

Accueillir l'archétype de la Crone

Méditation "Soin des Ancêtres Maternelles"	
Accueillir la Crone, archétype de l'hiver	
Hémisphère Nord	Womb Blessing® Mondiale d'octobre
Hémisphère Sud	Womb Blessing® Mondiale de mai

Quand puis-je faire la méditation ?

Tu peux prendre part à la méditation suivante après la "Méditation de partage" et la méditation "Bénédictio Terre-Yoni".

Tout comme tu peux la faire durant la Womb Blessing® Mondiale, tu peux également faire cette méditation :

- À tout moment de l'hiver lorsque les énergies de la terre, en Crone, sont fortes.
- À la Nouvelle Lune, lorsque la Lune est dans son énergie de Crone.
- Durant tes menstruations, lorsque tu incarnes les énergies de la Crone.

A propos de la méditation "Soin des Ancêtres Maternelles"

Au cœur de notre être, dans notre ADN, résident les schémas de nos Ancêtres Maternelles d'autrefois – la lignée mitochondriale. C'est l'ADN qui est transmis d'une mère à ses filles et à ses fils, mais **seules ses filles** pourront le transmettre à la génération suivante. Cette méditation se concentre sur le soin de la lignée d'utérus à utérus, notre lignée mitochondriale.

Au plus profond de notre ADN et de notre mémoire cellulaire, nous sommes reliées à nos Ancêtres Maternelles ; à leurs traumatismes, à leurs blessures, à leurs souffrances, mais aussi, à leur force, leur courage, leur ingéniosité et leur sagesse. Si nous retournons dans le passé, nous voyons que la race humaine a commencé avec une très petite population. Donc lorsqu'un grand groupe de femmes envoie dans le passé, assez loin dans le temps, un soin à travers la lignée d'utérus à utérus, elles envoient également le soin en retour à toutes celles présentes dans l'ici et maintenant. Cela rend la méditation "Soin des Ancêtres Maternelles" très puissante pour tout le monde.



Dans la tradition Nordique, Samhain ou Halloween, est la célébration du passage de la Terre Mère de l'archétype de l'Enchanteresse à celui de la Crone.

C'est aussi le meilleur moment de l'année pour voyager dans l'Autre monde, le pays des Ancêtres, pour soigner nos lignées maternelles et pour libérer la beauté, la magie, la force et la sagesse de cette lignée dans nos vies.

Pour cette méditation, tu auras besoin de créer des représentations physiques de ta lignée féminine: ta mère, ta fille, ta grand-mère, ton arrière-grand-mère, etc.

Elles peuvent être aussi détaillées que tu le souhaites ou aussi simples qu'un bout de bois entouré de tissu comme sur l'image ci-contre, création d'une Moon Mother® autrichienne.

Le jour de la Womb Blessing® pourrait être particulièrement fort si tu as tes menstruations au moment de la méditation "Soin des Ancêtres Maternelles" car tu partages les mêmes énergies que la Terre Mère.



La Méditation "Soin des Ancêtres Maternelles"

Après avoir reçu la Womb Blessing® Mondiale et pris part à la "Méditation de Partage" puis à la méditation Bénédiction Terre-Yoni, tu es prête pour la **Méditation de l'Archétype**.

Pour cette méditation tu auras besoin de ta ou tes poupées représentant tes Ancêtres féminines ainsi que d'un fil blanc pour chacune d'elles.

Place tes poupées entre tes deux Bols Utérus – le bol avec l'eau sur la gauche et celui avec la bougie sur la droite.

Connecte-toi avec ton Arbre Utérus et fais pousser tes racines profondément dans la Terre. *(Pause)*

Vois, sache ou ressens qu'au-dessus de toi, se trouve une magnifique Pleine Lune, qui te baigne dans sa lumière argentée. *(Pause)*

Prends conscience ou imagine qu'autour de toi se trouvent les femmes de ta lignée maternelle, baignées dans le Clair de Lune. *(Pause)*

Observe leur apparence.

Certaines viennent d'un passé récent, d'autres d'un passé plus ancien. Certaines sont même issues des toutes premières lignées de l'humanité.

Entends leurs voix, leur sagesse et le chant qu'elles amènent avec elles.

Sens leur amour, puisque dans cet espace, elles sont toutes tes mères. *(Pause)*

Sois consciente que tes Ancêtres Maternelles sont aussi les ancêtres d'autres femmes dans le Monde. Nous sommes toutes des sœurs de la même famille de femmes à travers le temps. En soignant ta lignée, tu soignes aussi la lignée d'autres femmes.

Prends une profonde inspiration et place tes doigts au-dessus de l'utérus de ta poupée.

Dis à haute voix ou dans ton esprit :

Je demande que l'amour et le soin de la Mère Divine soient donnés à toutes mes ancêtres maternelles et à ma lignée maternelle.

Puissent tous les schémas génétiques et mémoires cellulaires être soignés.

Puissent toutes les mémoires énergétiques et mémoires de groupe être soignées.

Puissent l'amour et la paix être rétablis pour moi et ma lignée.

Puissent mes Mères marcher avec moi dans la beauté et l'amour.

Vois ou imagine des pleines lunes dans les paumes de tes mains. Permits à la paix et à l'amour du Féminin Divin de s'écouler à travers toi, à travers tes mains et jusque dans ta poupée. *(Pause)*

Sens ou imagine, profondément en toi, que tes schémas sont en train d'être soignés et que tu passes par une transformation douce et profonde. Sens ton cœur ouvert empli d'amour pour embrasser tes Mères. *(Pause)*

Lorsque tu te sens prête à terminer la méditation :

Prends le fil blanc et attache-le autour de ta poupée. Il symbolise le soin de ta lignée maternelle et le rétablissement de ta féminité authentique et libre. Dis à haute voix ou dans ton esprit :

Mères, je vous remercie toutes pour la vie que vous m'avez donnée,
pour le courage de donner naissance dans l'adversité à vos filles – mes mères,
pour le corps que vous m'avez toutes donné
et les aspects de vous que je montre au monde,
pour vos présents, talents et capacités
et pour votre sagesse qui repose au fond de mes os.

Je ne marche jamais seule car vous êtes avec moi.

Recevez mon amour et ma gratitude.

Amène maintenant ta conscience à l'intérieur de ton corps. Prends une profonde inspiration et bouge tes doigts et tes orteils. Ouvre les yeux, prends à nouveau une profonde inspiration et souris. 😊

Bois l'eau de ton Bol Utérus, mange et fête !

Dans un groupe

Après les méditations, tu peux proposer que chaque femme place ses poupées en cercle, sur un autel, dans un espace sacré, pendant que vous mangez et fêtez.

Que faire avec tes poupées après les méditations ?

Cela dépendra du matériel utilisé pour les confectionner mais tu peux :

- Les rendre à la Terre Mère en les enterrant.
- Les placer sur ton autel ou sur une étagère – en mémoire de tes ancêtres féminines.

Tu peux aussi placer tes poupées sur une étagère lors de ta phase menstruelle pour honorer tes menstruations et prendre conscience du lien de sang (ADN) et d'utérus avec tes ancêtres féminines.

Tu peux également inclure tes poupées dans toute fête de famille ou célébration saisonnière.

Il est aussi agréable de se reconnecter à nos Ancêtres Maternelles durant les autres Pleines Lunes, et d'utiliser les poupées comme symbole de connexion lorsque nous avons besoin de soutien ou de guidance.

Nos ancêtres sont avec nous, tant spirituellement que physiquement – dans nos utérus et dans notre ADN – elles font donc partie de tout ce que nous faisons dans notre vie !

Découvrir tes Archétypes :

Pour chaque Womb Blessing® Mondiale, il y a une méditation additionnelle en lien avec l'Archétype.

Tu peux trouver ces méditations sur la page de téléchargement de la Womb Blessing® Mondiale, sur le site web. La newsletter t'indiquera laquelle utiliser.

Les méditations sont en lien avec les saisons de la Terre et donc sont différentes dans l'hémisphère nord et dans l'hémisphère sud. Pour en savoir plus sur les quatre archétypes féminins, la Womb Blessing® et comment les vivre, les aimer, les célébrer et exprimer les énergies de tes archétypes, lis le livre 'L'éveil de l'énergie Féminine'.



Womb Blessing® est une marque déposée simplement pour protéger l'intégrité de l'œuvre.