１つの周期

「姉妹達のサークル」の瞑想	
あらゆる女性の聖なる周期と姉妹関係を讃える	
北半球	12 月の子宮の祝福イベント時の追加瞑想
南半球	12 月の子宮の祝福イベント時の追加瞑想

この瞑想はいつ行えばよいでしょう？

この瞑想は、「月の光」瞑想と「祝福を共有する」瞑想の後、行っていただけます。

「姉妹達のサークル」瞑想は、世界中で行われる「子宮の祝福」と同じタイミングで行っていただいても良いですし、以下のタイミングで行っていただくことも可能です。

- 生理期間中いつでも
- 世界中で行われる「子宮の祝福」の日以外の、満月の日ならいつでも
- 女性同士の集まりの時、あるいは女性のサークルやレッド・テントの時にいつでも

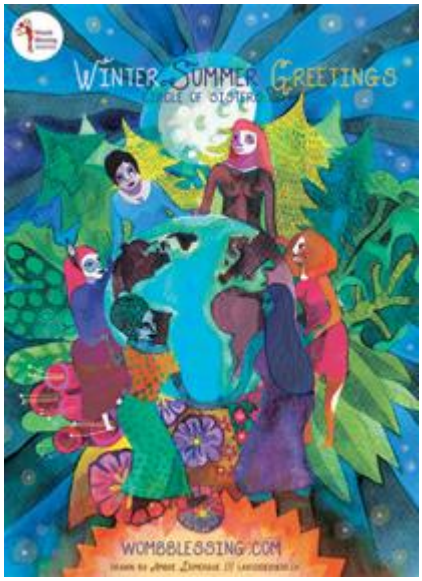
「姉妹達のサークル」の瞑想について

「姉妹達のサークル」の瞑想では、プレイヤー・コードというものを使います。これは、いくつもの細長い布やリボンを束ねたもので、その１つ１つが

- 世界中の女性達のサークル（集まり）への祈り
- 『子宮の祝福』イベントで繋がったファミリーの姉妹達への祈り
- 私たち自身への祈り

を表現しています（訳者注：イベントの参加者全員を１つのファミリーと呼び、個々の参加者を姉妹達と呼んでいます）。

それぞれの端を１つにまとめて結ぶことで、世界中の姉妹達のサークルを表現する輪となります。このプレイ



姉妹達のサークル（作：Aurelie Domergue）.

ヤー・コードは、祭壇や神聖な場所を飾るのに使うこともできます。

プレイヤー・コードは、星の道筋の周期、あらゆる命の周期、月や女性の周期をも同時に表しています

この瞑想のために必要なもの

- **長めの紐** – 何色でも構いません。１人で瞑想する場合は、祭壇の上で円を作ることのできる程度に長くしてください。もしグループで瞑想する場合は、３本のリボンや細長い布を結びつけるのに十分な長さのものにしてください。これは女性達が瞑想に参加する時に使います。
- **３０～５０センチほどの長さのリボンか細長い布を３本** – ご自身の心に共鳴する色や模様のものを選んでください。
- 瞑想後、このプレイヤー・コードを包むための**布**
- **この瞑想の手順（本書）を印刷したもの**

お一人で瞑想を行う場合

『子宮の祝福』イベント前日までに、布やリボンに色を塗ったり装飾をつけたりしても構いません。

『子宮の祝福』イベントの当日、準備したもの（細長い布やリボン、長めの紐、プレイヤー・コードを包む布）を、スマッジ用のセイジの束かお香の煙で、スマッジングして清めてください（訳者注：スマッジングとは、セイジの葉っぱをいぶした煙に浄化したいものをくぐらせることによって浄化する方法です）。
この時のお香は、浄化やスピリチュアルな香りのするものを選んでください。

グループでの瞑想を主催する場合

参加する女性全員にそれぞれ３本の細長い布かリボンを持ってくるように伝えてください。『子宮の祝福』イベントの開始１時間ほど前に集まっていただき、簡単なワークショップを行ってください。このワークショップは、各自がリボンを作ったり、色を塗ったりビーズをつけたりして飾るためのものです。

スマッジ用の束かお香の煙で、リボンをスマッジングして清めてください。

参加者に祈りの言葉のコピー（下記の赤い部分）を渡して、リボンを結びつける時にそれぞれのフレーズを読めるようにしてあげてください。

Copyright © 2016 Miranda Gray. www.womblessing.com
Translation: Tomoko Lebas

Womb Blessing
The Female Energy Awakening system
MIRANDA GRAY

複数の参加者が同時にリボンを結びつけることは可能です。大人数のグループなら、２人の女性がプレイヤー・コードの両端を持って少し離れれば、３、４人の女性が同時にリボンを結びつけることができます。

リボン同士を互いに結び合わせても構いません。こうすることでしっかりとしてカラフルなプレイヤー・コードを作ることもできます。

必要に応じてプレイヤー・コードを足し、グループ全体を囲い込むようにしても構いません。こうすることで、姉妹達のサークルの神聖なスペースを作ることができます。

Copyright © 2016 Miranda Gray. www.womblessing.com

Translation: Tomoko Lebas

「姉妹達のサークル」の瞑想

世界中で行われる「子宮の祝福」を受け取り、「月の光」瞑想と「祝福を共有する」瞑想に参加した後、あなたはこの「姉妹達のサークル」の瞑想を受ける準備が整った状態となります。

あなたの子宮の木に意識を向けてください。

あなたの上に満月が輝いているのを見たり、理解したり、感じたりしてください。
あなたは美しい白銀の光の中にとっぷりと浸っています。

用意したリボンの上に両手を置いて、次のフレーズを読んでください：

「この祈りを、最高の神の徳にふさわしいすべての女性へ、神の愛に基づいて捧げます。」

リボンの１本目をプレイヤー・コードに結んだ後、次のフレーズを読んでください：

**「私はすべての女性達に願います…
彼女らが女性の真の本質と神なる女性（ディバイン・フェミニン）の存在に目覚めることを。」**

読んだ後で、用意したリボンの上に手を置いてください。

今あなたの脳の奥深くには、白い星が輝いています。そしてその星が、世界に向けて平和と覚醒を放っているのを感じたり理解してください。

（少しそのままでいてください）

リボンの２本目をプレイヤー・コードに結んでから、次のフレーズを読んでください：

**「私は、この『子宮の祝福』イベントのファミリーのすべての姉妹達に願います…
彼女らが愛すべき神なる女性の存在をハートの中に感じることを。」**

読んだ後で、用意したリボンの上に手を置いてください。

今あなたのハートは、ピンクの光で満たされています。そしてその光が、世界に向けて愛を放っているのを感じたり理解してください。

（少しそのままでいてください）

リボンの３本目をプレイヤー・コードに結んでから、次のフレーズを読んでください：

**「私は、自分自身に願います…
私の子宮の中心が開き、神なる女性の癒しの存在で満たされることを。」**

Copyright © 2016 Miranda Gray. www.womblessing.com
Translation: Tomoko Lebas

Womb Blessing
The Female Energy Awakening system
MIRANDA GRAY

読んだ後で、用意したリボンの上に手を置いてください。

今あなたの子宮は、強さと生命力、官能と完全性で満たされているのを感じたり理解してください。

この瞑想を終わらせる準備ができたと感じたら：

プレイヤー・コードの両端を持って、結んでください。その後、次のフレーズを読んでください：

「私は、神なる女性にお願いします…
その愛をもって、この女性達のサークルの存在が

すべての女性の魂、ハート、子宮の中へと回復していくことを。」

愛を込めて用意したプレイヤー・コードを手に持ってください。

プレイヤー・コードを祭壇に置いてください。

イベントで使ったボウルの水を飲み、何か体によいものを食べて、この『子宮の祝福』イベントを終了してください。そしてにっこりと微笑んで！☺

瞑想の後、プレイヤー・コードはどうしたらよいでしょう？

瞑想から醒めて、片づけを始められるようになったら、プレイヤー・コードを布にくるんで、安全な場所に保管してください。

プレイヤー・コードは神聖な女性の空間を、神なる女性の愛と共に、創造する素晴らしい方法です。あなたはいつでも好きな時に、このプレイヤー・コードを使って、祭壇や神聖な瞑想空間としての神聖な空間を産み出すことができます。あなたはただ、このプレイヤー・コードをテーブルの上や床の上に置けばよいのです。

コードが成長するに連れて、女性同士のグループやサークル、レッド・テントの空間をやがて囲むことができるようになるはずです。

「このプレイヤー・コードは毎回使う度に

サイズも大きくエネルギーも強くなっていき

やがて神聖な女性のスペースを作って取り決めるための

素晴らしい手段となっていくでしょう」

Copyright © 2016 Miranda Gray. www.womblessing.com
Translation: Tomoko Lebas

Womb Blessing
The Female Energy Awakening system
MIRANDA GRAY