

Eén Cyclus

De Cirkel van Zusters Meditatie	
Eren van de heilige cyclus en zusterschap van alle vrouwen	
Noordelijk halfrond	December Wereldwijde Baarmoederzegening
Zuidelijk halfrond	December Wereldwijde Baarmoederzegening

Wanneer kan ik de meditatie doen?

Je kunt deze meditatie doen nadat je de 'Maanstraal Meditatie' en de 'Delen van de Zegening Meditatie' hebt gedaan.

Naast het doen van deze 'Cirkel van Zusters' meditatie, die samen met de Wereldwijde Baarmoederzegening wordt gedaan, kun je deze meditatie ook doen:

- In elke fase van je cyclus.
- Tijdens volle Maan tussen de Wereldwijde Baarmoederzegeningen in.
- Op elk tijdstip met een groep vrouwen of een vrouwencirkel of Rode Tent.

De 'Cirkel van Zusters' Meditatie

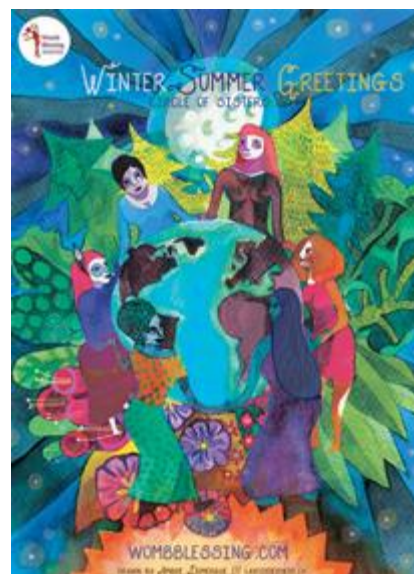
In 'De Cirkel van Zusters' meditatie wordt gebruik gemaakt van een 'gebedskoord' - een koord met daar stroken stof of lint aan vastgeknoopt – en elke strook of lint vertegenwoordigt:

- een gebed voor de cirkel van vrouwen over de wereld.
- een gebed voor onze zusters in de Baarmoederzegening familie.
- een gebed voor onszelf.

De uiteinden van het koord zijn vastgebonden om zo een cirkel te vormen, een uitbeelding van de wereldwijde cirkel van zusters. Je kunt je gebedskoord ter decoratie op een altaar of in een heilige ruimte leggen.

Het gebedskoord vertegenwoordigt de cirkel van het pad van de sterren, de cirkel van al het leven, de cirkel van de Maan en de cirkel van vrouwen.

Afbeelding: Cirkel van zusters, gemaakt door Ambre Domergue.



Voor deze meditatie heb je nodig:

- **Een lang koord** – dit mag elke kleur zijn. Wanneer je de meditatie alleen doet, maak het koord dan zo lang dat je er een cirkel van kunt maken om op je altaar te leggen. Wanneer je een groep begeleidt, maak het koord dan zo lang dat elke vrouw die meedoet er drie stroken stof of lint aan kan vastknopen.
- **Drie stroken stof of lint** van ongeveer 30-50cm lengte. Kies kleuren of patronen die je hart aanspreken.
- **Een doek** om je gebedskoord in te wikkelen na de meditatie.
- **Een aantal geprinte versies van de meditatie.**

De meditatie alleen doen

Misschien vind je het leuk om vóór de dag van de Baarmoederzegening je linten of stroken stof te beschilderen of versieren.

Op de dag van de Baarmoederzegening smudge je je linten, koord en wikkeldoek met bijvoorbeeld een bundel salie, of beweegt ze door de rook van een wierookstokje. Kies een geur die zuiverend en spiritueel is.



Een groepsmeditatie faciliteren

Vraag elke vrouw om drie stroken stof of linten mee te brengen. Je kunt de vrouwen vragen om een uur vroeger te komen, voordat de Baarmoederzegening begint, om een mini workshop voor ze te geven om hun linten te maken en versieren met textielverf, kraaltjes, etc..

Gebruik geur of een smudge-bundel om de linten te zuiveren.

Voorzie elke vrouw van een kopie met de gebeden zodat ze de tekst kan lezen wanneer ze haar linten vastknoopt.

Meerdere vrouwen kunnen tegelijkertijd de linten vastknopen. Wanneer je een grote groep hebt, laat dan twee vrouwen de uiteinden van het koord tussen hen in vast houden, zodanig bij elkaar vandaan dat drie of vier vrouwen tegelijkertijd hun linten er aan kunnen vastknopen.

Linten kunnen over elkaar heen geknoopt worden -dit zorgt voor een mooi dik, kleurrijk gebedskoord.

Voeg meer koord toe wanneer nodig, en werk er naar toe om een dusdanig lang gebedskoord te vormen dat het in de toekomst de hele groep omringt, en een heilige plaats creëert binnen de Cirkel van Zusters.

De Cirkel van Zusters Meditatie

Nadat je de Wereldwijde Baarmoederzegening hebt ontvangen, en hebt deelgenomen aan de 'Maanstraal Meditatie' en de 'Delen van de Zegening Meditatie', ben je klaar om de 'Cirkel van Zusters Meditatie' te doen.

Breng je aandacht naar je Baarmoederboom.

Voel, weet of zie dat boven jou een volle Maan schijnt, die jou baadt in prachtig zilver-wit licht. Plaats je handen over je linten en zeg:

Ik schenk deze gebeden voor alle vrouwen, voor het hoogste Goddelijke Goed en in overeenstemming met Goddelijke Liefde.

Knoop je eerste lint aan het gebedskoord:

Ik vraag voor alle vrouwen...
dat zij ontwaken in hun ware vrouwelijke natuur en in de aanwezigheid van het Goddelijke Vrouwelijke.

Leg je hand op het lint.

Voel of weet dat er diep in je hersenen een prachtige witte ster schijnt die vrede en ontwaking de wereld in straalt.

(Pauze)

Knoop je tweede lint aan het gebedskoord:

Ik vraag voor al mijn zusters in de Baarmoederzegening familie...
Dat zij de liefdevolle aanwezigheid van het Goddelijke Vrouwelijke in hun hart ervaren.

Plaats je hand op het lint.

Voel of weet dat je hart zich vult met roze licht, en liefde de wereld in straalt.

(Pauze)

Knoop je derde lint aan het gebedskoord:

Ik vraag voor mijzelf...
Dat mijn baarmoedercentrum zich opent en wordt gevuld met de helende aanwezigheid van het Goddelijke Vrouwelijke.

Plaats je hand op het lint.

Voel of weet dat je baarmoeder zich vult met kracht en leven, sensualiteit en heelheid.

Als je je klaar voelt om de meditatie te beëindigen:

Houd de twee uiteinden van het koord tussen je handen en bind ze samen:

Ik vraag het Goddelijke Vrouwelijke om door haar liefde de cirkel van vrouwen te herstellen in de hoofden, harten en baarmoeders van alle vrouwen.

Houd het koord in je hand met liefde.

Leg het koord op je altaar.

Beëindig je Baarmoederzegening door het water uit je baarmoederkom te drinken en iets lekkers te eten.

Glimlach! :)

Wat kun je met het gebedskoord doen na de meditatie

Wanneer je klaar bent om op te ruimen, wikkel dan het gebedskoord in het kleed om het veilig te bewaren.

Het gebedskoord is een prachtige manier om een heilige vrouwelijke plaats te creëren met de liefde van het Goddelijke Vrouwelijke, op elk moment dat jij dat wenst. Je kunt je gebedskoord gebruiken om een heilige ruimte te creëren of als meditatiekussen, door het in een cirkel op de tafel of op de vloer te leggen.

Als het koord groter wordt kun je het gebruiken om de ruimte te omringen voor een vrouwengroep of cirkel, of een Rode Tent.

Als je met het gebedskoord werkt
dan zal deze groeien in omvang en in energie
en wordt het een prachtige manier om
voor het creëren en benadrukken van
een heilige vrouwelijke ruimte.