

The Worldwide Womb Blessing®  
10th Anniversary Year  
www.wombblessing.com



## Meditazione della Luna Nera

### Speciale per l'Anno del Decimo Anniversario

### La Benedizione del Calderone della Crona

#### Preparazione

Questa meditazione sarà condotta dalle Moon Mother durante la Luna Nera di ogni mese ed è offerta a tutte le donne che vogliono partecipare. Puoi anche fare questa meditazione da sola, se lo desideri.

#### Avrai bisogno di:

- Una coppa del grembo per rappresentare il grembo della Crona. È bello avere una ciotola di colore scuro ma può essere utilizzata qualsiasi ciotola della cucina.
- Tre semi: potrebbero essere chicchi di riso o fagioli della cucina, potrebbero essere i semi dalle erbacce per strada oppure potrebbero essere semi di fiori acquistati apposta per la meditazione.
- Uno scialle di colore scuro da indossare sopra la testa e le spalle durante la meditazione per crea uno spazio sacro per te stessa.
- Qualcosa da mangiare e da bere dopo. Potresti scegliere cibi che rappresentino la Luna Nera.

#### La Meditazione

Chiudi gli occhi e porta la consapevolezza al tuo corpo.

Senti, sappi o vedi che siedi in una grotta con un piccolo fuoco al centro. Il pavimento è ricoperto di tappeti cremisi intrecciati e lo spazio è riempito dalla calda luce dorata del fuoco.

La grotta è silenziosa, a parte il crepitio delle fiamme, e il mondo esterno sembra lontano.

Queste meditazioni sono soltanto per uso personale o per gruppi ed eventi legati alla Womb Blessing®. Per richiedere l'autorizzazione a farne qualsiasi altro utilizzo contattare [enquiries@wombblessing.com](mailto:enquiries@wombblessing.com)  
Copyright © 2022 Miranda Gray tutti i diritti riservati.

The Worldwide Womb Blessing®  
10th Anniversary Year  
www.wombblessing.com



(Pausa)

Una donna anziana vestita con un lungo mantello con cappuccio siede accanto al fuoco, scaldandosi le mani. Un grande e nero calderone riposa accanto a lei.

La donna anziana fa scivolare indietro il cappuccio e tu puoi vedere il suo viso nella luce del fuoco. Vedi i tatuaggi blu profondo sulle sue guance e la sua pelle scura segnata dall'età. I suoi sottili capelli bianchi sono raccolti in una treccia e i suoi occhi brillano di accoglienza e amore.

(Pausa)

L'Anziana ti indica che dovresti sederti accanto al fuoco.

Sai di aver trovato il tuo santuario e la tua casa.

Fai un respiro profondo.

Rilassati e lascia andare.

Sei a casa.

(Pausa)

La Crona poggia il suo calderone accanto a te e senti il suo amore e la sua profonda calma avvolgerti. Dentro al calderone vedi le stelle e le galassie e tu sai che, nel grembo oscuro della Madre Crona, tutto è possibile.

(Pausa)

Fai un respiro profondo e tieni fisicamente tra le tue mani la tua coppa del grembo. A mente ripeti:

**“Offro questi semi dei sogni per tutte le donne e per me stessa, in accordo con l'Amore e la Bontà della Crona.”**

**“Chiedo che attraverso il suo amore, questi semi crescano nel suo grembo per rinascere nel**

The Worldwide Womb Blessing®  
10th Anniversary Year  
www.wombblessing.com



mondo e che per ogni meditazione che offro quest'anno, si moltiplichino i modi meravigliosi con cui si manifestano le sue benedizioni.”

Vedi, sappi o senti che dal suo mantello scuro la Crona prende un seme che brilla di una dolce luce bianca e te lo porge. Senti il tuo cuore aprirsi con amore e speranza.

Prendi fisicamente uno dei tuoi semi e tenendolo in mano chiedi:

“Chiedo che tutte le donne si risvegliano alla loro vera natura femminile e alla presenza della Sacralità Femminile”.

(Pausa)

Mentre poggia il seme dei tuoi sogni nella tua Coppa del Grembo, sappi che stai mettendo anche il seme di luce nell'oscurità piena di stelle, all'interno del calderone della Crona.

(Pausa)

Sorridendo, la Crona ti dà un secondo seme dei sogni. Il seme risplende di luce dorata. Senti il tuo cuore e il tuo centro del grembo aprirsi.

Prendi fisicamente uno dei tuoi semi e tenendolo in mano chiedi:

“Chiedo che tutte le donne facciano crescere forti radici dell'Albero del Grembo nelle profondità della Terra e che sentano la loro intima bellezza e il loro potere personale risplendere dal loro cuore e dalle loro mani. Possano amarsi e sostenersi a vicenda e camminare insieme per il mondo in armonia”.

(Pausa)

Mentre poggia il seme dei tuoi sogni nella tua Coppa del Grembo, sappi che stai mettendo anche il seme di luce nell'oscurità piena di stelle, all'interno del calderone della Crona.

(Pausa)

La Crona ti dà un ultimo seme dei sogni che brilla di una tenue luce rosa.

## The Worldwide Womb Blessing® 10th Anniversary Year

www.wombblessing.com



Prendi fisicamente il tuo ultimo seme e tenendolo in mano chiedi:

**“Chiedo di poter rinascere nella bellissima luce delle mie energie femminili e potenziata dalla mia verità. Chiedo che la Crona manifesti molti nuovi ed eccitanti doni di luce e amore nella mia vita.”**

Mentre poggi il seme dei tuoi sogni nella tua Coppa del Grembo, sappi che stai mettendo anche il seme di luce nell'oscurità piena di stelle, all'interno del calderone della Crona.

(Pausa)

Intorno a te, la grotta si riempie di stelle e galassie e una bellissima luce bianca, rosa e dorata si diffonde dal calderone della Crona nell'Universo.

Nella meraviglia, il tuo cuore brilla di amore e gratitudine. Sai che la Crona ha messo i semi dei tuoi sogni nel suo grembo e, nell'oscurità, li nutrirà in modo che crescano nel mondo.

La sua voce dolcemente sussurra nella tua mente: "Lascia andare. Conservo io i tuoi sogni ora e darò loro la vita.

(Pausa)

Porta la consapevolezza al tuo cuore e senti gratitudine per la presenza e l'amore della Crona.

Sii consapevole del tuo Albero del Grembo che si trova nel tuo basso ventre e fai crescere le sue radici nelle profondità della Terra.

Fai un respiro profondo.

Sorridi. Apri gli occhi.

## Dopo la meditazione

Queste meditazioni sono soltanto per uso personale o per gruppi ed eventi legati alla Womb Blessing®. Per richiedere l'autorizzazione a farne qualsiasi altro utilizzo contattare [enquiries@wombblessing.com](mailto:enquiries@wombblessing.com)  
Copyright © 2022 Miranda Gray tutti i diritti riservati.

# The Worldwide Womb Blessing® 10th Anniversary Year

[www.wombblessing.com](http://www.wombblessing.com)



Abbi qualcosa di buono da mangiare e da bere per radicarti e festeggiare.

Se sei in un gruppo, condividi l'esperienza vissuta durante la meditazione e come la meditazione abbia manifestato delle belle sorprese, dei regali e delle opportunità durante il mese passato.

Quando hai tempo, prendi i semi dei tuoi sogni e, con riverenza, consegnali alla Terra. Potresti disperderli in un giardino o in un parco.

Sappi che non devi fare nulla per far sì che i semi dei tuoi sogni si realizzino. Semplicemente, senti amore.