

Introduzione alla Benedizione del Grembo e Meditazioni



Che cos'è un'armonizzazione con la Benedizione del Grembo?

Un'armonizzazione con la Benedizione del Grembo è un dono d'energia da parte del Divino Femminile per la guarigione del "calice femminile" - il grembo – per guarire, rafforzare la tua personale connessione e incarnare il Divino femminile, la Luna e la Terra dentro di te. Aiuterà anche a ristabilire lo spirito femminile nel mondo.

Un'armonizzazione è una tecnica energetica che connette le persone all'energia di guarigione, e la Benedizione del Grembo è un modo per me per portare questa bellissima energia a voi.

Preparazione alla Benedizione del grembo

Come quando si riceve un regalo, l'unica cosa che devi fare è essere aperta a ricevere il dono. Tuttavia, potresti voler fare qualche esercizio preparatorio che ti possa aiutare a diventare più consapevole del centro energetico nel tuo grembo e risvegliare, abbracciare e gioire delle sue bellissime e potenti energie. Se sei nuova alla meditazione questi esercizi ti aiuteranno a fare pratica per la Benedizione.

Nei prossimi giorni ti manderò una serie di esercizi da fare prima della benedizione, durante la benedizione e dopo la benedizione.

Per ricevere la benedizione devi semplicemente sederti comodamente in un luogo tranquillo per circa 20 minuti, ma ci sono delle cose che ti potrebbe dar piacere avere con te:

- ✧ Due piccole ciotole – circa della misura delle ciotole di riso Cinesi / Giapponesi. Metti l'acqua in una, da bere dopo la benedizione, e poni una candela nell'altra. Naturalmente devono essere adatte a contenere l'acqua e resistenti al fuoco. Queste ciotole simboleggeranno il tuo sacro Calice, il tuo grembo, per cui scegli delle ciotole che siano belle, magiche e speciali per te.
- ✧ Ti servirà una candela tea-light per la ciotola.
- ✧ Uno scialle o una sciarpa – scegli un colore che esprima la fase in cui ti trovi del tuo ciclo mestruale, o la fase della tua vita, o il Divino Femminile.
- ✧ Musica Rilassante.
- ✧ Qualcosa da mangiare per dopo la benedizione.

Meditazione dell'Albero del Grembo

Questa è una meditazione che puoi fare in preparazione alla Benedizione del Grembo. Ci vorranno circa 5-

Benedizione del Grembo del 07 Febbraio 2012 con Miranda Gray

10 minuti e può essere fatta in qualsiasi momento prima del 07 Febbraio.

L'Albero della Luna è un antico simbolo del Divino femminile e possiamo usarlo in meditazione come modo per connetterci al nostro grembo. Il tuo grembo è proprio sotto il tuo ombelico.

Per fare questa meditazione non devi essere brava con le visualizzazioni o essere in grado di “vedere” le immagini; l'energia segue l'intenzione. Per tutto il tempo della meditazione, sii consapevole di come ti senti emozionalmente, di come ti senti nel tuo corpo e come ti senti intorno al tuo corpo. Potresti avvertire calore o pressione nel tuo grembo, nel tuo cuore e nelle tue mani quando l'energia comincia a fluire e ad aprire questi centri energetici.

Chiudi gli occhi e porta la tua consapevolezza nel tuo corpo.

Senti il tuo peso sulla sedia e il peso delle tue braccia sul tuo grembo. Fai un respiro profondo e sentiti centrata dentro di te.

Porta la tua attenzione al tuo grembo.

Guarda, riconosci, senti o immagina che il tuo grembo sia come un albero con due rami principali, con delle bellissime foglie e dei frutti rossi come gioielli sulle sue estremità. Le radici dell'albero del grembo si allungano e crescono verso le profonde oscurità della terra, connettendoti e ancorandoti alle sue energie; mentre ti ancori puoi sentire o vedere le sue energie che risalgono verso il tuo grembo.

Sentiti ancorata e in perfetto equilibrio.

Consenti ora all'immagine dell'Albero del Grembo di crescere fino a che i rami non si separano all'altezza del tuo cuore.

Nel connetterti con quest'immagine, osserva e senti come il centro energetico del tuo cuore si apre e l'energia fluisce giù per le tue braccia fino alle tue mani e alle tue dita. Senti la connessione d'amore tra la terra, il tuo grembo e il tuo cuore.

Rilassati. Sentiti forte, amorevole e potente.

Per concludere la meditazione, permetti all'immagine o alla percezione del tuo Albero del Grembo di rimpicciolirsi e racchiudersi nel tuo grembo, ma mantieni la consapevolezza delle radici che vanno nelle profondità della Terra, dandoti forza e stabilità.

Riporta la tua consapevolezza al tuo corpo, al tuo peso sulla sedia, e al peso delle tue mani sul tuo grembo.

Gentilmente comincia a muovere le dita dei piedi e delle mani e poi apri gli occhi.

Ora porta l'energia della Dea nel Mondo.

Benedizione del Grembo del 07 Febbraio 2012 con Miranda Gray

Alcune Domande sulla Benedizione:

Quanto durerà la benedizione?

Circa 20 minuti.

Dopo venti minuti puoi restare per la meditazione che ti invierò per altri dieci minuti in modo che tu possa ancorare bene alla Terra questa bellissima energia.

Tutti possono ricevere l'energia?

Tutte le donne, e tutte le ragazze che hanno già cominciato il loro ciclo mestruale, possono ricevere la benedizione. E' una meravigliosa opportunità per le Madri e le Figlie per condividere la loro connessione con la Dea.

Anche le donne che non hanno più il ciclo possono ricevere la benedizione.

Le donne incinte possono ricevere la benedizione. In ogni benedizione a distanza abbiamo sempre la libera scelta di accettare di ricevere l'energia o di rifiutarla. Il dono d'energia è dato in accordo con il Volere Divino e l'Amore, e funzionerà con ciascuna di noi individualmente a seconda dei nostri bisogni e del nostro percorso di vita.

Che succede se non posso meditare nell'orario prescelto?

Ti sarà ugualmente inviato il dono dell'energia ma l'energia sarà trattenuta. Questo significa che il tuo Sé Superiore tratterrà l'energia per te fino a quando non avrai del tempo in quiete per potere consapevolmente aprirti a riceverla.

Che succede se non sono pronta per l'energia?

Il tuo Sé Superiore terrà per te l'energia fino a quando non sarai in grado di integrarla nel tuo essere.

È una benedizione che riguarda soltanto la fertilità?

No. La fertilità è una piccola ma importante parte delle nostre energie femminili. Il nostro grembo e il nostro ciclo mestruale ci portano così tanti meravigliosi e potenti doni e abilità. Il Divino Femminile è dinamico e stimolante, amorevole e caldo, magico e sexy, creativo e intuitivo, forte e saggio - e così siamo anche noi.

Possiamo ricevere la benedizione in gruppo?

Sì! E' una bellissima idea. Dopo i venti minuti della Benedizione del Grembo, una del gruppo può leggere l'addizionale meditazione per aiutare ad ancorare le energie nel Mondo. Questo è un bel modo di condividere il dono che avete ricevuto. Potreste voler portare del cibo al gruppo che rifletta la Luna Piena e l'abbondanza della Madre Dea.

Benedizione del Grembo del 07 Febbraio 2012 con Miranda Gray



Luna Rossa - NUOVA EDIZIONE AGGIORNATA

<http://www.macroedizioni.it/libri/luna-rossa-libro-miranda-gray-capire-usare-doni-potere-ciclo-mestruale.php>

www.mirandagrays.com

www.optimizedwoman.com

