. Es un momento para centrarse en la estabilidad, reflexionar sobre las prioridades y construir sobre lo que realmente importa. Conocida por su conexión con el trabajo duro y la perseverancia, esta fase lunar nos anima a prepararnos para el futuro sentando bases sólidas tanto en nuestra vida personal como profesional. Deja que esta luna te recuerde que debes reducir el ritmo, apreciar el proceso y cultivar las cosas que aportan un valor duradero.

16 Noche de Hécate: una noche sagrada dedicada a la diosa Hécate, en la que se honra su sabiduría y su guía a través de las transiciones de la vida. Este ritual nocturno la celebra como la guardiana de las encrucijadas, la protectora del conocimiento oculto y la portadora de la luz en tiempos de incertidumbre. Un momento para la reflexión, las ofrendas y la búsqueda de sus bendiciones para obtener fuerza y claridad en tu viaje.

19 Día Internacional del Hombre: un día para reconocer y celebrar las contribuciones y el bienestar de los hombres en la sociedad.

20 Luna Nueva en Escorpio: un momento propicio para la introspección profunda y el trabajo con la sombra. Esta fase anima a enfrentarse a las emociones ocultas y a transformar los patrones negativos. Un momento propicio para la introspección profunda y el trabajo con la sombra. Esta fase te invita a sumergirte bajo la superficie y sacar a la luz verdades ocultas. Es una oportunidad para reflexionar sobre viejas heridas, examinar patrones negativos y comenzar la transformación. La energía de Escorpio te da el poder de dejar ir lo que ya no te sirve, allanando el camino para la renovación y el crecimiento personal. Aprovecha este momento para establecer intenciones significativas y centrarte en la sanación interior.

22 Noche de Shiva: una celebración en honor al dios Shiva, centrada en los temas de la destrucción y el renacimiento. Esta noche hace hincapié en los temas de la destrucción, el renacimiento y la renovación, simbolizando la naturaleza cíclica de la vida. Los devotos honran a Shiva mediante oraciones, ayunos, meditación y cánticos, en busca del crecimiento espiritual y la paz interior.

25 Comienza el mes celta del árbol del saúco: el árbol del saúco simboliza el final y el comienzo de los ciclos, lo que lo convierte en un momento adecuado para la reflexión y la renovación.

29 Fiesta de Hathor: celebración dedicada a Hathor, la diosa egipcia del amor, la belleza, la alegría y la música. Esta fiesta solía incluir música, bailes y ofrendas

para honrar su papel como nutridora y protectora, que traía felicidad y armonía a la vida de las personas.

Diciembre - Diciembre es un mes para disfrutar de la temporada de unión. Pasa tu tiempo en casa, disfrutando de la compañía de tus amigos y familiares. Celebra las fiestas y crea recuerdos inolvidables mientras despides otro largo año. Diciembre marca el final de otro año, un momento para reflexionar sobre nuestro viaje. Es una época para celebrar los momentos álgidos, aprender de los retos y agradecer lo que nos ha moldeado. Este mes se trata de la unión, ya sea saboreando momentos de tranquilidad o disfrutando del tiempo con los seres queridos. Celebra las fiestas, crea recuerdos y despide el año con gratitud y esperanza.

5 Superluna llena fría en Géminis. Sale en el signo de Géminis, aportando una mayor energía y un enfoque en la comunicación y la adaptabilidad. Es el momento perfecto para reflexionar, conectar y abrazar la curiosidad a medida que el año llega a su fin.

17 Las Saturnales, la antigua fiesta romana en honor a Saturno, dios de la agricultura y la riqueza, se celebraban con banquetes, intercambio de regalos e inversión de roles. Tenían lugar en diciembre y marcaban una época de alegría en la que las normas sociales se invertían temporalmente, los esclavos comían en igualdad con sus amos y las calles se llenaban de festividades públicas.

20 Luna Nueva en Sagitario: abraza los conceptos de valentía, comprensión y conciencia. Dedica tiempo a meditar en la naturaleza o a explorar el mundo para verlo desde el punto de vista de otra persona. Es la oportunidad perfecta para salir de tu zona de confort y dar un salto de fe hacia tus objetivos. Ya sea viajando, manteniendo conversaciones significativas o aprendiendo algo nuevo, esta Luna Nueva te invita a expandir tu mente y tu espíritu.

21 Yule (solsticio de invierno): una fiesta invernal que celebra el regreso de la luz tras un largo periodo de oscuridad.

Hemisferio sur: Litha (solsticio de verano): celebración del día más largo del año, que marca el pico de la energía solar (solsticio de verano) y el comienzo del declive gradual del sol.

Colaboraciones

¡No deje de visitar a estos socios y mostrarles su cariño!

Sellos personalizados: Redondo \$5, Cuadrado \$7. Contacte con Salena Murdock en murdocksam1@yahoo.com.



Winifred's Garden - Té, velas y botica

Nacida en 1918, a Winifred le enseñaron a amar y utilizar las plantas naturales. Esta tradición continúa con Winifred's Garden.

Somos una empresa artesanal de hierbas, dirigida por mujeres y con pequeños lotes. Formulamos todos los productos con ingredientes de la más alta calidad y prometemos ofrecer siempre productos lo más naturales posible. También garantizamos que nuestras materias primas proceden de proveedores de confianza. Entre por la puerta y disfrute de una relajante tarde de té y compras. Puede encontrarnos en Facebook e Instagram.



Correspondencias a los EDITORES

Nuestros lectores son siempre bienvenidos a escribir a la editorial. Para ello, envíe su correspondencia por correo electrónico a: themermaidwavejournal@gmail.com

¿Le interesa escribir para The Mermaid Wave Journal? ¿Le interesa algún tema concreto y desea que lo incluyamos? Háganoslo saber. ¿Has escrito recientemente un trabajo de investigación y quieres compartirlo? ¡Envíalo al correo electrónico de arriba!

AVISO: *Todo el contenido de estas páginas pertenece a The Wave Journal y/o a sus editores. Debe obtenerse permiso antes de su reproducción. Los artículos se publican a discreción del editor.*

Presentado por:

Editor Rv. Stacey Blair, AP~

Editor - Español: Rv. Silas Mimir, AP~

Editores - Español: Rv Hazsoly Bellatrix De Fira,
Rv Silvia González Dávila HP, Maxine K Sims Reyes,
Rev Aran Cesare

Escritores: Rv Bradley Fosterberry, Rv Catherine Dragoni

