

月のバイオリズム×直感リーディング

新月・満月のパワーを深く受け取る 1枚引き占いワーク

意図設定と手放しで潜在意識を整え、幸運を引き寄せるサイクル作り

PART 01

月のサイクルと1枚引きの基本

宇宙のエネルギー周期に合わせてカードを引く基本原則

新月と満月 2つの役割

☾ 新月：種まきと意図設定

原点回帰: 新しい目標や願いの宣言

直感活用: 内なる欲求への気づき

開運行動: カードから第一歩のヒントを得る

● 満月：収穫と手放し

感謝と受容: 得られた成果や成長の確認

執着リリース: 不安や古い思考のクリア

開運行動: 停滞原因の手放し指針を引く

意図設定のステップ

新月の1枚引きワーク



1. 場と心を整える

静かな空間で深呼吸。



2. 問いを設定

「今月蒔くべき種は？」



3. ノートに意図を記録

直感と言葉を書き留める。

手放しのステップ

満月の1枚引きワーク

STEP 1: 成果への感謝

出来たことと恩恵を言葉にして労う。

STEP 2: 手放しの1枚引き

「今手放すべき執着やブロックは？」

STEP 3: 感情のリリース

カード助言に従い紙に書いて破棄。



月の満ち欠け周期

29.5日

約1ヶ月ごとに訪れるリセットの波。このサイクルに合わせることで、潜在意識のブロックを無理なくクリアにできます。

PART 02

直感で選ぶ1枚引きメッセージ

今のあなたに必要な新月の意図と満月の手放し指針

直感でピンとくるカードを1枚選んでください



カード【A】

月と浄化（ネイビー×シルバー）



カード【B】

太陽と調和（ゴールド×オレンジ）



カード【C】

星と実り（エメラルド×ホワイト）

カード A

【手放しと浄化】 静寂な月夜のメッセージ

🌙 新月の意図設定

心のクリアリング: 思考のノイズを静め、本当に守りたい自分のコア（本心）に意識を集中する。

🌕 満月の手放し

不安心理のリリース: 「完璧でなければならない」という重圧を手放し、素の自分を許容する。

【調和と良縁】太陽と循環のメッセージ

☼ 新月の意図設定

心地よい人間関係: 互いを高め合える関係性や、心が温まる対話の時間を大切にする。

☾ 満月の手放し

過度な気遣い: 「他人に合わせすぎる習慣」を手放し、自分軸の優しさを循環させる。

カードC

【豊かな実りと成長】星と可能性のメッセージ

🌱 新月の意図設定

才能の開花: 秘めた可能性に光をあて、ワクワクする新しいチャレンジへ種をまく。

💎 満月の手放し

自己限定の壁: 「自分には無理かもしれない」という思い込みを砕き、大きな飛躍を許可する。



月の満ち欠けとともに人生を整える

新月で意図を紡ぎ、満月で執着を手放す。
1枚のカードがあなたの内なる叡智を照らします。

ご参加いただきありがとうございました

Image Sources



<https://media.istockphoto.com/id/2171379346/photo/full-moon-above-the-sea.jpg?s=612x612&w=0&k=20&c=ziSSSEhnoRsav7sUoiKmcYrvvyWGhnHOfFF2HmEMXx0=>

Source: www.istockphoto.com



<https://cdn.lisaangel.co.uk/image/cache/data/product-images/ss21/gr-ss21/necklaces/silver-the-moon-tarot-card-pendant-necklace-o21a1374-515x515.jpg>

Source: www.lisaangel.co.uk



<https://siansemporium.com/wp-content/uploads/2025/08/Litha.png>

Source: siansemporium.com



https://i.etsystatic.com/67374397/r/il/db8c8e/8388651938/il_300x300.8388651938_2uxh.jpg

Source: www.etsy.com