

## Blagoslov maternice s Miranda Gray



*Radujem se što ćeš sudjelovati u Blagoslovu maternice.*

*Namjera ovog blagoslova nije samo da donese iscjeljenje i osjećaj povezanosti tvojoj vlastitoj maternici i ženstvenosti; blagoslov je osmišljen i za "sidrenje" blagoslova Božanskog Ženstva u tlu tvoje zemlje, da bi se olakšalo buđenje energija boginje u svim ljudima i na svijet dovela brižna i kreativna energija puna ljubavi, kao nadahnuće za novi smjer čovječanstva.*

### *Vježba pred usklađivanje*

U danima prije usklađivanja možeš isprobati ovu jednostavnu vježbu za buđenje i pripremanje tvog središta u maternici za primanje energija usklađivanja.

**Usmjeri pažnju na 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 tebe. Žlicom ocrtavaj oblike u vodi i miješaj energije.**

Čini tako oko 5 minuta, a zatim položi ruke na maternicu još sljedećih 5 minuta. Kako se energije pročišćavaju možda ćeš osjetiti neke fizičke senzacije u svojoj maternici, ili možda emocije, ili misli.

Nakon ove vježbe popij čašu vode da olakšaš moguću detoksikaciju.

### *Usklađivanje Blagoslovom maternice*

Najjednostavniji način primanja energije je da sjedneš mirno na 20-tak minuta, osjećajući se otvoreno i s dobrodošlicom dočekujući energiju. Imaj uz sebe sat, tako da možeš provjeriti vrijeme i pripremi si nešto za jelo na kraju seanse.

Da pojačaš doživljaj, možeš učiniti sljedeće:

- Uzmi dvije male zdjelice i jednu napuni vodom – to su Živuće vode Grala maternice, a u drugu smjesti malu svjećicu – to je Svjetlost Blagoslova koja će ispuniti tvoje središte u maternici. Energija usklađivanja će blagosloviti i vodu pa ju na kraju možeš popiti ili podijeliti s ostalima. Postavi zdjelice ispred sebe na neko sigurno mjesto, tako da se ne prevrnu.

©2012 Miranda Gray  
Translator Anja Grubisa

## Blagoslov maternice s Miranda Gray

- Pusti neku opuštajuću glazbu.
- Prebaci šal ili maramu preko ramena kao znak da si u prisustvu energija boginje.
- Čitajući prođi kroz niže navedenu meditaciju i dok čitaš, zamišljaj sve navedeno kako se događa. Ako ste u grupi, jedna od žena može naglas pročitati meditaciju svima.

U odabrano vrijeme usklađivanja, kreni s čitanjem meditacije i smjesti se udobno, uspravnih leđa, s dlanovima položenim na bedra i okrenutim prema gore. Opusti se i samo primaj.

### **Nakon usklađivanja:**

Možeš preći na niže opisanu meditaciju "Dijeljenje Blagoslova" ili možeš završiti seansu.

### **Završetak seanse:**

Za kraj seanse popij "Živuću vodu" iz svoje zdjele i pojedij nešto. Pazi da kroz nastavak dana piješ puno vode kako bi olakšala moguću detoksikaciju.

---

### *Meditacija za Usklađivanje Blagoslovom maternice:*

Započni s čitanjem ove meditacije u tvoje odabrano vrijeme usklađivanja.

Zatvori oči i dovedi pažnju u tijelo.

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

Usmjeri pažnju na maternicu; vidi, znaj, osjeti ili zamisli da je tvoja maternica poput stabla s dvije glavne grane, prekrasnim lišćem i crvenim plodovima nalik na dragulje na krajevima. Osjeti ili zamisli kako korijenje stabla prodire duboko dolje u tamu zemlje, povezuje te i sidri, omogućavajući ti primanje zlatne energije u tvoju maternicu.

Osjećaj se uzemljeno 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, vidi ili osjeti kako se tvoje srčano središte otvara, a energija struji niz tvoje ruke prema šakama i prstima. Osjeti vezu ljubavi između zemlje, tvoje maternice i tvoga srca.

I dalje s pažnjom na srcu, pogledaj prema gore pa vidi ili osjeti kako grane stabla nastavljaju sezati prema gore da obuhvate puni Mjesec iznad tvoje glave. Ljepota punog Mjeseca kupa te čistom srebrno-bijelom svjetlošću koja se slijeva niz tvoju auru i preko tvoje kože.

# Blagoslov maternice s Miranda Gray

Otvori se i primi svjetlost Mjeseca. Dozvoli joj da uđe kroz krunu na vrhu tvoje glave i ispuni tvoj mozak svjetlom. Opusti se još više i primi ovo svjetlo u svoje srce. Opusti se još i više, otvori svoju maternicu i uz blagoslov propusti ovu energiju u nju. Možda ćeš osjetiti toplinu ili strujanje ili stezanje u maternici, možda čak i buđenje seksualne energije.

Zatim sjedi i uživaj u ovim energijama idućih 20 minuta.

## Meditacija "Dijeljenje Blagoslova"

Odmah nakon 20 minuta usklađivanja možeš po želji nastaviti s ovom meditacijom za koju će ti trebati još oko 15 minuta.

Još jednom obrati pažnju na Mjesec iznad tvoje glave i dopusti da te njegova energija okupa svjetlošću. Osjeti kako svjetlost ispunjava tvoju glavu i tvoje srce te kako struji niz tvoje ruke prema dlanovima.

Dopusti da energija poteče iz srca i dlanova prema Svijetu.

Osjeti je kako teče prema drugim zemljama, mijenjajući postojeću vibraciju u vibraciju Božanskog Ženstva.

Osjeti je kako iscjeljuje, voli, umiruje i njeguje cijeli svijet.

Osjeti prisustvo žena širom svijeta koje su u ovom trenutku povezane s ovom energijom. Pošalji energiju prema njima i primi je od njih, u ljubavi, dijeljenju i zajedništvu.

(dugačka pauza)

Zatim dopusti da energija Mjeseca odozgo proteče od glave, preko srca sve do maternice i dolje u tlo tvoje Zemlje.

Neka energija probudi i iscijeli svetost Zemlje i boginju u Zemlji.

(dugačka pauza)

Vrati pažnju natrag u svoje tijelo.

Osjeti vlastitu težinu na stolici pa nježno pomakni prste na rukama i nogama. Duboko udahni i otvori oči.

vSada možeš završiti seansu, kako je gore opisano.

# Blagoslov maternice s Miranda Gray

## Samoblagoslov

Tijekom 28 dana nakon blagoslova, energija će nastaviti s iscjeljivanjem i otpuštanjem starih, neželjenih obrazaca. To mogu biti fizički, mentalni, emocionalni ili duhovni obrasci; zato vas molim, budite nježne prema sebi, zdravo jedite i pijte i svakog si dana radite samoblagoslov po 5-10 minuta ili duže.

Sjedni ili legni udobno s rukama položenim na području maternice.

Zamisli veliki Puni Mjesec kako ispunjava tvoju maternicu prekrasnim srebrno bijelim svjetlom. Dok to radiš energija će sama teći što ćeš možda i osjetiti u dlanovima ili maternici kao fizičku senzaciju. Protok energije ne osjećaju svi – svaka osoba ima svoje, jedinstveno iskustvo energije. Opusti se i uživaj.

Na kraju se zahvali svojoj boginji na njezinom blagoslovu.



*Hvala ti što odvajáš vrijeme i sudjeluješ u “sidrenju” energija Božanskog Ženstva – činiš to za svoju Zemlju i za žene planete Zemlje. Molim te, uživaj u energiji koju si primila i u putovanju na koje će te ona povesti, prema cjelovitosti, slavlju i radosti bivanja ženom. Love and blessings, Miranda*

*Ljubav i blagoslovi, Miranda*

[www.wombblessing.com](http://www.wombblessing.com)



<http://www.planetopija.hr/>

©2012 Miranda Gray  
Translator Anja Grubisa

# Blagoslov maternice s Miranda Gray

## O Mirandi Gray

Miranda Gray autorica je knjiga “Crveni mjesec – razumijevanje i korištenje kreativne, seksualne i duhovne moći menstrualnog ciklusa” te “Optimizirana žena – korištenje svog menstrualnog ciklusa u postizanju zadovoljstva i ispunjenja”. “Crveni mjesec” je dostupan na engleskom, španjolskom, francuskom, njemačkom, talijanskom, hrvatskom i češkom jeziku. “Optimizirana žena” dostupna je na engleskom, španjolskom i talijanskom, a od 2012. i na češkom.



Miranda je s pisanjem i podučavanjem o menstrualnom ciklusu započela 1985. Ona je objavljivana autorica i umjetnica, Majstorica Učiteljica shantini reikija, kao i voditeljica radionica za žene. Nudi radionice Crvenog Mjeseca, on-line tečaj za voditeljice radionica Crvenog Mjeseca, on-line tečaj Ženska mudrost koji se zasniva na “Optimiziranoj ženi”, radionice “Boginjin reiki” i radionice za voditeljice “Blagoslova maternice”. Miranda voli putovati radi podučavanja!

[www.mirandagray.co.uk](http://www.mirandagray.co.uk)  
[www.optimizedwoman.com](http://www.optimizedwoman.com)  
[www.redmoonthebook.com](http://www.redmoonthebook.com)