

Byde Velkommen Moder Arketypen

Omfavne vores seksualitet meditation	
Byde velkommen sommerens moderarketype	
Nordlige halvkugle	Maj Verdensomspændende Livmoder Velsignelse
Sydlig halvkugle	Oktober Verdensomspændende Livmoder Velsignelse

Hvornår kan jeg udføre meditationen?

Du vil sikkert finde glæde i den følgende meditation efter at have udført 'Moon Ray' meditationen og 'Dele Velsignelsen' meditationen.

Ligesom du kan udføre Omfavne vores seksualitet meditationen i forbindelse med Den Verdensomspændende Livmoder Velsignelse, kan du også udføre meditationen:

- På et hvilket som helst tidspunkt om sommeren når jordens Moder energier er fremherskende.
- Ved fuldmåne, når månen er i sine Moder energier.
- Under ægløsning når du legemliggør Moder energierne.

Om 'Favne vores seksualitet' meditation

Blomster er et vidunderlig spejlbillede på skønheden og den sensuelle natur i kvindelig seksualitet. De viser os at vores seksuelle natur er smuk når den er åben, og at den er der for at blive set, plejet og nydt.

Både det traditionelle syn og moderne reklameindustri kan begrænse og skade vores syn på de kvindelige seksuelle energier. Det er tiden for at vores seksualitet skal blomstre åbent og vi accepterer den i al dens skønhed og nyde hvordan den naturlig udtrykker sig i vores liv. Forløst fra frygt, begrænsning og forventninger kan vi erfare vores sande seksuelle hellighed.

På Livmoder Velsignelses dagen vil det være særligt kraftfuldt, hvis du har ægløsning på det tidspunkt du udfører 'Omfavne vores Seksualitet' meditation fordi du deler de samme energier som Moder Jord.



Omfavne vores seksualitet meditation

Efter du har modtaget Den Verdensomspændende Livmoder Velsignelse og deltaget i 'Moon Ray' meditationen og 'Dele Velsignelsen' meditationen, er du klar til at udføre 'Omfavne vores seksualitet' meditationen.

Du har brug for en blomst eller en mængde blomster foran dig før du begynder meditationen.

Luk dine øjne og fokuser din bevidsthed i kroppen.

Føl eller vid at din Livmoders energi center er i din nedre mave. Tag en dyb indånding og slap af i denne del af din krop.

Åben dine øjne og lad blikket hvile på blomsten foran dig. Blomster er et skønt spejl på vores Guddommelige Femininitet.

Mens du ånder ind, indånd blomstens skønhed:

Sig for dig selv 'Jeg indånder denne blomsts skønhed ind i min livmoder.'
Vid at din krop og din seksualitet er fantastisk skøn. (Pause)

Indånd nu blødheden og duften fra bladene:

Sig for dig selv 'Jeg indånder sensualiteten fra denne blomst ind i min livmoder.'
Vid at din krops sensualitet er din naturlige kvindelige måde at forbinde dig med verden på. (Pause)

Ånd ind i samme åbne tilstand som blomsten er det:

Sig for dig selv 'Jeg indånder den åbne tilstand fra denne blomst ind i min livmoder.'
Vid at din krops seksualitet åbner sig imod verden for at give og modtage. (Pause)

Indånd energien af kærlighed og liv som omgiver blomsten:

Sig for dig selv 'Jeg indånder kærligheden og livet fra denne blomst ind i min livmoder.'
Vid at din seksualitet er energien fra kærligheden og livet. (Pause)

Forestil dig nu eller vid at at du placerer blomsten i din livmoder:

Læg mærke til hvordan din seksualitet og sensualitet ikke var skabt for at være gemt væk i mørke men til at være synlig i lyset. (Pause)

Læg mærke til hvordan din seksualitet og sensualitet smukt udtrykker det Guddommelige Feminine til påskønnelse og glæde.

(Pause)

Vid at ligesom blomster ytrer vores seksualitet og sensualitet sig som mange forskellige former og hver besidder sin skønhed og hellighed.

(Pause)

Bring din opmærksomhed til blomsten i din livmoder dagen igennem og tillad dens skønhed og energier at strømme igennem dig i måden du går og taler og interagerer med verden på.

Når du føler du er klar til at afslutte meditationen:

Afslut meditationen ved at takke det Guddommelige Feminine og blomsten:

Jeg takker det Guddommelige Feminine for min krops skønhed, min sensualitet og seksualitet. Velsign mig så min totale accept af dette smukke og hellige aspekt af mig selv kan vokse.

Jeg takker denne blomst for dens gaver af sensualitet, seksualitet, kærlighed og liv, og jeg beder om at disse energier forbliver i min livmoder og vokser i harmoni inde i mig.

Smil

Drik vandet fra din livmoder skål og spis og fejre!

Efter meditationen

Opbevar blomsten et sted hvor du ser og bliver mindet om at forbinde dig med den seksuelle sensualitet i din livmoder imens du lever dit daglige liv.

I en gruppe:

Du kan forsyne hver kvinde med en blomst, eller du kan arrangere en masse blomster i midten af cirklen som kvinderne kan have fokus på. I slutningen af meditationen kan du give hver kvinde en blomst fra arrangementet med hjem.