

# Błogosławieństwo Kobiecego Łona z Mirandą Gray



*Jestem szczęśliwa, że weźmiesz udział w Błogosławieństwie Kobiecego Łona.*

*Intencją Błogosławieństwa jest nie tylko uzdrowienie i połączenie z Twoim własnym łonem i kobiecością. Zostało ono stworzone, by zakotwiczyć Boską Kobiecość i Jej błogosławieństwo w Twoim kraju, by pomóc energii Bogini przebudzić się we wszystkich ludziach i przynieść światu kochające, wspierające i twórcze energie celem zainspirowania ludzkości do podążania w nowych kierunkach.*

## *Ćwiczenie przed zjednoczeniem z Błogosławieństwem*

Może będziesz chciała wypróbować to proste ćwiczenie przed zjednoczeniem się z Błogosławieństwem Kobiecego Łona

**Przenieś swoją świadomość do swego łona, które znajduje się zaraz pod pępkiem.**

**Wyobraź sobie wielki złoty kocioł spoczywający w twojej miednicy i wypełniony krystalicznie czystą wodą. Wyobraź sobie, że bierzesz srebrną łyżkę i zaczynasz mieszać wodę w tym kotle, który spoczywa w Tobie. łyżką rób różne kształty w wodzie i wzbudź energie.**

Rób tak przez ok. pięć minut, a potem połóż dłonie nad Twoim łonem na kolejne 5 min. Możesz doświadczać fizycznych odczuć w Twoim łonie, emocji lub ograniczających myśli kiedy energie oczyszczają się.

Po wykonaniu ćwiczenia wypij szklankę wody, co ułatwi pozbycie się toksyn.

## *Zjednoczenie z Błogosławieństwem Kobiecego Łona*

Najprostszym sposobem na otrzymanie energii jest siedzenie w spokoju przez ok. 20 min i poczucie bycia otwartym na przyjęcie energii do siebie. Miej przy sobie zegarek, byś mogła sprawdzić czas i coś do jedzenia na koniec sesji.

Aby zintensyfikować doświadczenie możesz zrobić, co następuje:

- Weź dwie małe miseczki i jedną napełnij wodą – Żywe Wody Kielicha Łona – a w drugiej umieść małą świeczkę – Światło Błogosławieństwa, które wypełni centrum Twojego Łona. Energia zjednoczenia pobłogosławi wodę, którą na koniec możesz wypić sama lub podzielić się nią z innymi. Upewnij się, że miseczki są w bezpiecznym miejscu naprzeciw Ciebie.
- Włącz relaksującą muzykę
- Na ramiona nałóż szal lub chustę, co symbolizuje, że jesteś w obliczu energii Bogini

## Błogosławieństwo Kobiecego Łona z Mirandą Gray

- W czasie medytacji czytaj poniższy tekst i wyobrażaj sobie, że dzieje się to, o czym czytasz. Jeśli jesteście w grupie, jedna z Was może czytać na głos dla wszystkich.

W czasie Zjednoczenia z Błogosławieństwem czytaj tekst medytacji i siedź wygodnie z prostymi plecami i otwartymi dłońmi na udach. Zrelaksuj się i po prostu przyjmuj.

### Po zjednoczeniu:

Możesz albo kontynuować dalej przechodząc do poniższej medytacji "Dzielenie się Błogosławieństwem", albo zakończyć sesję.

### Zakończenie sesji:

Na koniec wypij "Żywe wody" ze swojej miseczki i zjedz coś. Pij dużo w ciągu tego dnia, aby wspomóc ewentualną detoksykację.

---

### *Medytacja Zjednoczenia z Błogosławieństwem Kobiecego Łona*

Zacznij czytać tę medytację o godzinie, którą wybrałaś.

Zamknij oczy i przenieś świadomość do swego ciała.

Czuj swój ciężar na poduszce, ciężar swoich ramion na udach. Weź głęboki oddech i czuj się scentrowana w nim.

Przenieś świadomość do swego łona; zobacz, wiedz, czuj lub wyobraź sobie, że Twoje łono jest jak drzewo z dwoma głównymi odgałęzieniami, które pokryte są pięknymi liśćmi, a na ich końcach są czerwone jak klejnoty owoce. Poczuj lub wyobraź sobie, że korzenie drzewa wrastają głęboko w ciemność ziemi, łącząc Cię i zakotwicząc Cię, pozwalając Ci przyjąć złotą energię do Twego łona.

Czuj się ugruntowana i zbalansowana.

A teraz pozwól, by obraz Drzewa Twojego Łona urósł do momentu, aż dwa główne rozgałęzienia dojdą do poziomu serca. Jak połączysz się już z tym obrazem, zobacz lub poczuj jak centrum Twojego serca otwiera się i jak energia przepływa w dół przez ramiona, i wpływa do dłoni i palców u rąk. Czuj połączenie miłości między ziemią, Twoim tonem i Twoim sercem.

Będąc cały czas w świadomości swego serca, spójrz w górę i zobacz lub poczuj, że rozgałęzienia Drzewa rosną w górę i sięgają do Księżyca w Pełni ponad Twoją głowę. Piękno Księżyca w Pełni kąpie Cię w czystym srebrno-białym świetle, które spływa przez Twoją aurę na Twoją skórę.

## Błogosławieństwo Kobiecego Łona z Mirandą Gray

Otwórz się na przyjęcie światła Księżycy. Pozwól, by wpłynęło ono przez czakrę korony i wypełniło Twój mózg światłem. Zrelaksuj się jeszcze bardziej i przyjmij światło do swego serca. Wejdź jeszcze głębiej w relaks i otwórz swe łono i pozwól, by światło wpłynęło i pobłogosławiło Twe łono. Możesz odczuwać ciepło, mrowienie lub napięcie w twoim łonie, a nawet przebudzenie energii seksualnej.

Teraz ciesz się energiami przez 20 minut.

### Medytacja “Dzielenie się Błogosławieństwem”

Może będziesz chciała wkonać tę opcjonalną medytację bezpośrednio po 20-minutowym zjednoczeniu się z Błogosławieństwem Kobiecego Łona – to zajmie ok. 15 minut.

Jeszcze raz bądź świadoma Księżycy ponad Twoją głowę I pozwól, by jego energia kąpała Cię w świetle. Czuj, jak światło wypełnia Twoją głowę i Twoje serce i spływa do ramion i dłoni.

Pozwól energii przepływać z serca I dłoni do Świata.

Czuj, jak płynie ona do innych krajów zmieniając wibracje na Boską Kobiecość.

Czuj, jak energia uzdrawia, kocha, koi i pielęgnuje cały świat.

Czuj obecność wszystkich kobiet z całego świata, które łączą się z tą energią w tym samym czasie. Wyślij ją do nich i przyjmij ją od nich w Miłości, Wspólnocie i Komunii.

(długa przerwa)

Teraz pozwól, by energia z Księżycy ponad Tobą przepłynęła z głowy do serca, dalej do łona I w dół do Twojego kraju.

Pozwól energii się przebudzić i uzdrowić świętość twego kraju i jego bogini.

(długa przerwa)

Przenieś świadomość z powrotem do twego ciała.

Poczuj swój ciężar na krześle I delikatnie poruszaj palcami u stop i rąk. Weź głęboki oddech i otwórz oczy.

Teraz możesz zakończyć sesję.

---

# Błogosławieństwo Kobiecego Łona z Mirandą Gray

## Samobłogosławieństwo

W ciągu 28 dni od daty błogosławieństwa, energia będzie płynąć nadal i kontynuować uzdrawianie i uwalnianie się starych i niechcianych wzorców. Może to przebiegać na poziomie fizycznym, mentalnym, emocjonalnym lub duchowym. A więc bądź dla siebie łagodna. Pij i odżywiaj się zdrowo i wykonuj samobłogosławieństwo każdego dnia przez 5-10 minut lub dłużej.

Usiądź lub połóż się wygodnie, ręce ułóż na swoim łonie.

Wyobraź sobie duży Księżyc w Pełni wypełniający Twoje łono pięknym srebrzysto-białym światłem. Kiedy to robisz, energia naturalnie płynie, możesz czuć ją w dłoniach i łonie jako fizyczne odczucie. Nie każdy wyczuwa płynącą energię – każdy ma swój własny unikalny sposób na doświadczanie przepływu energii. Zrelaksuj się i baw się dobrze!

Na koniec podziękuj Bogini za Jej błogosławieństwo.

---

*Dziękuję, że poświęciłaś swój czas, by stać się kotwicą energii Boskiej Kobiecości dla Twojego kraju i wszystkich kobiet na świecie. Proszę, rozkoszuj się otrzymaną energią i podróżą, która zabierze Cię ku całości, celebracji i radości z bycia kobietą.*

*Z Miłością I błogosławieństwem,*

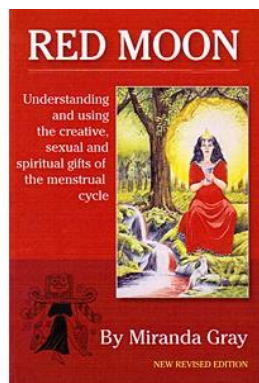
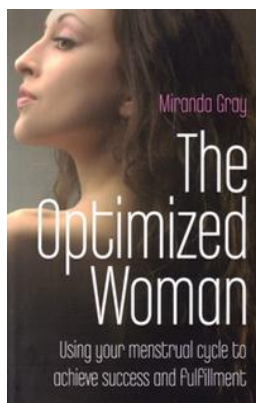


### O Mirandzie Gray

Miranda Gray jest autorką książki *'Red Moon – Understanding and using the creative, sexual and spiritual gifts of the menstrual cycle'* (przyp. tłum.: dosł. tłum.: *"Czerwony Księżyc – Zrozumienie I Korzystanie Z Kreatywnych, Seksualnych I Duchowych Darów Cyklu Menstruacyjnego"*) oraz *'The Optimized Woman – using your menstrual cycle to achieve success and fulfillment'* (przyp. tłum.: dosł. tłum.: *"Zoptymalizowana Kobieta – używanie cyklu menstruacyjnego do osiągnięcia sukcesu i spełnienia"*)

Miranda rozpoczęła swą działalność od pisania I nauczania o cyklu menstruacyjnym w 1985 roku. Jest autorką książek, artystką, Mistrzem i Nauczycielem Shantihi Reiki oraz prowadzi warsztaty dla kobiet. Oferuje warsztaty Czerwonego Księżyca, kursy online bazujące na książkach „The Optimized Woman”, „Goddess Reiki” oraz warsztaty z „Błogosławieństwa Kobiecego Łona”. Miranda uwielbia podróżować i nauczać!

## Błogosławieństwo Kobiecego Łona z Mirandą Gray



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

