

Velkommen til Jomfru arketypen

Livmoder Fornyelse Meditation	
Hilse forårets Jomfru arketype velkommen	
Nordlige halvkugle	Februar Verdensomspændende Livmoder Velsignelse
Sydlig halvkugle	August Verdensomspændende Livmoder Velsignelse

Hvornår kan jeg udføre meditationen?

Du vil sikkert finde glæde i at tage del i følgende meditation efter du har udført 'Moon Ray' meditationen og 'Dele Velsignelsen' meditationen.

Ligesom du fint kan udføre 'Livmoder Fornyelse' meditationen i sammenhæng med Verdensomspændende Livmoder Velsignelse, kan du også udføre meditationen:

- I begyndelsen af foråret når jordens Jomfru energier spirer og vågner.
- Ved første syn af nymånen eller når hun forøger sine Jomfru energier.
- Ved menstruationens ophør og du er genfødt i Jomfru energierne.

Om Livmoder Fornyelse meditationen

Universet pulserer i cyklusser; cyklussen fra stjernerne som bevæger sig over nattehimmelen, cyklussen fra årstidernes skiften, månens cyklus, tidevandets cyklus af ebbe og flod, livets og kvinders cyklus. Hver ny cyklus begynder efter en periode med lav energi og stilhed, og i det magiske øjeblik mellem en cyklus og den næste har vi mulighed for at rense, fornye og give slip på fortiden.

'Livmoder Fornyelse' meditation er ikke en renselse fordi livmoderen er 'beskidt' men fordi det ligger i vores natur at fastholde begrænsende mønstre, gamle følelser og gamle emotionelle og fysiske minder - ting vi ikke har brug for længere og som ofte hindrer og begrænser os. Vi begunstiges med denne gave; en tid hvor vi kan slippe disse ting og siden træde lettet og mere strålende ind i den følgende cyklus.

På Livmoder Velsignelses dagen vil det være særlig kraftfuldt hvis du er i før-ægløsnings fasen under Livmoder Velsignelses meditationen fordi du så deler samme energi som Moder Jord.



Livmoder Fornyelses Meditation

Efter du har modtaget den Verdensomspændende Livmoder velsignelse og deltaget i 'Moon Ray' meditationen og 'Dele Velsignelsen' meditation, er du klar til at lave 'Livmoder Fornyelse' meditation.

Du har brug for to Livmoder skåle foran dig.

Luk øjnene og tag en dyb indånding. Bring din opmærksomhed til din fysiske livmoder eller livmoderens energicenter.

Se, vid eller føl at dybt i vandet inde i din livmoder er der en skinnende måne. (Pause)

Bliv opmærksom på månen over dig og lad hendes lys strømme ned gennem dit kronecenter, gennem dit hjerte og ned i din livmoder. Læg de første to fingre på hver hånd over dit livmoder område.

Se eller føl forbindelsen mellem månen over dig og månen i din livmoder. (Pause) Hold dine fingre i denne position, og flyt din opmærksomhed til månen over dig.

Sig indvendig eller høj:

I Jeg giver slip på alle fysiske smerter og indånder godhead og renhed

Indånd månelyst ned i din livmoder. Mens du ånder ud på normal vis, læg mærke til at månens lys og udstråling i din livmoder bliver stærkere. (Pause)

Fokuser igen din opmærksomhed på månen over dig. Sig indvendig eller højt:

Jeg giver slip på alle emotionelle smerter og negative energiforbindelser, og jeg indånder kærlighed og skønhed i min livmoder.

Indånd månelyst ind i din livmoder og bemærk hvordan udstrålingen vokser og udfylder hele den nederste del af din livmoder. (Pause)

Fokuser din opmærksomhed på månen over dig. Sig indvendig eller højt:

I Jeg giver slip på al skyld og mental smerte, og indånder kærlighed og glad i min livmoder.

Indånd månelyst i din livmoder og læg mærke til at udstrålingen vokser til den fylder hele din nederste del af livmoderen. (Pause)

Fokuser din opmærksomhed på månen over dig. Sig indvendig eller højt:

Jeg giver slip på alt det som har været og de ting jeg ikke længere har brug for og jeg indånder renhed, godhead kærlighed og fred i min livmoder og i verden.

Indånd månelyst i din livmoder og læg mærke til hvordan udstrålingen vokser til at omfavne verden. (Pause)

Når du føler du er klar, tillad udstrålingen fra månen i din livmoder at blive mindre indtil alt du ser er en ny og smuk livmoder som skinner i et blødt indre lys.

Når du føler dig klar til at afslutte meditationen:

Lad rødderne på dit livmoder træ vokse dybt ned i jorden. Tag en dyb indånding og åben dine øjne og smil :)

Se lyset i din livmoder skål som et symbol på lyset i din nye livmoder. Tag vandet

i din anden livmoder skål og berør den nedre del af din mave.

Tag så med dig udstrålingen fra det Guddommelige Feminine og din fornyede livmoder med dig ud i verden.

Drik vandet fra din livmoder skål og spis og fejre!