

## Esercizio di auto-trattamento della Womb Blessing®

Ogni Womb Blessing® ci apre un po' di più a quella vibrazione d'amore e luce del Divino Femminile che chiamiamo Luce della Madre. Ci schiudiamo come fiori per ricevere più energia, più benessere, più risveglio e crescita.

Non molte donne sono consapevoli che **chiunque abbia ricevuto una Womb Blessing®** – che si sia trattato di una Worldwide Womb Blessing® o di una Womb Blessing® personale – **può connettersi alla Luce della Madre grazie a un semplice, ma potente, auto-trattamento.** Tra i documenti da scaricare per la Worldwide Womb Blessing® se ne trova una versione breve dal titolo "Meditazione di auto-benedizione", ma qui ve ne offro una leggermente più lunga che potete usare a vostro piacimento. (Moon Mother®, vi invito a condividere questo documento con le vostre riceventi e con i vostri gruppi per la Worldwide Womb Blessing®).



Godetevi questo trattamento; può essere un bel modo per connettersi al Divino Femminile all'inizio di un nuovo giorno, o per staccare e rilassarsi nella sua luce alla fine della giornata.

*Assumi una posizione comoda, seduta o sdraiata. Fa' un respiro profondo.*

*Immagina una grande Luna Piena che splende sopra di te, immergendoti nella sua luce e nella sua delicata bellezza.*

*(pausa)*

*Ora immagina la Luna Piena che discende lentamente fino a colmare la tua testa e la tua mente della sua dolce luce. Fa' un respiro profondo e senti la pace che la Luna ti dona.*

*(pausa)*

*Immagina una seconda Luna Piena che lentamente scende dalla tua testa fino a fermarsi sul tuo cuore. Poggia le mani sul cuore.*

*Fa' un respiro profondo mentre la Luna colma il tuo cuore di luce radiosa e amore.*

*(pausa)*

Immagina ora una terza Luna Piena che scende giù dal tuo cuore per fermarsi nel tuo basso ventre. Immagina la Luna che colma la tua area del grembo di una bella luce bianco-argentata. Poggiati le mani sulla pancia.

Fa' un respiro profondo e rilassati, consapevole della luce lunare che risplende nel tuo basso ventre.  
*(pausa)*

Sii consapevole di tutte e tre le Lune Piene che colmano la tua testa, il tuo cuore e il tuo grembo di pace, amore e luce. Sentiti immersa nella luce.

Rilassati e goditela! Alla fine, ringrazia il Divino Femminile per il suo bel dono d'energia risanatrice.

*Copyright 2018 Miranda Gray – traduzione di Valeria Trisoglio*