



Meditació “Sanant el Llinatge Ancestral Matern”



Painting by Miranda Gray

Aquesta és una meditació opcional per a compartir específicament després de la Benedicció d'Úter del 19 d'octubre. Si estàs menstruuant durant la Benedicció d'octubre, aquesta meditació pot ser molt poderosa perquè comparteixes les mateixes energies que la Mare Terra.

Dins els nostres ossos i el nostre ADN compartim els patrons de les antigues avantpassades maternes...

Molt endins de la nostra memòria cel•lular, estem vinculades a aquestes dones; als seus traumes, dolors i al seu sofriment, però també a la seva força, coratge, recursos i a la seva saviesa.

En la tradició del Nord, Samhain o Halloween és la celebració en la qual la Mare Terra passa de l'arquetip de la Fetillera o Bruixa al de l'Anciana Sàvia.



També és la millor època per viatjar a l'Inframón, la terra dels avantpassats, per sanar la nostra línia materna i alliberar tota la bellesa, la màgia, la força i la saviesa d'aquest llinatge a les nostres vides.

Per aquesta meditació necessitaràs crear representacions físiques del teu llinatge femení: la teva mare, germana, àvia, besàvia, etc.

Ho pots fer tan detallat com vulguis o tan senzill com un pal envoltat de tela, com les “nines ancestrals” creades per la Moon Mother Administradora d'Àustria, que es mostren aquí a baix:



Meditació “Sanant el Llinatge Ancestral Matern”

Per a aquesta meditació necessitaràs la teva “nina ancestral” o nines, i un fil blanc per a cada nina.

Després d'haver rebut la Benedicció Mundial de l'Úter i d'haver participat en la Meditació de Compartir, estaràs preparada per fer la Sanació de la Mare Ancestral.

Col·loca la/es teva/es nina/es entre els teus Bols de l'Úter, el bol d'aigua a l'esquerra i el bol amb l'espelma a la dreta.



Connecta amb el teu Arbre de l'Úter i fes créixer profundament les seves arrels en la Terra.

(Pausa)

Veü, sent o imagina que sobre teu descansa la més esplèndida Lluna Plena, banyant-te amb llum de plata. (Pausa)

Pren consciència o imagina que al voltant teu estan les dones del teu llinatge matern, banyades per la llum de la Lluna. (Pausa)

Observa el seu aspecte.

Algunes vénen del passat recent. D'altres del passat més antic. Algunes fins i tot de les primeres i llunyanes famílies de la humanitat.

Escolta les seves veus, la seva saviesa i la cançó que porten.

Sent el seu amor, perquè en aquest espai, totes elles són les teves mares. (Pausa)

Sigues conscient que les teves Avantpassades Maternes són també les avantpassades d'altres dones al món. Totes nosaltres som germanes de la mateixa família de dones a través del temps. Sanant el teu llinatge sanes el llinatge d'altres.

Pren una respiració profunda i posa els teus dits sobre la zona de l'úter de la teva nina.

Digues en veu alta o interiorment:

“Demano a la Mare Divina que doni amor i sanació a totes les meves Avantpassades Maternes i a tot el meu llinatge matern.

Que tots els patrons genètics i les memòries cel·lulars siguin sanades.

Que totes les memòries energètiques i totes les memòries grupals siguin sanades.

Que l'amor i la pau siguin restaurats en mi i en el meu llinatge.

Que les meves Mares caminin amb mi en bellesa i amor.”

Veü o imagina llunes plenes al palmell de cada mà. Deixa que la pau i l'amor del Diví Femení flueixi a través teu, a través de les teves mans fins a l'interior de la teva nina. (Pausa)

Sent o imagina com, ben endins teu, els teus patrons estan sanant i estàs essent transformada d'una manera dolça i profunda. Sent com el teu cor s'obre amb amor per abraçar les teves Mares. (Pausa)



Quan et sentis preparada per acabar la meditació...

Agafa el fil blanc i lliga'l al voltant de la teva nina. Això és un símbol de la sanació del teu llinatge matern i de la restauració de la teva feminitat autèntica i lliure. Digues en veu alta o interiorment:

“Mares, us dono les gràcies a totes per la vida que m'heu donat,
pel vostre coratge davant les adversitats per donar a llum a les vostres filles – les
meves mares,
pel cos que totes vosaltres m'heu donat
i tots els aspectes de vosaltres que jo mostro al món,
pels vostres regals, talents i habilitats
i per la vostra saviesa, que descansa en el més profund dels meus ossos.

Mai no camino sola perquè vosaltres esteu amb mi.
El meu amor i gratitud.”

Porta la consciència al teu cos. Pren una respiració profunda i belluga els dits de les mans i dels peus. Obre els ulls, agafa una respiració profunda. I somriu :)