

Meditace Hojnosti

Po té, co se zúčastníte Požehnaní lůna, jste pozvány k Meditaci hojnosti:



Vytvoř ze svých dlaní „misku“ představující dělohu.

Představ si, že ve svých rukou máte semínko něčeho nového.

Vlož do tohoto semínka touhu po hojnosti ve svém životě. (Můžeš hojnost konkretizovat, například to může být lepší zdraví, pohoda, více peněz, nebo nová práce, uspokojivý partnerský vztah, pomoc a podpora, dovolená, nebo něco, co by sis moc přála mít)

Pauza

Jak se budeš soustředit na své semínko na to, jak poroste, všímej si toho, jak se ti otevírá srdeční čakra a jak se plní radostí a štěstím.

Dovol tomuto pocitu, aby plynul až dolů do rukou sepnutých do misky symbolizující dělohu a zcela ji naplnil.

Pauza

Teď si představuj, že semínko ve tvých rukou představuje semínka všech žen, které se také účastní meditace.

A semeno září překrásnou energií, která představuje spojení všech těchto žen.

Pauza

Vnímej úplněk nad sebou.

Prociťuj měsíční světlo, které k tobě přitéká a protéká až k misce z rukou, která představuje dělohu. Miska se plní měsíčním světlem.

Právě teď žehnáš a pomáháš tak plnit touhy všech žen, které se v této chvíli meditace účastní, každá z žen také žehná pomocí měsíčního světla a pomáhá plnit tvá přání.

Pauza

Vnímej a pozoruj to, jak se každé ženě probouzí její semínko a hojnost roste v lásce. Je vyživováno měsíčním světlem.

Vnímej, jak požehnání úplňku spolu s přítomností a podporou tisíců žen z celého světa probouzí tvou hojnost ...a ta se projeví i ve tvém životě.

Na závěr této meditace věnujte pozornost kořenům stromu vaší dělohy a nechte je prorůst až ke středu Země.

Jemně zahýbej prsty na ruce, i nohou, otevři oči a usměj se :o)

A teď svou lásku a hojnost vnes ven do světa a poděl se o ně!

Nemusíš dělat nic jiného než 'vytvářet' své touhy, jednoduše relaxuj a uživej si báječný pocit, po té, co jsi poznala hojnost všech žen sdílejících s tebou meditaci.

Po meditaci hojnosti je možné, že budeš chtít sdílet svou energii s dalšími ženami na celém světě skrze 'meditaci sdílení'. Tuto meditaci najdeš v PDF dokumentu na stránkách se soubory ke stažení - jsou k dispozici poté, co potvrdíš svou registraci.

Cvičení hojnosti po celosvětovém Požehnání lůna

Měsíc po Požehnání lůna sed' pohodlně 5-10 minut s dlaněmi tvořícími miskou a následuj toto cvičení...

Představuj si a prociťuj úplňek nad sebou. Relaxuj a uživej si toto krásné světlo proudící skrz tvou auru až tvé kůži.

Dovol svým rukám, aby se naplnily měsíčním světlem a úplně se uvolni.

Bud' si vědoma toho, že energie Požehnání lůna pokračují v transformaci tvých starých vzorců a tvoří kolem tebe hojnost. Probouzí se v tobě ženské energie plné inspirace, kreativity, lásky a vášně a pomáhá tvořit magické touhy a vášně, které cítíš ve svém srdci a duši.

Na konci tohoto cvičení se usměj a dovol hojnosti své ženské duše prosvítit celý den.