EL RITUAL DE LOS CUATRO ELEMENTOS

Cuatro velas. Cuatro elementos. Una invitación silenciosa a volver al equilibrio.



EARTH

Sacred Ground

Para los días que te piden demasiado.

NOTAS DE AROMA

BASIL · AMBER · EBONY WOOD

ENCIENDE

Enciende Earth al anochecer, o cuando el día te haya dejado disperso. Mira cómo la llama se aquiete antes que tú.

RESPIRA

El basil llega primero, el ámbar se asienta detrás, la madera de ébano se queda al final. Cada respiración te devuelve al suelo firme.

VUELVE

Apoya las palmas en la mesa o sobre tus rodillas. Siente el peso de la habitación. Quédate el tiempo que necesites.

CUIDADOS DE LA VELA

Primer encendido: déjala arder 2–3 horas para que la cera llegue pareja al borde.

Nunca dejes una vela encendida sin supervisión. Mantenla alejada de corrientes de aire, niños y mascotas.

Recorta la mecha a unos 4–5 mm antes de cada encendido.

Deja de quemar cuando queden aproximadamente 1 cm de cera.



FIRE

Golden Ember

Para los momentos en que quieres que la habitación te cobije.

NOTAS DE AROMA

WARM AMBER · SANDALWOOD · HONEY

ENCIENDE

Enciende FIRE cuando necesites calor sin prisa. Dale un instante a la llama para encontrar su ritmo.

RESPIRA

El ámbar cálido abre, la sándalo lo suaviza, la miel se queda más tiempo. Deja que el calor te llegue despacio.

VUELVE

Nombra una cosa pequeña que salió bien hoy. Déjala brillar con la misma calma que la llama frente a ti.

CUIDADOS DE LA VELA

Primer encendido: déjala arder 2–3 horas para que la cera llegue pareja al borde.

Nunca dejes una vela encendida sin supervisión. Mantenla alejada de corrientes de aire, niños y mascotas.

Recorta la mecha a unos 4–5 mm antes de cada encendido.

Deja de quemar cuando queden aproximadamente 1 cm de cera.



AIR

Open Sky

Para las habitaciones que se sienten pesadas.

NOTAS DE AROMA

EUCALYPTUS · PINE

ENCIENDE

Enciende AIR cuando el aire de la habitación se quede quieto. Abre una ventana si puedes y mira la primera espiral levantarse.

RESPIRA

El eucalipto despeja el camino, el pino abre el espacio. Inhala contando cuatro, exhala contando seis.

VUELVE

Nota el espacio sobre tus hombros y detrás de tus ojos. Déjalo ensanchar, sin forzar nada.

CUIDADOS DE LA VELA

Primer encendido: déjala arder 2–3 horas para que la cera llegue pareja al borde.

Nunca dejes una vela encendida sin supervisión. Mantenla alejada de corrientes de aire, niños y mascotas.

Recorta la mecha a unos 4–5 mm antes de cada encendido.

Deja de quemar cuando queden aproximadamente 1 cm de cera.



WATER

Still Waters

Para el final del día, cuando ya no queda nada por resolver.

NOTAS DE AROMA

SEA SALT · SAGE

ENCIENDE

Enciende WATER cuando el día haya terminado por fin. Deja que el vidrio atrape la última luz de la habitación.

RESPIRA

La sal de mar llega primero, la salvia se asienta después. Cada respiración deja la habitación un poco más quieta.

VUELVE

Suelta la mandíbula. Deja caer los hombros. Quédate hasta que el día se sienta lo bastante lejos.

CUIDADOS DE LA VELA

Primer encendido: déjala arder 2–3 horas para que la cera llegue pareja al borde.

Nunca dejes una vela encendida sin supervisión. Mantenla alejada de corrientes de aire, niños y mascotas.

Recorta la mecha a unos 4–5 mm antes de cada encendido.

Deja de quemar cuando queden aproximadamente 1 cm de cera.