

Gimdos Palaiminimas su Miranda Gray



Man labai malonu jog dalyvaujate Gimdos palaiminime.

Šis palaiminimas yra skirtas ne tik gydyti bei atstatyti ryšiui tarp jūsų įsčių ir moteriškumo, juo taip pat siekiama įtvirtinti dieviškojo moteriškumo palaiminimą į jūsų šalį, padedant deivės energijoms busti žmonėse ir nešti į pasaulį meilę, rūpestį bei kūrybą bei įkvėpti naują kryptį žmonijai.

Pasiruošimas suderinimui

Galbūt dienomis iki suderinimo jums norėsis pabandyti šį nesudėtingą pratimą. Treniruotė jūsų gimdos centrui pažadinti ir suderinimo energijoms priimti.

Nukreipkite dėmesį į gimdą, kuri randasi iš kart po bamba.

Savo dubens vietoje įsivaizduokite didžiulį auksinį katilą pilną gražaus krištolo skaidrumo vandens. Įsivaizduokite, kaip paimate didelį sidabrinį šaukštą ir imate juo maišyti vandenį to katilo jūsų viduje. Maišykite savuoju šaukštu siluetus, figūras skaidriame vandenyje ir taip išjudinkite energijas.

Šitaip vaizduokitės apie 5 minutes po to, uždėjusios delnus ant gimdos, pabūkite dar 5-ias. Gali būti, kad įsčiose besisklandant energijoms atsiras fizinių pojūčių, galbūt kažką pajusite emociškai ar gali pasireikšti įvairios varžančios mintys.

Išgerkite stiklinę vandens po pratimo. Vanduo padės detoksikacijos atveju.

“Gimdos palaiminimo” suderinimas

Paprasčiausias būdas suderinimui gauti yra ramiai sėdėti 20 minučių jaučiantis atvirai priimamai energijai. Turėkite laikrodį laikui sekti ir kažko užkasti sesijos pabaigai.

Galbūt patirčiai sustiprinti jums norėsis padaryti štai ką:

- Paimkite du mažus dubenėlius, vieną jų pripildykite vandens, tai bus Gyvieji Įsčių Gralio vandenys, kitame dubenėlyje padėkite mažą žvakutę, kuri bus Palaiminimo Šviesa užpildysianti jūsų gimdos centrą. Suderinimo energija taip pat palaimins ir vandenį, kurį pabaigoje galite išgerti arba pasidalinti su grupės narėmis. Padėkite dubenėlius saugiai priešais taip kad neapverstumėte.
- Pasirūpinkite ramia atpalaiduojančia muzika.

©2012 Miranda Gray

Translated by Akvile Guliokaite

Gimdos Palaiminimas su Miranda Gray

- Apsigaukite pečius skara ar šaliu, taip parodysite jog esate deivės jėgos apsupty.
- Skaitykite meditaciją pateiktą žemiau ir vaizduokitės visą tai ką skaitote. Jei esate grupėje, viena moteris gali garsiais skaityti kitoms.

Anksčiau pasirinktu suderinimo laiku, sėdėdamos patogiai, tiesia nugara, rankomis ant šlaunų delnais į viršų skaitykite pateiktą meditaciją. Atsipalaiduokite ir paprasčiausiai priimkite.

Po suderinimo:

Galite arba testuoti su "Dalijimasis palaiminimu" meditacija pateikta apačioje arba užbaigti sesiją.

Sesijai užbaigti:

Sesijai užbaigti, iš dubenėlio išgerkite "Gyvuosius vandenį" ir užvalgykite anksčiau pasiruošto maisto. Pasistenkite gerti daug vandens per dieną po sesijos, šitaip paskatinsite bet kokią detoksikaciją, jei tokia pasireikš, padėsite valyti organizmui.

"Jėsių palaiminimo" suderinimo priėmimo meditacija:

Šią meditaciją pradėkite skaityti laiku, kurį pasirinkote suderinimui priimti:

Užsimerkite ir sutelkite visą dėmesį į savo kūną. Jauskite jo svorį ant pagalvėlės ir rankų svorį ant kelių. Giliai atsikvėpkite ir susikaupkite viduje.

Dabar nukreipkite savo dėmesį į gimdą; matykite, žinokite, jauskite ar įsivaizduokite, kad jūsų gimda tai medis išsišakojusiu kamieniu. Išsišakojimas tai dvi jo pagrindinės šakos su gražiais lapais ir raudonais kaip brangakmeniai vaisiais galuose. Jauskite arba įsivaizduokite, kad medžio šaknys auga gilyn į žemės tamsybę, tai jūsų gimdos ir žemės gelmių ryšys, per jas įsčiose įsitvirtina auksinė palaiminimo energija.

Jauskitės įžeminta ir subalansuota.

Dabar leiskite Gimdos medžiui augti kol išsišakojimo vieta pasieks širdies lygį. Šitaip besivaizduodamos, jauskite atsiveriantį širdies centrą ir rankomis žemyn ištekančią energiją į delnus ir pirštų galiukus. Pajuskite kaip meilė vienija ir apjungia Žemę, jūsų įsčių gelmes ir širdį.

Dabar nurimkite susikaupusios širdyje ir pažvelgite į viršų, ten medžio šakos toliau stiebiasi į viršų ir jau suduoja Pilnatį erdvėje virš jūsų. Nuostabi mėnulio pilnatis maudo jus tyroje sidabrinėje šviesoje, kuri sunkiasi per jūsų aurą ir nuteka ant odos.

Nusiteikite priimti mėnulio energijos šviesai, atsiverkite. Ji per viršugalvio karūną užpildo jūsų galvą, užlieja smegenis, leiskite jai ir toliau tekėti ir priimkite į savo širdį. Tesdamos atsiverkite įsčiose ir

Gimdos Palaiminimas su Miranda Gray

leiskite energijai palaimoje priplūst į jūsų gimdą. Galite justi šilumą ar dilgčiojimą taip pat tempimą įsčiose, ar net prabudusias erotines energijas.

Dabar apie 20 minučių, ramiai sėdėdamos mėgaukitės priimta palaiminimo energija.

“Dalijimosi palaiminimu” meditacija

Galbūt jums norėsis atlikti šią neprivalomą meditaciją iškart po 20 minučių suderinimo priėmimo. Šis pratimas užtruks apie 15 minučių.

Dar kartą sutelkite dėmesį į mėnulio pilnatį viršum jūsų, leiskitės nuprausiama sidabrine šviesa. Jauskite kaip pilnaties šviesa užpildo galvą, širdį ir plaukia žemyn rankomis į delnus.

Leiskite energijai plūsti per širdį bei rankas ir skliti į pasaulį.

Jauskite kaip ji teka ir į kitas žemes, kaip energijos transformuojasi į tas dieviškąsias moteriškumo vibracijas.

Pajuskite kaip gydo, myluoja, ramina ir puoselėja visą pasaulį.

Prisiminkite ir kitas moteris, kurios pasaulyje tuo pačiu metu jungiasi su ta pačia palaiminimo energija. Siūskite joms šią energiją ir priimkite ją atgal, dalinkitės ja meilėje ir vienybėje...

Ilga pauzė...

Dabar leiskite mėnulio pilnaties energijai plūsti iš galvos žemyn į širdį, užpildyti įsčias ir toliau tęsiant tekėti į Žemę.

Leiskite plūstančiai energijai atgyti ir gydyti deivę Žemėje, gydyti jos šventumą.

Ilga pauzė

Mintimis grįžkite į savo kūną.

Vėl pajuskite jo svorį ant kėdės, rankų svorį ant kelių, švelniai pajudinkite rankų ir kojų pirštus. Ramiai giliai įkvėpkite ir atsimerkite....

Jūs dabar galite užbaigti sesiją kaip buvo aprašyta anksčiau.

Savęs palaiminimas

28 dienas po palaiminimo priėmimo energija tęs gydymą ir ardys įsisenėjusius ar nepageidaujamus šablonus, vyks valymas. Tai gali būti fiziniai, psichiniai, emociniai ar dvasiniai šablonai, todėl būkite sau švelnios, maitinkitės sveikai ir kasdien po 5-10 minučių atlikite savęs palaiminimo pratimą.

©2012 Miranda Gray

Translated by Akvile Guliokaite

Gimdos Palaiminimas su Miranda Gray

Patogiai atsisėskite ar gulėkite, rankos tegul ilsisi delnais ant gimdos.

Įsivaizduokite didelį pilnaties mėnulį užpildantį jūsų gimdą nuostabia sidabro baltumo šviesa. Jums taip besiilsint gydanti energija tekės savaime ir galbūt delnuose ar įsčiose pajusite ją fiziškai. Ne visi jaučia energijas tekant – kiekvienas individas turi savo unikalią energijos patirtį - tad atsipalaiduok ir tiesiog mėgaukitės, nieko nesitikėdamos!

Pabaigoje atsidėkokite savajai deivei už jos palaiminimą.



Dėkoju, kad radote laiko įtvirtinti Dieviškajai Moteriškumo energijai savo šalyje ir Žemės moteryse. Mėgaukitės energija, kurią gavote ir kelione į kurią ši energija jus veda, tai kelionė į pilnatvę, į šventę ir džiaugsmą būti moterimi.

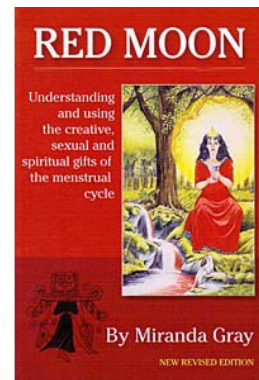
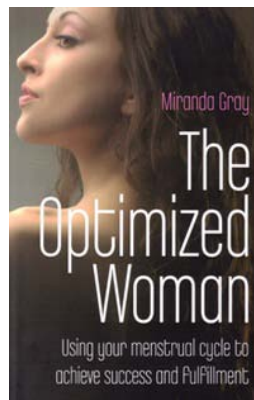
Su meile ir palaiminimu, Miranda

Apie Mirandą Grey

Miranda Grey parašė dvi knygas moterims, tai “Raudonas Mėnulis – supratimas ir naudojimas kūrybingumo, seksualumo ir dvasinėmis menstruacinio ciklo dovanomis” (angl. **Red Moon**– Understanding and using the *creative, sexual and spiritual gifts of the menstrual cycle*) ir “Optimizuota moteris – menstruacinio ciklo naudojimas sėkmei ir pilnatvei pasiekti” (angl. **The Optimized Woman** – using your *menstrual cycle to achieve success and fulfillment*’).

“Raudonas mėnulis” knyga buvo išversta į anglų, ispanų, prancūzų, vokiečių, italų, kroatų ir čekų kalbas, “Optimizuota moteris”- į anglų, ispanų ir italų kalbas (2012-ais planuojamas vertimas į čekų kalbą).

Miranda rašyti ir skaityti paskaitas apie menstruacinį ciklą pradėjo 1985-aisiais. Ji yra rašytoja, publikuota dailininkė, Šanti Reiki meistrė – mokytoja ir moters seminarų organizatorė. Ji siūlo “Raudono mėnulio” seminarus, “Raudono mėnulio seminaro organizatoriaus-pranešėjo” kursus internete, “Moters išminties” kursus internete pagrįstus medžiaga iš knygos “Optimizuota moteris”, “Deivės Reiki” užsiėmimus ir “Gimdos palaiminimo” seminarus organizatoriams. Miranda mėgsta keliauti dėl seminarų!



www.mirandagray.co.uk
www.optimizedwoman.com
www.redmoonthebook.com

©2012 Miranda Gray

Translated by Akvile Guliokaite