

# Pharmacopea de la Völva



## ♦ Nócima de Lágrimas de Luna ♦

**Para equilibrio emocional y calma profunda**

*"Bajo el manto plateado, las lágrimas se vuelven susurros,  
y el alma encuentra su paz en el silencio de la noche."*

—Cántico de las völvas de la luna

### » Propósito

*La Nócima de Lágrimas de Luna es un remedio delicado y sagrado destinado a equilibrar las emociones y fomentar un estado de serenidad profunda.*

Se emplea para quienes atraviesan tormentas internas, ansiedad o inquietud persistente, ayudando a restaurar la armonía entre mente y corazón. Ideal para los momentos antes del descanso, cuando la mente no cesa y el cuerpo clama por reposo.

### ♦ Ingredientes

#### *Para una dosis individual*

- 1 cucharadita de flores de lavanda (*Lavandula angustifolia*) – Calmante y relajante
- 1 cucharadita de hojas de melisa (*Melissa officinalis*) – Antiestrés y reguladora del ánimo
- 1/2 cucharadita de flores de valeriana (*Valeriana officinalis*) – Inductora del sueño y relajante muscular
- 1/2 cucharadita de flores de pasiflora (*Passiflora incarnata*) – Equilibrante nervioso
- 1 pizca de raíz de regaliz (*Glycyrrhiza glabra*) – Suaviza el amargor y aporta energía
- Agua pura
- Miel de tilo o flores silvestres (opcional)

## ♦ Preparación

1. Calienta agua hasta justo antes del hervor.
  2. Coloca todas las hierbas en una taza resistente al calor.
  3. Vierte el agua caliente y cubre la taza.
  4. Deja infusionar durante 10 a 12 minutos en calma y silencio.
  5. Cuela, endulza con miel si lo deseas, y bebe con lentitud, preferiblemente antes de acostarte.
- 

## ♦ Ritual de uso

Bebida bajo la luz de la luna o en el crepúsculo, esta pócima acompaña la transición hacia el reposo. La völva recomienda respirar profundamente mientras se bebe, dejando que cada sorbo lleve las tensiones fuera del cuerpo y abra paso a la quietud.

---

## ♦ Advertencias

No combinar con sedantes o medicamentos para el sueño sin supervisión médica. No recomendada



**durante el embarazo o lactancia. Evitar en casos de hipertensión debido al regaliz.**

---

### ♦ Notas de la völva

**"Las lágrimas de la luna limpian el alma y apaciguan la tormenta interna. Beberlas es regalarse el silencio que el corazón anhela."**

**Solveig Eiris Völva**

### **Disclaimer / Advertencia Importante**

La información contenida en esta sección sobre ungüentos se basa en tradiciones herbales ancestrales, relatos históricos y prácticas inspiradas en la figura mística de la völva nórdica. **No sustituye asesoramiento médico profesional** ni pretende diagnosticar, tratar o curar enfermedades.

Algunas de las plantas mencionadas pueden ser tóxicas, alergénicas o interaccionar con medicamentos. Su uso requiere conocimiento, respeto y precaución. **Consulta siempre con un profesional cualificado** antes de aplicar cualquier preparado en la piel o ingerir plantas medicinales.

El contenido tiene fines culturales, educativos y esotéricos. El lector asume toda responsabilidad por el uso que haga de esta información.

**Documento editado por:** [www.erikelrojo.com](http://www.erikelrojo.com)

*Erik el rojo*



