

Kako možeš sudjelovati u Worldwide WombBlessingu®

Presretna sam što ćeš sudjelovati u Worldwide Womb Blessingu (Globalnom Blagoslovu Maternice).

Blagoslov nije namijenjen samo tome da ti donese iscjeljenje i povezanost s tvojom maternicom i ženstvenošću, on je također osmišljen kako bi usidrio Blagoslov Božanske Ženstvenosti u tvojoj Zemlji. To omogućuje da se ženske energije probude u svim ljudima i uvodi energije ljubavi, brizi i kreativnosti u svijet kako bi nadahnule novi smjer za čovječanstvo.

Molim te, uživaj u energiji koju si primila i u putovanju na koje će te svaki Blagoslov povesti: putovanju prema cjelovitosti te slavlju i radosti što si žena.

Ljubav i blagoslovi, Miranda



Priprema za tvoj Womb Blessing®

Baš kao kad primaš paket, sve što moraš učiniti jest otvoriti se primanju poklona Womb Blessinga. No, osim toga, možda ćeš htjeti unaprijed napraviti nekoliko vježbi koje ti mogu pomoći da postaneš svjesnija svog središta u maternici te da probudiš njegove prelijepo i osnažujuće energije, prigrliš ih i uživaš u njima. Ako ti je meditiranje novost, ove će ti vježbe pomoći da se uvježbaš za sam Womb Blessing.

❖ Vježba prije Womb Blessing® usklađivanja

Možda ćeš poželjeti iskušati ovu jednostavnu vježbu u danima prije Womb Blessinga kako bi pripremila svoje središte u maternici za primanje energija usklađivanja.

Usmjeri pažnju u svoju maternicu koja se nalazi odmah ispod pupka.

Zamisli veliki zlatni kotao kako počiva u tvojoj zdjelici, ispunjen predivnom kristalno bistrom vodom. Zamisli kako uzimaš veliku srebrnu žlicu i počinješ miješati vodu u kotlu unutar sebe. Žlicom ocrtavaj oblike u vodi i miješaj energije.

Čini tako oko pet minuta, a zatim položi ruke na maternicu sljedećih pet minuta. Kako se energije pročišćavaju, možda ćeš osjetiti neke fizičke senzacije u svojoj maternici, emocije ili ograničavajuće misli.

Nakon ove vježbe popij čašu vode da olakšaš moguću detoksikaciju.

Copyright 2012-2018 Miranda Gray. Translation by Anja Grubiša, Martina Donelli Peharec, Sandra Volčanšek

❖ Meditacija Stablo maternice

Možda ćeš htjeti napraviti ovu meditaciju unaprijed, kao dio pripreme za Womb Blessing. Traje oko 5-10 minuta i može se raditi u bilo koje vrijeme prije Worldwide Womb Blessinga.

Mjesečevo stablo je drevni simbol Božanskog Ženstva i koristimo ga u meditaciji kao način povezivanja s našom maternicom.

Za ovu meditaciju nije potrebno dobro vizualizirati ili imati sposobnost da "vidiš" slike; energija slijedi namjeru. Tijekom meditacije obrati pažnju na to kako se osjećaš u emocionalnom smislu, kako se osjećaš u tijelu, a kako oko tijela. Možda ćeš osjetiti toplinu ili pritisak u maternici, srcu i rukama kad energije poteknu i počnu otvarati te centre.

Zatvori oči i dovedi pažnju u tijelo.

Osjeti vlastitu težinu na stolici, težinu svojih ruku u krilu. Duboko udahni i centriraj se iznutra.

Usmjeri pažnju na svoju maternicu .

Vidi, znaj, osjeti ili zamisli da je tvoja maternica poput drveta s dvije glavne grane, prekrasnim lišćem i crvenim plodovima nalik na dragulje na krajevima. Korijenje Stabla maternice raste duboko dolje u Zemlju, uzemljujući te i povezujući te s njenim energijama. Dok se uzemljuješ, možda ćeš osjetiti ili vidjeti njene energije kako se ulijevaju u tvoju maternicu.

Osjećaj se centrirano i uravnoteženo.

Sada dopusti da slika tvog Stabla maternice raste sve dok se grane stabla ne razdvoje u razini tvoga srca.

Kako se povezuješ s ovom slikom, znaj ili osjeti kako se tvoje srčano središte otvara i energija struji niz tvoje ruke prema šakama i prstima. Osjeti vezu ljubavi između Zemlje, tvoje maternice i tvog srca.

Opusti se. Osjeti kako si jaka, puna ljubavi i osnažena.

Na kraju meditacije, dozvoli da se slika ili osjećaj tvoga Stabla maternice povuče natrag u tvoju maternicu, ali zadrži pažnju na korijenju koje prodire duboko u Zemlju, dajući ti snagu i uzemljujući te.

Vrati pažnju na tijelo, na tvoju težinu na stolici, na težinu svojih ruku u krilu.

Nježno pomakni prste na rukama i nogama i otvori oči. I sada ponesi ovu čudesnu energiju u Svijet.

❖ Nekoliko pitanja o Blessingu:

Koliko će dugo Blessing trajati?

Oko 20 minuta. Nakon 20 minuta, možda ćeš htjeti nastaviti s 'Meditacijom dijeljenja' (sljedećih 10 minuta) čime olakšavaš da se ova predivna energija uzemlji u tlu.

Može li bilo tko primiti energiju?

Svaka žena ili svaka djevojka kojoj je započeo ciklus, može primiti usklađivanje Blagoslovom. Ovo je predivna prilika da majke i kćeri podijele svoju povezanost s Božanskim Ženstvom.

Žene koje više nemaju ciklus, ili one koje ga nemaju zbog medicinskih ili kemijskih razloga, također mogu primiti Blagoslov.

Trudnice mogu primiti Blagoslov. Naime, u svakoj vrsti energetskog rada na daljinu imamo slobodan izbor želimo li prihvatiti energiju, pa će tako i beba moći odabrati hoće li prihvatiti energiju ili neće. Ovaj dar energije se daje u skladu s Božanskom Voljom i Ljubavlju i za svaku od nas će djelovati individualno, u skladu s našim potrebama i životnim putem.

Što da napravim ako ne mogu meditirati u odabrano vrijeme?

Dar energije će ti svejedno biti poslan, ali će energija biti "na čekanju". To znači da će tvoje Više Ja zadržati energiju sve dok ne budeš u prilici u miru napraviti Womb Blessing meditaciju i primiti energiju.

Što da napravim ako nisam spremna za energiju?

Tvoje Više Ja će zadržati energiju do trenutka kada ćeš je biti spremna integrirati.

Da li je Blagoslov vezan isključivo za plodnost?

Ne. Plodnost je malen, ali važan dio naših ženskih energija. Naš centar u maternici i naš menstrualni ciklus daju nam toliko mnogo čudesnih i osnažujućih sposobnosti i darova. Božanska Ženstvenost je dinamična i izazovna, puna ljubavi i brižnosti, čarobna i seksi, kreativna i intuitivna, te snažna i mudra – a takve smo i mi same.

Možemo li primiti Blagoslov u grupi?

Da! To je divna ideja.

Nakon 20 minuta Womb Blessinga, možete nastaviti s Meditacijom Dijeljenja, Zemlja-Yoni Blagoslovom i Meditacijom arhetipa za trenutno godišnje doba. Ovo je lijep način dijeljenja poklona koji ste primile. Na grupu možete donijeti hranu koja predstavlja Pun Mjesec i

Majčinu darežljivost. Niže pogledajte odjeljak "Kako mogu voditi grupu?".

Kako mogu sudjelovati?

1) Idi na stranicu www.wombblessing.com i slijedi poveznicu 'Prijava' kako bi se prijavila za vrijeme koje odabereš. Upamti da ćeš se trebati prijaviti za svaki Worldwide Womb Blessing u kojem želiš sudjelovati kako bismo znali da ti taj dan trebamo poslati energiju.

2) Prije nego što započne tvoje vrijeme koje si odabrala za Blagoslov:

Napuni jednu zdjelicu (Zdjelu Maternicu) vodom koja predstavlja Živuće vode maternice, a u drugu zdjelicu postavi malu svijeću koja predstavlja Svjetlost Blagoslova koja će ispuniti tvoje središte u maternici.

Postavi zdjelice ispred sebe na sigurno mjesto, tako da se ne prevrnu.

Pusti neku opuštajuću glazbu.

Isprintaj si potrebne meditacije (ili koristi snimljene verzije).

3) Primanje Blagoslova:

Kada dođe vrijeme koje si odabrala za primanje Blagoslova, polako pročitaj Womb Blessing meditaciju, zamišljajući svoje Stablo maternice. 20 minuta od punog sata sjedi opušteno kako bi primila energiju. Možda ćeš osjetiti toplinu ili 'škaljanje' ili stezanje u maternici, možda čak i buđenje seksualne energije.

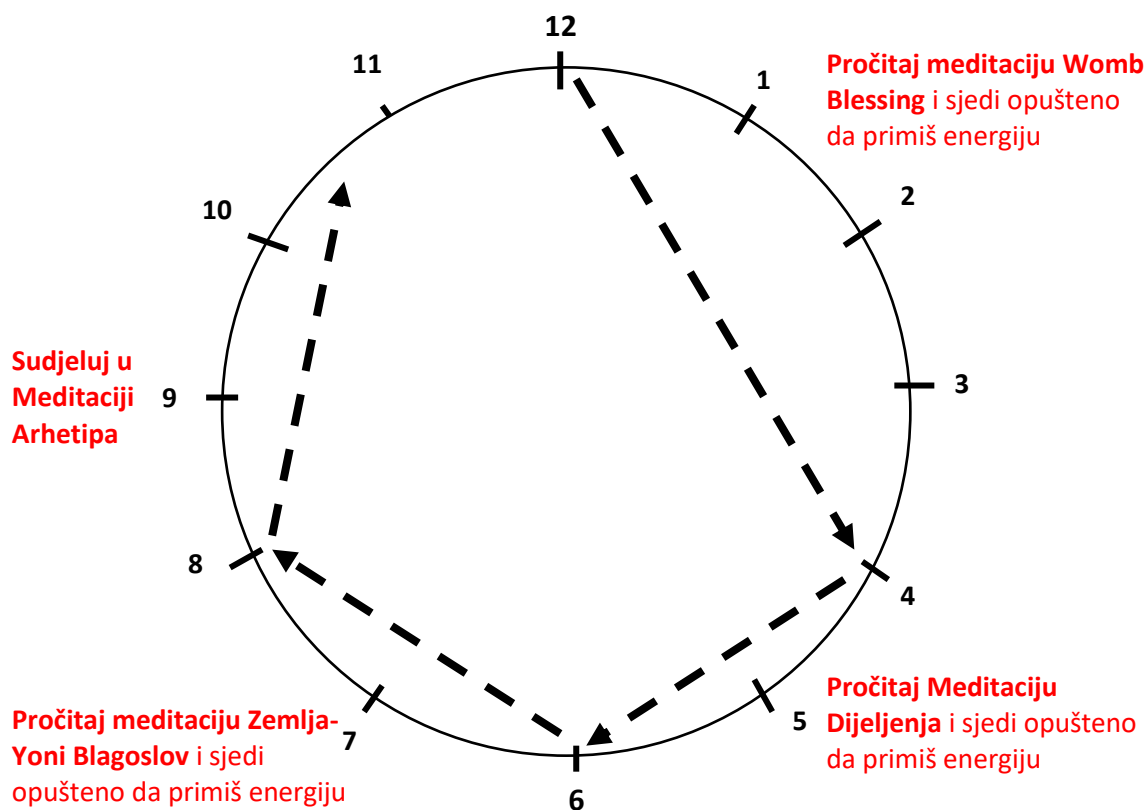
Nakon toga možeš: Završiti seansu

- 1) Pusti da korijenje tvoga Stabla maternice raste duboko u Zemlju.
- 2) Popij vodu iz svoje Zdjele Maternice. Energija usklađivanja također će blagosloviti tu vodu, stoga je na kraju možeš popiti ili je podijeliti s drugima.
- 3) Slavi uz ukusno jelo i piće.

Ili: Sudjelovati u dodatnim meditacijama

- 1) Meditacija "Dijeljenje Blagoslova" (10 minuta)
- 2) Zemlja-Yoni Blagoslov (10 minuta) – za upute pogledaj odvojeni dokument 'Zemlja-Yoni Globalni Blagoslov- kako sudjelovati'.
- 3) Pusti da korijenje tvoga Stabla maternice raste duboko u Zemlju.
- 4) Popij vodu iz svoje Zdjele Maternice.
- 5) Meditacija arhetipa (10 - 15 minuta)
- 6) Slavi uz ukusno jelo i piće.

☞ Kako možeš sudjelovati u Worldwide Womb Blessingu®



❖ Što mi je potrebno za sudjelovanje?

Bit će ti potrebno:

- **Dvije male 'Zdjele Maternice'** – to mogu biti bilo kakve zdjelice ili čaše (nezapaljive).
- **Šal ili marama** kojom ćeš se zaogrnuti oko ramena kako bi stvorila sveti prostor i kako bi svoju pažnju usmjerila na svoje tijelo.
- **Isprintana Womb Blessing Meditacija** (nalazi se niže), ili koristi snimljenu verziju.
- **Isprintana Meditacija Dijeljenja i Zemlja-Yoni Blagoslov.**
- **Isprintana Meditacija arhetipa** – pogledaj u odvojene dokumente.
- Nešto što ćeš kasnije pojesti.

Kako bi pojačala iskustvo, možeš učiniti sljedeće:

- Pusti neku opuštajuću glazbu.
- Napravi oltar.
- Ukrasi prostoriju kako bi odražavala Zemljin Arhetip.

- Meditiraj zajedno s prijateljima i obitelji. To možete učiniti osobno ili putem Skypa.

Kako mogu voditi grupu?

- Sve žene koje dolaze na grupu i žele primiti usklađivanje Womb Blessingom moraju se svaka za sebe prijaviti na www.wombblessing.com. Neka odaberu vrijeme koje dogovorila cijela grupa.
- Meditacije može čitati na glas jedna članica grupe, ili možete pustiti snimku.
- Zamolite žene da donesu hranu koju ćete zajedno pojesti na kraju.
- Pitajte žene da li neka od njih želi podijeliti nešto posebno s grupom prije ili nakon Blagoslova, primjerice ples, pjesmu, ritual, meditaciju, priču i sl.
- Podsjetite žene da donesu dodatne stvari potrebne za izvođenje Meditacije arhetipa.
- Womb Blessing je besplatan, ali organizatorice grupa mogu naplatiti mali iznos kako bi pokrile svoje troškove – npr. najam prostorije ili tisak plakata.

❖ Nakon Womb Blessinga®

Pij vodu kako bi olakšala moguću detoksikaciju.

Možda ćeš svaki dan u mjesecu nakon Blagoslova poželjeti napraviti niže opisanu Vježbu samoiscjeljenja. Ta će ti Vježba pomoći da ostaneš povezana s energijama Womb Blessinga i svojim ženskim energijama. Također, možda ćeš svaki dan htjeti napraviti Womb Blessing meditaciju, Meditaciju Dijeljenja i Zemlja-Yoni Blagoslov.

Vježba samoiscjeljenja

Tijekom 28 dana nakon Blagoslova, energija će nastaviti s iscjeljivanjem, energiziranjem i otpuštanjem starih i neželjenih obrazaca. To mogu biti fizički, mentalni, emotivni ili duhovni obrasci, stoga te molim, budi nježna prema sebi. Zdravo jedi i pij i radi Vježbu samoiscjeljenja svaki dan 5 – 10 minuta ili duže.

Sjedni ili legni s rukama položenim na područje maternice.

Zamisli kako veliki puni Mjesec ispunjava tvoju maternicu prekrasnim srebrno bijelim svjetlom.

Dok to radiš, energija će prirodno teći i možda ćeš je moći i fizički osjetiti u svojim rukama i maternici. Protok energije ne osjete svi – svaka osoba ima svoje jedinstveno iskustvo energije.

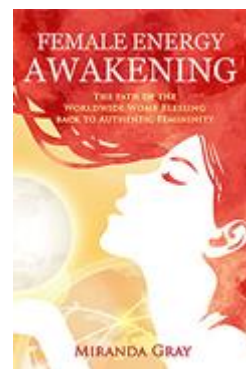
Opusti se i uživaj!

Na kraju se zahvali Božanskoj Ženstvenosti na njenom prekrasnom daru – energiji Blagoslova i iscjeljenju.

❖ Koraćanje Putem Womb Blessinga®

Kao podrška tvojim Womb Blessing-ima, možda ćeš htjeti slijediti **Put Womb Blessinga**, koji se sastoji od dnevnih aktivnosti koje možeš raditi tijekom mjesec dana nakon Blagoslova. One su detaljno opisane u knjizi 'Female Energy Awakening – The path of the Worldwide Womb Blessing back to Authentic Femininity' ('Buđenje ženske energije – povratak istinskoj ženstvenosti putem Worldwide Womb Blessinga') koju je napisala Miranda Gray.

Put Womb Blessinga ti pomaže da istražiš svoje energije, otkriješ Božansku Ženstvenost i živiš svoju autentičnu ženstvenost u modernom svijetu.



Womb Blessing® je registrirani zaštitni znak (registered trademark) jednostavno zato da bi se očuvao integritet tog rada.