

## Méditation pour la bénédiction de la Lune aux hommes



*J'ai été enchantée des demandes faites par les hommes de prendre part à la bénédiction.*

*La bénédiction de l'utérus est spécifique aux femmes et pour le moment il n'existe pas d'équivalent pour les hommes.*

*Cependant j'ai créé une méditation de bénédiction lunaire pour amener la guérison aux hommes et les aider à se connecter au féminin sacré.*

*Cette méditation est une aide pour devenir un gardien du féminin sacré pour pouvoir vous y connecter afin qu'elle fasse partie de votre vie et de vos actions.*

### *Une bénédiction de la lune pour les hommes*

Les hommes comme les femmes ont besoin de guérir et de réveiller leur féminité sacrée.

Les hommes ont besoin de guérir de la culpabilité, des blessures, du rejet, des limites et des attentes faussées qu'ils peuvent recevoir des femmes dans leur vie, tout comme des relations et de l'éducation reçue dans le passé.

Les hommes ont besoin de se libérer et guérir du monde masculin qui a déformé et blessé leur énergie masculine.

La connexion au féminin sacré est porteuse de plénitude, de sens, de reconnaissance, de paix intérieure et de confiance, d'estime de soi et de force.

Il n'y a pas de pré-requis spécifique pour pratiquer cette méditation et **vous n'avez pas besoin de vous inscrire puisque ce n'est pas une initiation.**

Vous aurez besoin d'un morceau de fil blanc suffisamment long pour pouvoir faire le tour de votre poignet.

Pour commencer la méditation, choisissez simplement un des horaires auquel est donnée la bénédiction de l'utérus et asseyez-vous dans un endroit calme et confortable. Posez le morceau de fil blanc devant vous.

Lisez la méditation qui suit, imaginez, sentez et voyez l'énergie vous traverser. Ensuite restez dans cette énergie pendant 20 minutes.

A la fin de la séance, assurez-vous d'avoir quelque chose à manger et à boire.

# Méditation pour la bénédiction de la Lune aux hommes

-----

## *La méditation pour la bénédiction de la lune*

Commencer à lire cette méditation au moment choisi pour votre harmonisation.

Fermez vos yeux et amenez l'attention à l'intérieur de votre corps.

Sentez votre poids sur le coussin ou la chaise, le poids de vos bras sur vos cuisses. Prenez une profonde respiration et centrez-vous.

Imaginez, sentez et voyez qu'un vieil arbre se tient devant vous, vous baignez dans une lune argentée. Deux larges branches s'élancent dans la nuit et la pleine lune brille sur vous et l'arbre.

Une belle femme, habillée d'une robe blanche fluide, émerge des racines de l'arbre et marche vers vous. Sa peau irradie la lumière de la lune et vous vous agenouillez en sentant sa bienveillance, sa beauté, sa sérénité, sa pureté, sa grâce et sa magie vous entourer.

Elle se tient devant vous, puis délicatement touche le sommet de votre tête et vous vous ouvrez entièrement à elle.

Pause

Sa lumière, son amour, et sa reconnaissance coulent autour de vous et en vous.

Tout ce que vous êtes, elle l'accueille et l'aime. Elle bénit votre masculin, votre force, votre esprit et votre cœur.

Pause

Vous sentez son plaisir d'être avec vous et sa reconnaissance de qui vous êtes, et vous vous sentez entier et renouvelé.

Pendant que La lumière de la lune vous enveloppe et vous traverse, vous partagez son amour, sa lumière et sa bénédiction, vous devenez son gardien.

Maintenant asseyez-vous et reposez vous dans cette énergie pendant 20 minutes.

### **A la fin de la session**

Ramenez votre conscience dans votre corps,

Sentez votre poids sur la chaise et faites délicatement bouger vos doigts et orteils.

Prenez une profonde inspiration et ouvrez vos yeux.

Attachez le fil blanc autour de votre poignet en signe de la bénédiction du féminin sacré.

Maintenant buvez et mangez quelque pour vous ancrer.

-----

# Méditation pour la bénédiction de la Lune aux hommes

## Pour les couples

La bénédiction de l'Utérus et la méditation de la lune pour l'homme peuvent être réunies.

A l'heure que vous avez choisie, asseyez vous avec elle lorsqu'elle reçoit la bénédiction de l'Utérus.

Soyez conscient que vous êtes assis dans l'énergie rayonnante du féminin sacré et sentez-vous ouvert à sa présence.

Après 20 minutes, votre partenaire peut lire à haute voix la bénédiction de la lune pour vous. Elle peut ensuite poser ses mains sur vous pour partager l'énergie du féminin sacré qu'elle détient.

Restez ensemble dans la lumière de la divinité aussi longtemps que vous le souhaitez.

Après assurez-vous de boire et manger quelque chose (même si les énergies de la méditation vous ont conduit à la sexualité sacrée et que vous voulez aller tous les deux dormir)

### *Note pour les femmes*

Quand vous partagez l'énergie du féminin sacré de cette manière, soyez consciente des racines de votre arbre utérus et de la lumière de la lune qui vous enveloppe et vous traverse. Autorisez la divine féminité à aller où elle souhaite et à faire ce qu'elle souhaite.

A la fin de la méditation buvez l'eau de votre bénédiction de l'Utérus.

Vous pouvez souhaiter de façon solennelle mettre le fil blanc autour du poignet de votre partenaire comme la reconnaissance de son rôle de gardien de la divine féminité.

## Dans les groupes mixtes

### *Note pour l'organisateur*

Commencez la bénédiction de l'utérus à l'heure choisie pour l'harmonisation. Les hommes sont bienvenus dans le groupe pour bénéficier de la présence de la divine féminité.

Après 20 minutes, une femme peut lire à haute voix la médiation de la lune pour les hommes du groupe.

Ensuite une femme différente lira le partage de la bénédiction en ajoutant les phrases suivantes.

**Laissez l'énergie éveiller et guérir le sacré de la terre et la Déesse dans la terre.**

**Maintenant laissez les énergies de la lune à descendre de la tête vers le cœur et en direction de l'extérieur vers les hommes du groupe.**

*A la fin de la méditation vous pouvez souhaiter qu'une femme entoure les poignets des hommes du fil blanc ou que leurs partenaires le fassent, si elles sont présentes .*

## Méditation pour la bénédiction de la Lune aux hommes

*J'espère que vous apprécierez de pratiquer la méditation et de prendre part au réveil des énergies du féminin sacré. Les hommes ont une part importante à jouer dans la reconnaissance et le réveil de ces énergies et dans le fait d'apporter l'équilibre et l'harmonie dans notre monde.*

*Après la méditation vous pouvez expérimenter une forme de clarification', où les blocages émotionnels remontent à la surface, à mesure que les énergies de guérison agissent et sont intégrées. Assurez-vous de boire beaucoup d'eau et de vous reposer si vous êtes fatigués. Les émotions déstabilisantes ou la fatigue disparaîtront naturellement et sont les symptômes du travail de guérison. Tout est pour le mieux.*

*Love and blessings, Miranda*

### **About Miranda Gray**

Miranda Gray is an author, artist, healer and teacher. Her focus is on the Divine Feminine, women's energies and discovering femininity - what it really is, and how it can change the way we perceive women and the way we live.

[www.mirandagrays.com](http://www.mirandagrays.com)

[www.optimizedwoman.com](http://www.optimizedwoman.com)

[www.redmoonthebook.com](http://www.redmoonthebook.com)