

Meditazione della Blessing di ottobre:



Meditazione per gli Uomini

“Guarire le Antenate Materne”

Puoi fare questa meditazione da solo o in gruppo durante la Worldwide Womb Blessing. Gli uomini sono figli del Divino Femminile, così come le donne ne sono le figlie, e risalendo sufficientemente a ritroso nel passato scopriamo di condividere tutti delle madri.

Per partecipare alla meditazione avrai bisogno di una rappresentazione di tua madre e delle tue antenate. Se non sei capace di realizzarle non preoccuparti. Può andar bene qualsiasi cosa tu senta giusta per te, ma comunque un metodo semplice per fare una bambola-antenata è decorare un bastone. Un altro è scegliere dei ciottoli, che sono già tondeggianti e femminili, e utilizzarli come tue “bambole”.



Ti verrà chiesto di pronunciare i nomi di tua nonna e della tua bisnonna, ma se non li conosci non importa, di' solo “Nonna” e “Bisnonna”.



Meditazione della Blessing di ottobre:



Tieni tra le mani la tua rappresentazione o le bambole.

Di' a voce alta:

Sono (aggiungi il tuo nome)
figlio di (aggiungi il nome di tua madre),
figlio di (aggiungi il nome di tua nonna),
figlio delle mie madri del lontano
passato.

Sono il figlio della Madre di Tutti.

Chiedo al Divino Femminile

di portare guarigione a tutte le mie madri
di portare pace e amore alla linea delle mie madri.

Offro loro il mio amore e la mia
gratitudine per le difficoltà e il dolore
che hanno sopportato,
per il corpo che mi hanno dato,
per la vita che mi hanno
donato

Tieni la bambola o le bambole in mano o copri le con i palmi, lascia fluire il tuo amore e la tua gratitudine dal tuo cuore e dalle tue mani.

Alla fine della meditazione, lega un semplice filo bianco intorno a una delle bambole a simboleggiare la guarigione del tuo lignaggio.

In gruppo:

Mentre le donne si concentrano sulla frase seguente:

“Sii consapevole che le tue Antenate materne sono anche le antenate delle altre donne nel Mondo. Siamo tutte sorelle della stessa famiglia attraverso il tempo. Guardando il tuo lignaggio guarisci quello delle altre.”

una donna può dire agli uomini “Le nostre madri sono le vostre madri” e invitarli a pronunciare ad alta voce il testo in rosso riportato qui sopra.

Poi le donne inviano energia alle loro bambole e gli uomini mandano il loro amore e la loro gratitudine alle bambole-antenate. Alla fine della meditazione gli uomini, oppure può farlo una donna, legano o attaccano il filo alla bambola-antenata.

