

Introduktion till Livmodersvälsignelse



Vad är en Livmodersvälsignelse Initiering?

En Livmodersvälsignelse Initiering är en gåva av energi från den Feminina Gudomligheten för att läka den ”kvinnlige Graalen” - Livmodern – för att läka och stärka din personliga relation till den Feminina Gudomligheten och din personifiering av henne, samt till Månen och Jorden inom henne. Den kommer också att bidra till att återställa den kvinnliga anden till världen.

En ”Initiering” är en energiteknik som hjälper människor att komma i kontakt med helande energi. Livmodersvälsignelsen är ett sätt för mig att erbjuda dig denna vackra och helande energi.

Förberedelser inför Livmodersvälsignelsen

Precis som när du tar emot ett paket, allt du behöver göra är att vara öppen för att ta emot gåvan. Du kanske vill prova några övningar i förväg för att hjälpa dig att bli mer medveten om din livmoder och för att väcka till liv, omfamna och glädjas av dess vackra och stärkande kraft och energi?

Om du inte har provat att meditera innan, kommer dessa övningar att hjälpa dig att förbereda dig inför själva livmodersvälsignelsen.

Under de närmaste dagarna kommer jag att skicka dig ett flertal övningar att utföra innan, under och efter välsignelsen.

För att mota välsignelsen det enda du behöver göra är sitta ner bekvämt och i tystnad under 20 minuter utan störningar. Det finns ett par saker som du kanske vill ha med dig under själva välsignelsen:

- Två små skålar – ungefär i samma storlek som en kinesisk risskål. Den ena fyller du med vatten för att dricka efter välsignelsen och i den andra kan du placera ett värmeljus. Dom måste så klart vara vattentåliga och eldsäkra. Dessa skålar kommer att symbolisera din heliga Graal, livmodern, så välj skålar som känns vackra, magiska och speciella för dig.
- Ett värmeljus till skålen
- En sjal eller skarf - välj en färg som representerar den fas du är i enligt din menstruationscykel, eller i livet eller enligt den kvinnliga Gudomligheten

Livmodersvälsignelse med Miranda Gray

- Avslappnande musik
- Någonting att äta efter välsignelsen

Livmoderträdet meditation

Det här är en meditation som du kanske vill inkludera som en del av dina förberedelser inför Livmodersvälsignelsen. Den tar cirka 5-10 min och kan du göra den när som helst innan den 7:de Februari.

Månträdet är en mycket gammal symbol som representerar den Feminina Gudomligheten. När vi mediterar kan vi använda månträdet som symbol för att komma i kontakt med våran livmoder. Livmodern befinner sig precis nedanför naveln.

För att meditera behöver du inte vara bra på att visualisera inte heller behöver du "se" bilder, energi följer intention. Medans du mediterar var medveten om hur du känner dig känslomässigt, hur du känner dig i kroppen och hur det känns runtomkring din kropp. Du kan uppleva en känsla av värme eller tryck i din livmoder, ditt hjärta och i dina händer när energin börjar flöda i kroppen för att öppna upp dessa energicentran.

Stäng dina ögon och gör dig medveten om din kroppen.

Känn tyngden av din kroppen på ytan som du sitter på, känn tyngden av dina armar i ditt knä och vila dina öppna händer med handflatorna uppåt. Tag ett djupt andetag, slappna av och fokusera inåt.

Fokusera ditt inre på din livmoder.

See, känn, föreställ dig att din livmoder är som ett träd med två stora grenar, fyllda av vackra blad och juvelligkande röda frukter hängande från grenarnas slut. Livmodersträdets rötter växer djupt ner till jordens mitt. Dess rötter håller dig i kontakt med moderjords helande energi, medans du kontaktar med hennes energi kan du känna eller se hur hennes energi flödar upp från rötterna in till din livmoder

Känn dig centrerad och balanserad

Nu, tillåt din inre bild av ditt livmodersträd växa tills trädets grenar når ditt hjärta.

Medans du skapar denna inre bild, känn hur ditt hjärtcenter öppnas och hur energi flödar ner för dina armar till dina händer och dina fingrar. Känn förbindelsen av kärlek mellan jorden, din livmoder och ditt hjärta.

Slappna av, känn dig stark, älskad och kraftfull

Livmodersvälsignelse med Miranda Gray

I slutet av meditationen, tillåt din inre bild, känslan av ditt livmodersträd att krympa tillbaka till sin vanliga storlek, men behåll medvetande om dess rötter och hur djupt de växer ner i jorden. De ger dig styrka och rötter.

Fokusera ditt inre medvetande ännu en gång på din kropp, din vikt på stolen och vikten av dina händer i ditt knä.

Rör dina fingrar och tår med försiktiga och mjuka rörelser och öppna långsamt dina ögon.

Ta nu med dig denna Gudomliga energi ut i Världen

Frågor och Svar angående välsignelsen:

Hur lång tid tar välsignelsen?

Cirka 20 minuter.

Efter 20 minuter kanske du vill följa upp med ytterligare en meditation under 10 minuter som hjälper dig att rota denna underbara energi till jorden.

Kan vem som helst motta denna energi?

Alla kvinnor och flickor som har fått sin menstruationscykel kan motta välsignelsen. Det är en underbar möjlighet för mödrar och döttrar att tillsammans dela deras förbindelse till den Feminina Gudomligheten.

Kvinnor som inte längre menstruerar kan också delta i välsignelsen och motta dess energi.

Gravida kvinnor kan motta välsignelsen. I varje energiarbete på distans gör varje person ett fritt val om de vill acceptera energin eller inte. Energin är en gåva given av kärlek och Gudomlig vilja. Dess effekt är individuell och beror på vad var och en av oss behöver just nu i våra liv

Vad händer om jag inte kan meditera vid den tidpunkt som jag valt?

Du kommer att bli skickad din energigåva men energin "lagras". Det betyder att ditt "Inre Jag" håller fast vid energin tills du har en lugn stund att medvetet frigöra och motta energin.

Vad händer om jag inte känner mig redo för att motta energin?

Ditt "Inre Jag" håller fast vid energin tills du är redo att välkomna och integrera den in i ditt liv

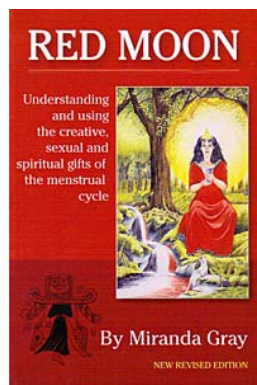
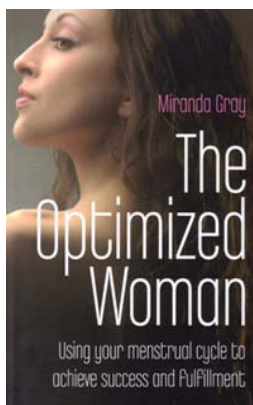
Handlar välsignelsen om fruktbarhet?

Livmodersvälsignelse med Miranda Gray

Nej, fruktbarhet är en liten men viktig del av våra kvinnliga energier. Vårt Livmoderscenter och våran menstruationscykel ger oss många underbara och kraftfulla förmågor och gåvor. Den Feminina Gudomligheten är dynamisk och utmanande, älskande och berikande, magisk och sexig, kreativ och intuitiv, stark och vis – och det är vi med

Kan vi motta välsignelsen i grupp?

Javisst! Det är en underbar ide. Efter välsignelsens 20 minuter kan någon i gruppen läsa den andra meditationen för att rota energin till världen. Det är ett underbart sätt att dela den gåva du har mottagit. Ni kanske vill ta med er mat till välsignelsen som kan representera Fullmånen och Moderjords överflöd och efter ceremonin dela den mellan er i gruppen.



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

