

Dar as Boas Vindas ao Arquétipo da Anciã

Meditação Curar as Ancestrais Maternas	
Dar as Boas Vindas ao Arquétipo da Anciã do Inverno	
Hemisfério Norte	Worldwide Womb Blessing (Bênção do Útero Mundial) em Outubro
Hemisfério Sul	Worldwide Womb Blessing (Bênção do Útero Mundial) em Maio

Quando é que posso fazer a Meditação?

Poderá gostar de participar nesta Meditação depois da ‘Meditação da Partilha’ e da Earth-Yoni Blessing Meditation (Meditação Bênção Yoni da Terra).

Para além de participar na Meditação “Curar as Ancestrais Maternas” juntamente com a Bênção do Útero Mundial, você também pode fazer a Meditação nas seguintes ocasiões:

- A qualquer momento durante o Inverno, quando as energias da Anciã da Terra estão fortes.
- Na Lua Negra, quando a Lua está nas suas energias da Anciã.
- Durante a menstruação, quando você incorpora as energias da Anciã.

Sobre a Meditação “Curar as Ancestrais Maternas”

Dentro dos nossos ossos, dentro do nosso ADN, mantemos os padrões das nossas Ancestrais Maternas – a linhagem mitocondrial. Este é o ADN que é passado da mãe para as suas filhas e filhos, **mas apenas as filhas** podem transmiti-lo para a próxima geração. Esta Meditação tem como foco a cura da linhagem útero-a-útero, a nossa linhagem mitocondrial.

Bem dentro do nosso ADN e da nossa memória celular, estamos ligadas às nossas Ancestrais Maternas; aos seus traumas, dores e sofrimentos e também à sua força, coragem, vivacidade e sabedoria. Se fizermos uma viagem retroativa no tempo, descobriremos que a raça humana tem origem numa população muito pequena. Portanto, quando um grande grupo de mulheres envia cura atrás no tempo através da linhagem útero-a-útero, elas também enviam cura de volta linhagem abaixo para todas as que estão a fazê-lo no momento presente. Isto faz da Meditação “Curar as Ancestrais Maternas” uma ferramenta ponderosa para todos.



Na tradição do Hemisfério Norte, Samhain ou Hallowe'en é a celebração da Mãe Terra a sair do Arquétipo da Feiticeira para o Arquétipo da Anciã.

É também a melhor época para uma jornada ao Outro Mundo, a Terra dos nossos Ancestrais, para curar a nossa linhagem maternal e libertar a beleza, a magia, a força e a sabedoria dessa linhagem para a nossa vida.

Para esta Meditação irás precisar de criar representações físicas da tua linhagem feminina – da tua mãe, da tua filha, da tua avó, da tua bisavó, etc.

Podes criar algo com os pormenores que desejares, como por exemplo um pau enrolado em tecido, tais como as “Bonecas Ancestrais”, conforme a imagem ao lado nos mostra, criadas por uma Moon Mother da Áustria.

No Dia da Bênção do Útero estares menstruada no momento da Meditação “Curar as Ancestrais Maternas” pode ser muito poderoso, pois estarás a partilhar as mesmas energias que a Mãe Terra.



Meditação “Curar as Ancestrais Maternas”

Depois de teres recebido a Worldwide Womb Blessing (Bênção do Útero Mundial), teres participado na ‘Meditação da Partilha’ e na Earth-Yoni Meditation (Meditação Yoni da Terra), estás pronta para fazer a **Meditação do Arquétipo**.

Para esta Meditação, irás precisar da tua “Boneca Ancestral” ou Bonecas e uma linha branca para cada boneca.

Coloca as tua(s) Boneca(s) no meio das tuas Taças Útero – a Taça da água à esquerda e a Taça com a vela à direita.

Conecta-te com a tua Árvore Útero e estende as tuas raízes profundamente Terra adentro.
(Pausa)

Vê, sabe ou sente que acima de ti está a mais linda Lua Cheia, que te banha com a sua Luz prateada. (Pausa)

Tem consciência ou imagina que, à tua volta, estão as mulheres da tua linhagem maternal, banhadas na Luz da Lua. *(Pausa)*

Observa como elas são.

Algumas vêm do passado recente. Outras vêm do nosso passado ancestral. Algumas vêm até das primeiras famílias distantes da humanidade.

Escuta as suas vozes, a sua sabedoria e a canção que elas trazem.

Sente o amor delas, pois neste espaço todas elas são tuas mães. *(Pausa)*

Sabe que as tuas Ancestrais Maternas também são as Ancestrais de outras mulheres no Mundo. Somos todas irmãs da mesma família de mulheres ao longo do tempo. Ao curares a tua linhagem, curas a linhagem das outras mulheres.

Respira profundamente e coloca os teus dedos sobre a região do útero da tua boneca.

Diz em voz alta ou mentalmente:

Eu peço para que o amor e a cura da Mãe Divina sejam dados a todas as minhas Ancestrais Maternas e à minha linhagem maternal.

Que todos os padrões genéticos e memórias celulares sejam curados.

Que todas as memórias energéticas e memórias de grupo sejam curadas.

Que o amor e a paz retornem a mim e à minha linhagem.

Que as minhas Mães caminhem comigo em beleza e em amor.

Vê ou imagina Luas Cheias nas palmas das tuas mãos. Permite que a paz e o amor da Divindade Feminina fluam através de ti, através das tuas mãos e para dentro da tua boneca. *(Pausa)*

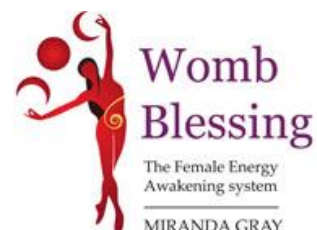
Sente ou imagina bem dentro de ti mesma, que os teus padrões estão a ser curados e que estás gentil e profundamente transformada. Sente o teu coração a abrir-se com o amor para acolher as tuas Mães. *(Pausa)*

Quanto sentires-te pronta para terminares a Meditação:

Pega na linha branca e amarra-a à volta da tua boneca. Trata-se de um símbolo da cura da tua linhagem maternal e do resgate da tua femininidade autêntica e livre.

Diz em voz alta ou mentalmente:

Mães, eu agradeço a todas vós pela vida que me deram,



pela coragem que tiveram através da adversidade para darem vida às vossas filhas –
as minhas mães,
pelo corpo que vós todas me deram e pelos aspectos de vós que eu expresso no
mundo,
pelas vossas dádivas, talentos e habilidades
e pela vossa sabedoria que reside profundamente nos meus ossos.

Eu nunca caminho sozinha porque Vós estais comigo.

O meu amor e a minha gratidão.

Traz a tua consciência para o teu corpo. Respira profundamente e mexe os dedos das mãos e dos pés. Abre os olhos, respira profundamente. E sorri ☺

Bebe a água da tua Taça Útero, come e celebra!

Em grupo

Poderá gostar de pedir às mulheres que coloquem as bonecas em círculo, num altar ou num espaço sagrado enquanto celebram, após as Meditações.

O que fazer com as suas bonecas após a Meditação:

Dependendo dos materiais usados para confeccionar as bonecas, poderá fazer o seguinte:

- Entregue-as de volta à Mãe Terra, enterrando-as.
- Coloque-as no seu altar ou numa prateleira – como uma lembrança das suas Ancestrais Femininas.

Poderá também colocar as suas bonecas numa prateleira durante a sua fase menstrual para honrar a sua menstruação e reconhecer a conexão com as suas Ancestrais Femininas através do seu sangue (ADN) e útero.

Também poderá incluir as suas bonecas nas festas da família e nas celebrações das estações.

É possível também reconectar-se com as suas Ancestrais Maternas noutras Luas Cheias e usar as bonecas como foco quando precisar de apoio ou orientação.

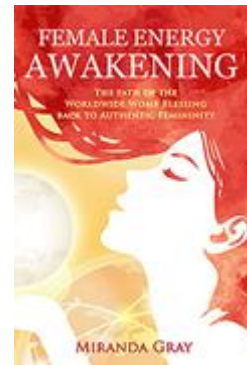
As nossas Ancestrais estão connosco tanto espiritual como fisicamente – no nosso útero e no nosso ADN – pois elas são parte de tudo o que fazemos na vida!

Descobrir os seus Arquétipos:

Para cada Worldwide Womb Blessing existe uma Meditação do Arquétipo adicional.

Poderá encontrar estas Meditações na área de download da Worldwide Womb Blessing, no website e a newsletter informá-la-á qual a Meditação que deverá fazer.

As Meditações estão relacionadas com as estações do ano na Terra e são diferentes no hemisfério norte e sul. Para descobrir mais sobre os quatro Arquétipos Femininos, a Womb Blessing (Bênção do Útero) e como abraçar, amar, celebrar e expressar a energia dos seus arquétipos, consulte o livro 'Female Energy Awakening' (Despertar da Energia Feminina).



Womb Blessing® é uma marca registada para simplesmente proteger a integridade do trabalho.