

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



Meditazione di Luna piena del cerchio delle sorelle

Luna piena di Dicembre

La Meditazione della Luna dei sogni

Chiudi gli occhi e fai un respiro profondo.

Senti il peso del tuo corpo sul cuscino o sulla sedia.

Senti la tua pesantezza.

Fai un altro respiro profondo.

(Pausa)

Senti, vedi o sappi che ti trovi in un paesaggio inondato dalla bianca e luminosa luce della luna.

Nel contrasto tra le ombre e la luce lunare sulle colline di fronte a te scorgi la sagoma di una donna addormentata. I suoi fianchi, seni e ventre arrotondati creano le colline, i suoi lunghi capelli formano foreste e ruscelli serpeggianti, e il suo respiro genera una leggera brezza notturna.

Mentre la donna addormentata espira, tu inspiri.

(Pausa)

Mentre respira, lei sogna l'amore.

E mentre lei espira, tu inspiri amore.

(Pausa, respira delicatamente)

Mentre respira, lei sogna la pace.

E mentre lei espira, tu inspiri pace.

(Pausa, respira delicatamente)

Queste meditazioni sono create unicamente per uso personale o per eventi e gruppi di Womb Blessing®. Per l'autorizzazione ad usarle in altro modo contattare enquiries@wombblessing.com

Copyright © 2022 Miranda Gray tutti i diritti riservati.

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



Mentre respira, lei sogna te.

E mentre lei espira, tu ispiri la tua vera essenza.

(Pausa, respira delicatamente)

Mentre respira, lei sogna la tua vita.

E mentre lei espira, tu ispiri benessere.

(Pausa, respira delicatamente)

Mentre respira, lei sogna il cammino che hai davanti a te.

E mentre lei espira, tu ispiri i primi passi della tua nuova vita.

(Pausa, respira delicatamente)

Sotto alla luna, inondate dalla sua luce, tu e la Sacralità femminile soffiare insieme i suoi sogni nel mondo.

(Pausa)

Nelle tane e nei nidi, tutti gli animali sognano e si ricordano che sono parte del sogno che voltegga intorno a loro luccicando e brillando.

Intorno a te noti il luccichio del tuo stesso sogno.

Unendo le tue mani a coppa, raccogli questa bella energia e sai che puoi esprimere un desiderio nel tuo sogno.

Prenditi un momento per sentire o per conoscere il tuo desiderio.

(Pausa)

Dolcemente soffi il desiderio nelle tue mani e da lì si alza una piccola stella d'oro che sale nel cielo notturno.

Queste meditazioni sono create unicamente per uso personale o per eventi e gruppi di Womb Blessing®. Per l'autorizzazione ad usarle in altro modo contattare enquiries@wombblessing.com

Copyright © 2022 Miranda Gray tutti i diritti riservati.

The Worldwide Womb Blessing® 10th Anniversary Year

www.wombblessing.com



Nel paesaggio intorno vedi altre stelle d'oro salire dolcemente nella notte per accompagnare la Luna dei Sogni.

Come la Terra e le altre creature della terra, tu dormi sotto alla luna.

(Paura)

Fai un respiro profondo.

Sorridi e sogna la Sacralità Femminile che hai portato in te col respiro.

Senti il sogno che riposa in ogni aspetto di te, riportandoti alla tua forma originale e al tuo cammino.

(Pausa)

Fai un respiro profondo.

Muovi le dita delle mani e dei piedi, e apri gli occhi.

Dopo la meditazione

Questa meditazione ci riporta alla nostra vera essenza, al cammino di ciò che siamo e che in origine la Madre Divina ha sognato e soffiato nel mondo. L'unica cosa che dobbiamo fare è rilassarci e distenderci in questo sogno.

Magari ogni sera prima di addormentarti, connettiti con la donna che dorme e lascia che respiri la tua essenza in te.