

Verwelkoming van de Moeder archetype

Accepteren van onze Seksualiteit Meditatie	
Verwelkomen van de Moeder archetype van de Zomer	
Noordelijk halfrond	Mei Wereldwijde Baarmoederzegening
Zuidelijk halfrond	Oktober Wereldwijde Baarmoederzegening

Wanneer kan ik de meditatie doen?

Deze meditatie kun je doen na de ‘Maanstraal Meditatie’ en de ‘Delen van de Zegeningen Meditatie’.

Naast de ‘Accepteren van onze Seksualiteit Meditatie’ die samen met de Baarmoederzegening wordt gedaan, kun je deze meditatie ook doen

- Op elk gewenst tijdstip gedurende de zomer wanneer de Aardemoeder energieën krachtig zijn.
- Met volle Maan, wanneer de Maan in haar Moeder energieën is.
- Tijdens de ovulatie wanneer jij de Moeder energieën belichaamt.

De ‘Accepteren van onze Seksualiteit’ Meditatie

Bloemen zijn een prachtige weergave van de schoonheid en sensuele natuur van vrouwelijke seksualiteit. Ze laten ons zien dat onze seksuele natuur prachtig is als zij geopend is, en dat het er is om gezien en gevoed te worden, en om ervan te genieten.

Zowel traditionele zienswijzen als moderne visies kunnen onze kijk op vrouwelijke seksualiteit beperken en beschadigen. Het is tijd om de bloem van onze seksualiteit open te laten gaan en voor ons om haar in al haar schoonheid te accepteren en ervan te genieten hoe ze zich op natuurlijke wijze in ons leven uitdrukt. Als we bevrijd zijn van angst, beperkingen en verwachtingen, kunnen we onze ware seksuele heiligheid ontdekken.

Wanneer je in je ovulatie fase zit tijdens de Baarmoederzegening kan deze meditatie buitengewoon krachtig zijn, omdat je dezelfde energieën deelt als Moeder Aarde.



Meditatie ‘Accepteren van onze Seksualiteit’

Nadat je de Wereldwijde Baarmoederzegening hebt ontvangen en hebt deelgenomen aan de ‘Maanstraal Meditatie’ en de ‘Deel de Zegeningen Meditatie’, ben je klaar om de ‘Accepteren van onze Seksualiteit Meditatie’ te doen.

Voor je de meditatie start heb je een bloem of boeket bloemen nodig, die je voor je neerzet.

Sluit je ogen en breng je aandacht in je lichaam.

Voel of weet dat je Baarmoeder-energiecentrum in je onderbuik is.
Adem diep in en ontspan dit deel van je lichaam.

Open je ogen en staar naar de bloem voor je. Bloemen zijn een prachtige weergave van onze Goddelijke Vrouwelijkheid.

Als je inademt, adem dan de schoonheid van de bloem in:

In gedachten zeg je ‘Ik adem de schoonheid van deze bloem in tot in mijn baarmoeder.’
Weet dat jouw lichaam en seksualiteit prachtig zijn. (Pauze)

Nu adem je de zachtheid en de geur van de bloemblaadjes in:

In gedachten zeg je ‘Ik adem de sensualiteit van deze bloem in tot in mijn baarmoeder.’

Weet dat de sensualiteit van jouw lichaam je natuurlijke vrouwelijke manier is om verbinding met de wereld te maken. (Pauze)

Adem nu de openheid van de bloem in:

In gedachten zeg je ‘Ik adem de openheid van deze bloem in tot in mijn baarmoeder.’

Weet dat de seksualiteit van jouw lichaam jou opent naar de wereld om te geven en ontvangen. (Pauze)

Adem de energie van liefde en leven in, die je bloem omhult.

In gedachten zeg je ‘Ik adem de liefde en het leven van deze bloem in tot in mijn baarmoeder.’

Weet dat jouw seksualiteit de energie van liefde en leven is. (Pauze)

Stel je nu voor, of weet, dat je de bloem in je baarmoeder plaatst:

Voel dat jouw seksualiteit en sensualiteit niet bedoeld zijn om verborgen te blijven in het donker, maar om zich te openen in het licht. (Pauze)

Voel dat jouw seksualiteit en sensualiteit prachtige uitdrukkingen zijn van het Goddelijke Vrouwelijke om gewaardeerd te worden en om van te genieten.

(Pauze)

De Wereldwijde Baarmoederzegening Vrouwelijke Archetype Meditatie

Weet dat onze seksualiteit en sensualiteit, net als bloemen, in verschillende vormen bestaan en dat elk haar eigen schoonheid en heiligheid heeft.

(Pauze)

Gedurende de rest van de dag breng je je aandacht naar de bloem in je baarmoeder en laat je haar schoonheid en energie door je heen stromen op de wijze waarop jij in de wereld staat en interacteert met de wereld.

Als je je klaar voelt om de meditatie te beëindigen

Beëindig de meditatie met het bedanken van het Goddelijke Vrouwelijke en de bloem:

Ik bedank het Goddelijke Vrouwelijke voor de schoonheid van mijn lichaam, mijn sensualiteit en seksualiteit.

Zegen mij zoodat ik mag groeien in totale acceptatie van dit prachtige en heilige aspect van mijzelf.

Ik bedank deze bloem voor haar gaven van sensualiteit, seksualiteit, liefde en leven, en ik vraag dat deze energieën in mijn baarmoeder mogen verblijven en in harmonie in mij mogen groeien.

Glimlach ☺

Drink het water uit je baarmoederkom, eet iets en vier!

Na de meditatie

Plaats de bloem ergens waar je haar kunt zien om jezelf eraan te herinneren om je te verbinden met de seksuele sensualiteit van je baarmoeder, gedurende je dagelijkse leven.

In een groep:

Je kunt elke vrouw een bloem geven, of je kunt een grote bos bloemen in het centrum van de cirkel zetten waar de vrouwen op kunnen focussen. Aan het einde van de meditatie kun je elke vrouw een bloem geven om mee naar huis te nemen.