

Diamo il benvenuto all'archetipo della Strega

Meditazione Guarire le Antenate Materne	
Diamo il benvenuto all'archetipo invernale della Strega	
Emisfero settentrionale	Ottobre
Emisfero meridionale	Maggio

Quando posso fare la meditazione

Puoi partecipare alla seguente meditazione dopo la “Meditazione di Condivisione” e la Meditazione della Benedizione della Terra-Yoni.

Oltre a seguire la meditazione “Guarire le Antenate Materne” durante la Benedizione Mondiale del Grembo, puoi farla anche nelle seguenti occasioni:

- Ogni volta che vuoi durante l'inverno, quando le energie della Strega sono forti nella terra.
- Durante la luna nera, quando la luna esprime le energie della Strega.
- Durante le mestruazioni, quando tu stessa incarni le energie della Strega.

Alcune informazioni sulla meditazione “Guarire le Antenate Materne”

Nelle nostra ossa, nel nostro DNA, conserviamo gli schemi delle nostre antenate materne – la linea mitocondriale. La linea mitocondriale è il DNA trasmesso da ogni madre alle figlie e ai figli, ma che **solo le figlie** possono a loro volta passare alla generazione successiva. Questa meditazione si incentra sulla guarigione della nostra linea di discendenza da grembo a grembo, il nostro lignaggio mitocondriale.

Nel profondo del nostro DNA e della nostra memoria cellulare siamo collegate alle nostre Antenate Materne; ai loro traumi, al loro dolore e alla loro sofferenza, ma anche alla loro forza, al coraggio, all'ingegno e alla saggezza. Se andiamo indietro nel tempo fino agli albori dell'umanità, possiamo vedere come la razza umana discenda da una popolazione molto ridotta. Quindi, quando un gruppo numeroso di donne si riunisce per inviare guarigione molto indietro nel tempo lungo la loro linea di discendenza da grembo a grembo, viene inviata guarigione anche a tutti gli esseri umani del presente. Questo rende la meditazione “Guarire le Antenate Materne” una forma di guarigione molto potente per tutti.



Per le antiche tradizioni dell'Europa settentrionale Samhain, o Halloween, rappresentava la celebrazione del passaggio della Madre Terra dall'archetipo dell'Incantatrice a quello della Strega.

È anche il momento migliore per viaggiare nell'aldilà, fino alla terra degli antenati, per guarire la nostra linea di discendenza materna e per liberare la bellezza, la magia, la forza e la saggezza di questo lignaggio così che possa esprimersi nella nostra vita.

Per questa meditazione dovrai creare una rappresentazione fisica della tua linea di discendenza femminile – tua madre, tua figlia, tua nonna, la tua bisnonna, ecc.

Questa rappresentazione può essere molto dettagliata o molto semplice; basta un comunissimo bastone avvolto in un pezzo di stoffa per ottenere delle “bambole delle antenate”, come quelle che vedete in questa foto, realizzate da una Moon Mother austriaca.



Se avrai le mestruazioni il giorno della Benedizione Mondiale del Grembo in cui farai la meditazione “Guarire le Antenate Materne”, l'esperienza potrebbe rivelarsi estremamente potente perché condividerai le stesse energie della Madre Terra.



Meditazione Guarire le Antenate Materne

Dopo aver ricevuto il Worldwide Womb Blessing e aver partecipato alla “Meditazione di Condivisione” e alla Meditazione della Benedizione della Terra-Yoni, puoi passare alla **Meditazione dell’Archetipo**.

Per questa meditazione avrai bisogno della tua “bambola (o bambole) delle antenate” e di un nastrino bianco per ogni bambola.

Poni la bambola/e tra le tue Coppe del Grembo in modo che quella con l’acqua sia a sinistra e quella con la candela a destra.

Connettiti al tuo Albero del Grembo e lascia che le sue radici affondino in profondità nella Terra (*pausa*).

Vedi, sappi o senti che sopra di te splende una meravigliosa luna piena che riversa su di te la sua luce argentea, avvolgendoti completamente (*pausa*).

Avverti o immagina che intorno a te si trovano le donne della tua linea di discendenza materna, immerse nella luce lunare (*pausa*).

Osservale, fa’ attenzione al loro aspetto.

Alcune vengono da un passato recente, altre da un passato lontano. Alcune vengono addirittura dalle prime, remote, famiglie della specie umana.

Ascolta le loro voci, la loro saggezza e i canti di cui sono portatrici.

Senti il loro amore, perché in questo spazio tutte loro sono tue madri (*pausa*).

Sii consapevole che le tue antenate materne sono anche le antenate di altre donne. Siamo tutte sorelle che appartengono alla stessa famiglia di donne che abbraccia il mondo intero e lo scorrere del tempo. Guardando la tua linea di discendenza, guarisci quella delle altre donne.

Fa’ un respiro profondo e posiziona le dita sopra l’area del grembo della tua bambola.

Di’ ad alta voce o a mente:

“Chiedo l’amore e la guarigione della Madre Divina per tutte le mie Madri Ancestrali e per la mia linea di discendenza materna.

Che tutti gli schemi genetici e le memorie cellulari possano guarire.

Che tutte le memorie energetiche e la memoria di gruppo possano guarire.

Che l’amore e la pace possano essere ripristinati in me e nel mio lignaggio.

Che le mie Madri possano camminare al mio fianco in bellezza e amore.”



Vedi o immagina una luna piena su ogni palmo delle tue mani. Lascia che la pace e l'amore del Divino Femminile fluiscono attraverso di te, attraverso le tue mani, fino alla bambola (*pausa*).

Senti o immagina che dentro di te, in profondità, i tuoi schemi si risanano e tu vieni trasformata dolcemente e profondamente. Senti il tuo cuore aprirsi per abbracciare le tue Madri con amore (*pausa*).

Quando sei pronta a concludere la meditazione...

Prendi il nastrino bianco e legalo intorno alla bambola. Questo nastro è un simbolo della guarigione della tua linea di discendenza materna e della riattivazione della tua femminilità autentica e libera. Di' ad alta voce o a mente:

“Madri, vi ringrazio per la vita che mi avete dato,
per il coraggio nelle avversità nel dare alla luce le vostre figlie – le mie madri,
per il corpo che tutte voi mi avete donato
e per quegli aspetti di voi che mostro al mondo,
per i vostri doni, i vostri talenti e le abilità
e per la vostra saggezza che giace in profondità nelle mie ossa.

Non cammino mai sola, perché voi siete con me.

A voi vanno il mio amore e la mia gratitudine.”

Riporta l'attenzione al tuo corpo. Fa' un respiro profondo e muovi le dita delle mani e dei piedi. Apri gli occhi e fa' un altro respiro profondo. E sorridi :)

Bevi l'acqua dalla tua Coppa del Grembo, mangia qualcosa e festeggia!

In gruppo

Se vuoi puoi invitare le donne a disporre le loro bambole in cerchio, su un altare o all'interno di uno spazio sacro, durante i momenti di festa e condivisione che seguono le meditazioni.

Cosa fare delle proprie bambole dopo la meditazione

A seconda del materiale in cui sono fatte, puoi:

- Restituirle alla Madre Terra seppellendole
- Posizionarle su un altare o su uno scaffale come ricordo delle tue antenate



Volendo puoi esporre su una mensola le bambole delle antenate durante la tua fase mestruale per onorare le mestruazioni e il tuo legame di sangue (attraverso il DNA) e da grembo a grembo con le tue antenate.

Puoi includere le tue bambole in qualunque celebrazione familiare o stagionale.

È anche carino connettersi alle proprie Madri Ancestrali in occasione di altre lune piene (oltre a quella della Benedizione Mondiale del Grembo in cui hai fatto la meditazione). Puoi inoltre concentrarti su di loro quando hai bisogno di essere un po' sostenuta o guidata.

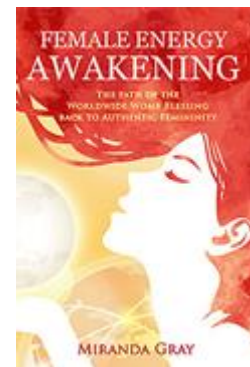
Le nostre antenate sono con noi sia spiritualmente che fisicamente, nel nostro grembo e nel nostro DNA, e quindi fanno parte di tutto ciò che facciamo nella vita!

Alla scoperta dei tuoi Archetipi:

Per ogni Worldwide Womb Blessing, c'è una meditazione archetipica aggiuntiva.

Puoi trovare queste meditazioni nell'area dei download del Worldwide Womb Blessing e sia il sito che la newsletter ti indicheranno chiaramente quale devi fare.

Le meditazioni sono collegate alle stagioni della Terra, per questo sono diverse da un emisfero all'altro. Per saperne di più sui quattro archetipi femminili, il Womb Blessing e come abbracciare, amare, celebrare ed esprimere le tue energie archetipiche, leggi "*Female Energy Awakening*".



Womb Blessing® è un marchio registrato per proteggere l'integrità del lavoro a cui l'espressione fa riferimento.

