

Para dar la bienvenida al arquetipo de la Doncella

Meditación de la Renovación del Útero	
Para dar la bienvenida al arquetipo de la Doncella de la Primavera	
Hemisferio norte	Bendición Mundial del Útero de febrero
Hemisferio sur	Bendición Mundial del Útero de agosto

¿Cuándo puedo hacer la meditación?

Tal vez desees participar en la siguiente meditación después de hacer la meditación del Rayo de Luna y la Meditación para compartir.

Además de hacer la meditación de la “Renovación del Útero” asociada a la Bendición Mundial del Útero, también puedes hacer la meditación:

- Al inicio de la primavera, cuando comienzan a despertar las energías de Doncella de la tierra.
- Cuando observas la luna creciente por primera vez o a medida que sus energías de Doncella crecen con ella.
- Cuando finaliza la menstruación y las energías de la Doncella vuelven a nacer en ti.

Sobre la meditación de la Renovación del Útero

El Universo fluye en ciclos; el ciclo de las estrellas en el cielo de la noche, el ciclo de las estaciones, de la Luna, de las mareas, de la vida y de las mujeres. Cada nuevo ciclo comienza después de una fase de poca energía y quietud, y en ese momento de magia entre un ciclo y el próximo tenemos la oportunidad de limpiar, renovar y dejar atrás el pasado.

La meditación de la “Renovación del Útero” no es una limpieza porque el útero esté “sucio”, sino porque está en nuestra naturaleza aferrarnos a viejos patrones limitantes, viejos sentimientos y viejas memorias emocionales y físicas, cosas que ya no necesitamos y que a menudo nos restringen y nos limitan. Recibimos este regalo, in momento para dejar ir estas cosas y para entrar al nuevo ciclo más livianas y más radiantes.

El día de la Bendición del Útero puede ser especialmente poderoso si te encuentras en tu fase preovulatoria al momento de hacer la meditación de la “Renovación del Útero” porque compartes las mismas energías que la Madre Tierra.



La meditación de la Renovación del Útero

Después de haber recibido la Bendición Mundial del Útero y participado en la meditación del “Rayo de luna” y la meditación para “Compartir la bendición”, estás lista para hacer la meditación de la “Renovación del Útero”.

Necesitarás tener tus Cuencos del Útero frente a ti.

Cierra los ojos y toma una inhalación profunda. Trae la conciencia a tu útero físico o a tu centro de energía del útero.

Observa, percibe o siente que en lo profundo de las aguas de tu útero hay una Luna radiante. (Pausa)

Toma conciencia de la Luna arriba y permite que su luz fluya, descendiendo por tu corona, a través de tu corazón y hasta tu útero. Coloca los dos primeros dedos de cada mano sobre tu área del útero.

Observa o siente la conexión entre la Luna arriba y la Luna en tu útero. (Pausa)

Manteniendo los dedos en posición, trae tu conciencia a la Luna arriba.

Di mentalmente o en voz alta:

Suelto todo daño físico e inhalo bondad y pureza

Inhala la luz de la luna, llevándola hasta tu útero. A medida que exhalas normalmente, observa cómo la Luna en tu útero adquiere cada vez más brillo y luminosidad. (Pausa)

Vuelve a traer tu conciencia a la Luna arriba. Di mentalmente o en voz alta:

Suelto todo daño emocional y conexiones con energías negativas e inhalo amor y belleza y los llevo a mi útero.

Inhala la luz de la luna hasta tu útero y percibe cómo la luminosidad aumenta hasta llenar la totalidad de tu bajo vientre. (Pausa)

Trae tu conciencia a la Luna arriba. Di mentalmente o en voz alta:

Suelto toda culpa y dolor mental e inhalo amor y alegría y los llevo a mi útero.

Inhala la luz de la luna hasta tu útero y percibe cómo la luminosidad aumenta hasta llenar la totalidad de tu bajo vientre. (Pausa)

Trae tu conciencia a la Luna arriba. Di mentalmente o en voz alta:

Suelto todo lo que ha sido y las cosas que ya no necesito, e inhalo pureza, bondad, amor y paz y los llevo a mi útero y al mundo.

Inhala la luz de la luna hasta tu útero y percibe cómo la luminosidad se expande hacia el mundo. (Pausa)

Cuando estés lista, permite que la luminosidad de la Luna en tu útero vaya disminuyendo hasta que solo veas un útero nuevo y hermoso, brillando suavemente.

Cuando te sientas lista para finalizar la meditación:

Haz crecer las raíces de tu Árbol del Útero profundamente en la Tierra. Haz una inhalación profunda, abre los ojos y sonríe. 😊

Observa la vela en tu Cuenco del Útero como un símbolo de la luz en tu nuevo útero.

Toca el agua de tu otro Cuenco del Útero y tócate con ella el bajo vientre.

Ahora toma la luminosidad de la Divinidad Femenina y tu útero renovado y compártelos con el resto del mundo.

¡Bebe el agua de tu Cuenco del Útero, come y celebra!