

Introdução à Bênção do Útero



O que é uma Sincronização da Bênção do Útero?

A Sincronização da Bênção do Útero é um presente de energia a partir do Divino Feminino para a cura do «Gaal feminino» - o útero – e para a cura e fortalecimento da nossa conexão individual e personificação do Divino Feminino, bem como da nossa Lua e Terra interiores. A sincronização ajudará também a restabelecer o espírito feminino ao Mundo.

Uma «sincronização» é uma técnica energética que conecta as pessoas a uma energia de cura e a Bênção do Útero é uma

forma de eu trazer esta bela energia até vocês.

Preparação para a Bênção do Útero

Tal como ao receber uma encomenda, tudo o que precisas de fazer é estar aberta a receber a oferenda. No entanto, podes querer realizar antecipadamente alguns exercícios para te ajudar a estares mais consciente do centro do teu útero e para despertar, abraçar e desfrutar da sua beleza e energias de empoderamento. Se não estás acostumada a fazer meditação, estes exercícios ajudar-te-ão a praticar para a Bênção do Útero propriamente dita.

Ao longo dos próximos dias enviarei alguns exercícios que devem ser realizados antes da Bênção, durante a Bênção e depois dela.

Para receber a Bênção deves simplesmente estar sentada num lugar tranquilo e confortável por 20 minutos, mas existem algumas outras coisas que podes querer ter contigo:

- Duas taças pequenas – aproximadamente com o tamanho das taças de arroz chinesas/japonesas. Numa deves colocar água para beber depois da Bênção e na outra uma vela. As taças devem ser à prova de água e de fogo. Estas taças simbolizarão o teu Gaal sagrado, o teu útero, por isso escolhe taças bonitas, mágicas e especiais para ti.
- Vela pequena para a taça.
- Xaile ou lenço – escolhe uma cor que expresse a fase do teu ciclo, a fase da tua vida ou o Divino Feminino.
- Música relaxante.

Womb Blessing with Miranda Gray

- Algo para comer depois.

Meditação da Árvore do Útero

Apresento aqui uma meditação que talvez queiram incluir como parte da vossa preparação para a Bênção do Útero. Tem cerca de 5 – 10 minutos de duração e pode ser feita em qualquer momento antes do dia 7 de Fevereiro.

A Árvore da Lua é um antigo símbolo do Divino Feminino e pode ser utilizado em meditação como uma forma de conexão com o útero. O útero situa-se mesmo abaixo do umbigo.

De forma a fazer esta meditação não é necessário ser bom em visualização ou ser capaz de «ver» as imagens; a energia segue a intenção. Ao longo da meditação, tem consciência das tuas emoções, de como te sentes no teu corpo e de como te sentes ao redor do teu corpo. Podes sentir calor ou pressão no teu útero, coração e mãos à medida que as energias começam a fluir e abrem estes centros.

Fecha os olhos e traz a tua consciência para o teu corpo.

Sente o teu peso na cadeira, o peso dos teus braços no colo. Inspira profundamente e sente-te centrada.

Traz a tua consciência para o teu útero.

Vê, sabe, sente ou imagina que o teu útero é como uma árvore com dois ramos principais, com belas folhas e frutos vermelhos e resplandecentes como jóias nas suas pontas. As raízes da Árvore do Útero enterram-se profundamente na Terra, conectando-te e alicerçando-te às suas energias, e enquanto te alicerças podes sentir ou ver as suas energias a fluir ascendentemente até ao teu útero.

Sente-te centrada e equilibrada.

Agora permite à imagem da tua Árvore do Útero que cresça até que os ramos da árvore se separem ao nível do teu coração.

Enquanto te ligas a esta imagem, sabe ou sente que o centro do teu coração se abre e que a energia flui pelos teus braços até às tuas mãos e dedos. Sente a conexão de amor entre a Terra, o teu útero e o teu coração.

Relaxa. Sente-te forte, amorosa e empoderada.

Para terminar a meditação, permite à imagem ou sensação da tua Árvore do Útero que diminua de volta ao teu útero mas mantém a consciência das raízes que se enterram profundamente na Terra, dando-te força e alicerces.

Trás a tua consciência de volta ao teu corpo, ao teu peso na cadeira e ao peso das tuas mãos no teu colo.

Suavemente mexe os dedos das mãos e dos pés e abre os olhos.

Womb Blessing with Miranda Gray

Agora leva esta energia da Deusa para o Mundo.

Algumas questões acerca da Bênção:

Quanto tempo demorará a Bênção?

Cerca de 20 minutos.

Depois de 20 minutos podes querer continuar com a meditação adicional fornecida (10 minutos), de modo a ajudar a fixar esta bela energia na Terra.

Toda a gente pode receber a energia?

Qualquer mulher ou menina cujo ciclo se tenha já iniciado pode receber a bênção. É uma oportunidade maravilhosa para Mães e Filhas partilharem a sua conexão à Deusa.

Mulheres que já não têm o seu ciclo podem também receber a bênção.

As mulheres grávidas podem receber a bênção. Em qualquer trabalho energético à distância possuímos liberdade de escolha para aceitar a energia, e o bebé poderá escolher entre receber ou rejeitar a energia. A oferta de energia é dada de acordo com o Divino Arbítrio e o Amor e funcionará com cada um de nós individualmente de acordo com as nossas necessidades e caminho na vida.

O que acontece se eu não puder meditar na hora que escolhi?

A oferta de energia será enviada para ti de qualquer forma, mas essa energia será «armazenada». Isto significa que o teu Ser Mais Elevado guardará a energia até que tenhas algum tempo de tranquilidade em que possas deliberadamente abrir-te e receber a energia.

O que acontece se eu não estiver preparada para a energia?

O teu Ser mais Elevado guardará a energia até que estejas preparada para a integrar.

Esta bênção está voltada para a fertilidade?

Não. A fertilidade é uma pequena mas importante parte das nossas energias femininas. O centro do nosso útero e o nosso ciclo menstrual trazem-nos muitas qualidades e dons magníficos e empoderantes. O Divino Feminino é dinâmico e desafiante, amante e nutridor, mágico e sensual, criativo e intuitivo e forte e sábio – e assim somos nós.

Podemos receber a bênção em grupo?

©2012 Miranda Gray
Translation by Inês Moura

Womb Blessing with Miranda Gray

Sim! É uma boa ideia. Depois dos 20 minutos da Bênção do Útero, uma pessoa pode ler a meditação adicional para ajudar a fixar a energia no Mundo. Esta é uma excelente forma de partilhar a oferta que receberam. Podes querer trazer para o grupo comida que reflecta a Lua Cheia e a recompensa da Mãe Deusa.



http://www.alfaomega.es/libros/?brapida=miranda+gray&materia=&action=buscar_rapida&entrar=entrar

www.mirandagrays.com
www.optimizedwoman.com
www.redmoonthebook.com

