

## Dar la bienvenida al arquetipo de la Doncella

Meditación Renovación del Útero	
Para dar la bienvenida a la Doncella, arquetipo de la Primavera	
Hemisferio norte	Worldwide Womb Blessing de febrero
Hemisferio sur	Worldwide Womb Blessing de agosto

### ¿Cuándo puedo hacer la meditación?

**Tal vez desees participar en la siguiente meditación después de hacer la “Meditación para Compartir” y la Meditación de la Bendición Earth-Yoni.**

Además de hacer la meditación “Renovación del Útero” asociada a la Worldwide Womb Blessing, también puedes hacerla:

- Al inicio de la primavera, cuando las energías de Doncella de la tierra están despertando.
- En cuanto la luna esté creciente o a medida que aumentan sus energías de Doncella.
- Cuando finaliza la menstruación y renaces en las energías de la Doncella.

### Acerca de la meditación Renovación del Útero

El Universo fluye en ciclos; el ciclo de las estrellas en el cielo nocturno, el ciclo de las estaciones, de la Luna, de las mareas, de la vida y de las mujeres. Cada nuevo ciclo comienza después de una fase de poca energía y quietud, y en ese momento mágico entre un ciclo y el siguiente tenemos la oportunidad de limpiar, renovar y dejar el pasado atrás.

La meditación “Renovación del Útero” no es una limpieza porque a que el útero esté “sucio”, sino porque está en nuestra naturaleza aferrarnos a viejos patrones limitantes, viejos sentimientos y viejas memorias emocionales y físicas, cosas que ya no necesitamos y que a menudo nos restringen y nos limitan. Se nos ha otorgado este don: un tiempo para dejar ir estas cosas y para entrar al nuevo ciclo más livianas y más radiantes.



El Día de la Womb Blessing puede ser especialmente poderoso si te encuentras en tu fase pre-ovulatoria al momento de hacer la meditación “Renovación del Útero” ya que compartes las mismas energías que la Madre Tierra.

## La Meditación Renovación del Útero

Después de haber recibido la Worldwide Womb Blessing, participado en la “Meditación para Compartir” y en la Meditación de la Bendición Earth-Yoni, estás lista para hacer **la Meditación del Arquetipo**.

Necesitarás tener tus Cuencos del Útero frente a ti.

Cierra los ojos y toma una respiración profunda. Trae la conciencia a tu útero físico o a tu centro energético del útero.

Ve, percibe o siente que en lo profundo de las aguas de tu útero hay una Luna resplandeciente. (Pausa)

Toma conciencia de la Luna arriba de tu cabeza y permite que su luz fluya descendiendo por tu coronilla, a través de tu corazón y hasta tu útero. Coloca los dos primeros dedos de cada mano sobre el área del útero.

Observa o siente la conexión entre la Luna de arriba y la Luna en tu útero. (Pausa)

Manteniendo los dedos en posición, trae tu conciencia a la Luna de arriba.

Di mentalmente o en voz alta:

**Suelto todo daño físico, e inhalo bondad y pureza.**

Inhala luz de luna, llevándola a tu útero. A medida que exhalas normalmente, observa cómo la Luna en tu útero adquiere cada vez más luz y resplandor. (Pausa)

Vuelve a traer tu conciencia a la Luna de arriba. Di mentalmente o en voz alta:

**Suelto todo daño emocional y conexiones con energías negativas, e inhalo amor y belleza a mi útero.**

Inhala luz de luna a tu útero y percibe cómo el resplandor aumenta hasta llenar la totalidad de tu bajo vientre. (Pausa)

Trae tu conciencia a la Luna de arriba. Di mentalmente o en voz alta:

**Suelto toda culpa y dolor mental, e inhalo amor y alegría a mi útero.**



Inhala luz de luna a tu útero y percibe cómo el resplandor aumenta hasta llenar la totalidad de tu bajo vientre. (Pausa)

Trae tu conciencia a la Luna de arriba. Di mentalmente o en voz alta:

**Suelto todo lo que ha sido y las cosas que ya no necesito, e inhalo pureza, bondad, amor y paz a mi útero y al mundo.**

Inhala luz de luna a tu útero y percibe cómo el resplandor se expande hacia el mundo.

(Pausa)

Cuando estés lista, permite que el resplandor de la Luna en tu útero vaya disminuyendo hasta que solo veas un útero nuevo y hermoso, brillando suavemente.

### Cuando te sientas lista para finalizar la meditación:

Haz crecer las raíces de tu Árbol del Útero profundamente en la Tierra. Haz una inhalación profunda, abre los ojos y sonríe. ☺

Observa la vela en tu Cuenco del Útero como un símbolo de la luz en tu nuevo útero.

Toca el agua de tu otro Cuenco del Útero y toca con ella tu bajo vientre.

Ahora lleva el resplandor de la Divinidad Femenina y de tu útero renovado al mundo.

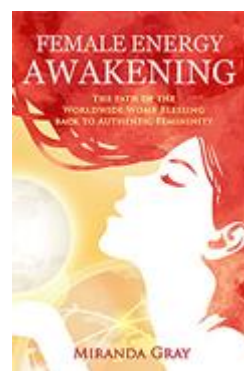
**¡Bebe el agua de tu Cuenco del Útero, come y celebra!**

### Descubre tus Arquetipos:

Para cada Worldwide Womb Blessing, hay una meditación adicional de Arquetipo.

Puedes encontrar estas meditaciones en el área de descargas de Worldwide Womb Blessing, y el sitio web y el boletín te informarán cuál hacer.

Las meditaciones están unidas a las estaciones de la Tierra de modo que son diferentes en los hemisferios norte y sur. Para descubrir más acerca de los cuatro arquetipos femeninos, la Womb Blessing y como abrazar, amar, celebrar y expresar tus energías arquetípicas, lee el libro “El Despertar de la Energía Femenina”.



*Womb Blessing® is a registered trademark simply to protect the integrity of the work.*